



# **Zivilcourage Trau di!**



**Themenheft mit Theorie und Methoden für die Arbeit  
mit Kindern und Jugendlichen**

# **youngCaritas**

„Sei du selbst die Veränderung,  
die du dir wünschst für diese Welt.“ (Mahatma Gandhi)





## Einführung

„Je mehr Bürger mit Zivilcourage ein Land hat, desto weniger Helden wird es einmal brauchen.“ (Franca Magnani)

Bei Zivilcourage denken viele von uns an große Taten, an Schlägereien und andere bedrohliche Situationen. Und doch sind es nicht die großen Heldentaten, die es in einer demokratischen Gesellschaft vorwiegend braucht, sondern das Einstehen für die eigenen Werte und andere Personen im kleinen Rahmen.

Jede/r von uns kann in eine brenzlige Situation geraten, in der wir uns die Unterstützung, das Mitgefühl und die Hilfsbereitschaft anderer erhoffen. Situationen, in denen nicht Wegschauen sondern aktives Handeln gefragt ist. Dieses Aktivwerden für andere Personen kennen wir auch als Zivilcourage. Doch was ist das eigentlich? Wo fängt sie an, wo hört sie auf? Wo liegen die Grenzen? Wann und wie sollte man einschreiten? Diesen Fragen versuchen wir auf den nächsten Seiten auf den Grund zu gehen...

## Begriffsdefinition

Der Begriff Zivilcourage stammt aus dem Französischen und wurde zum ersten Mal 1835 von Bismarck verwendet. Dabei unterschied er zwischen zwei Arten der Courage: **courage civil**, dem sozialen Mut oder auch dem Mut des/der Einzelnen zum eigenen Urteil und **courage civic**, dem staatsbürgerlichen Mut.

## Zivilcourage ist ...

... nicht gleich Hilfe: es besteht ein reales oder subjektiv wahrgenommenes Machtungleichgewicht zwischen zwei Parteien und Risiken (die nicht immer leicht bestimmbar sind) d.h. der Erfolg zivilcouragierten Handelns ist unsicher und der Handelnde ist bereit, Nachteile in Kauf zu nehmen.

... das freiwillige Eintreten für die Interessen anderer. Sie ist nicht durch Zwang oder Fremdbestimmung veranlasst und folgt auch keinem vorher genau festgelegten Handlungsschema. Man muss selbst erkennen, dass und wie man helfen kann!

... das aktive Übernehmen von Verantwortung.

... das Inkaufnehmen persönlicher Nachteile (bspw. Ausschluss aus der Gruppe).

...der Mut, seine Meinung frei zu äußern, auch gegenüber Autoritäten und einer etwaigen Mehrheit.

... nicht immer eine akute Notsituation, sondern kann sich auch über einen längeren Zeitraum aufbauen (Mobbing).

... Zivilcourage ist ein wertorientiertes demokratisches Handeln und eine besondere Form öffentlichen Muts, allerdings ist nicht jedes mutige Verhalten im Alltag und in der Politik auch gleich Zivilcourage.

... ein Handlungstypus, nicht eine Eigenschaft einer Person und kann somit von jeder/ jedem erlernt werden!

Dieser spezifische Typus sozialen Handelns vollzieht sich

- in einer konkreten Situation,
- in unterschiedlichen sozialen Kontexten
- wenn zentrale Wertüberzeugungen oder die Integrität einer Person verletzt werden.

In erster Linie geht es um ideelle Motive, Werte und Interessen, nicht um Materielles.

Dieser Wertekonflikt führt zu Handlungsdruck, aber auch zu einem Handlungsspielraum.

Allen Situationen liegt zugrunde, dass etwas passiert, was das Wert- oder Gerechtigkeitsempfinden von Menschen, meine persönliche Integrität oder die anderer erheblich verletzt.

Es handelt sich also dann um zivilcouragiertes Handeln, wenn altruistische, immaterielle Gründe vorliegen. Man kann nicht von Zivilcourage sprechen, wenn egoistische Interessen dominieren und in erster Linie der eigenen Person Vorteile bringen soll. (Beruf, materielle Vorteile, Macht, Wählerstimmen, Prestige...)

Und es geht bei Zivilcourage immer um den Einsatz für demokratische und humanitäre Werte.



## Wo findet zivilcouragiertes Handeln statt?

Die wichtigsten Orte zivilcouragierten Handelns lassen sich unterteilen in:

- die so genannte private Sphäre (Familie, Freundeskreis)
- die berufliche Sphäre (also der Ausbildungs- und Arbeitsplatz)
- den allgemeinen öffentlichen Raum und öffentliche Transportmittel (z.B. die Straße, Bus, U-Bahn und S-Bahn, Gaststätten, Hotels, Discos,...)
- den gesellschaftlichen Raum (private Organisationen, Parteien und staatliche Institutionen – Schulen, Verwaltungen, Vereine, Verbände, Betriebe,...)
- die „größere Öffentlichkeit“ (bis hin zu den Massenmedien; wichtig als Handlungsort und für Berichte über Zivilcourage: die lokale Ebene)

Beispiele für Situationen, in denen Zivilcourage gefragt ist:

- Häusliche Gewalt
- Schlägereien
- Notfall
- Pöbelei
- Sachbeschädigung
- Mobbing
- Rassismus

### Ein paar konkrete Beispiele für zivilcouragiertes Handeln:

Sven, 19 Jahre alt, greift ein, als einer seiner Kumpels in betrunkenem Zustand beginnt, Leute in einer Gaststätte zu provozieren und zu bedrohen. Er trennt die Gegner und weist seinen Freund zurecht.

In Pias Klasse schreiben ihre MitschülerInnen Hausaufgaben ab, weil sie den durchgenommenen Stoff nicht verstanden haben. Pia bittet den Lehrer, den Stoff noch einmal zu erklären und macht sich so zur Sprecherin für alle. Sie erwartet Unterstützung von den anderen, erlebt aber, dass sich niemand außer ihr äußert.

Sebastian, 16, sieht am Bahnhof, wie zwei Männer einen türkischen Jugendlichen beschimpfen und körperlich angreifen. Viele Reisende gehen vorbei, keiner hilft. Sebastian ruft die Polizei und spricht zwei Männer an, die ihm helfen die Situation zu beruhigen.



## Vom Auge zur Hand

„Denn Zivilcourage ist eine anspruchsvolle, eine unbequeme Tugend.“ (Gerd Meyer)

Zivilcourage erfolgt nicht reflexartig, sondern durchläuft bis zum Setzen einer Handlung verschiedene Phasen.

### 1. Sehen:

Das bedeutet, die Situation wahrzunehmen, die Augen nicht vor der Situation zu verschließen oder sie zu ignorieren. Ein großer Störfaktor in dieser Phase ist die Angst vor Betroffenheit.

### 2. Erkennen:

In dieser Phase geht es darum die wahrgenommene Situation so zu verstehen, dass eine Reaktion gefordert ist. Ich erkenne, dass ein Konflikt besteht, schätze die Situation ein und überlege: Fühle ich mich verantwortlich? Kann ich etwas machen? Wenn ja, was? Wie kann ich eingreifen? Welche Mittel/Personen stehen mir zur Verfügung? Sind Risiken mit meinem Eingreifen verbunden? Welche?

Probleme die in dieser Phase auftreten können sind: ein schwach ausgeprägtes moralisches Urteilsvermögen, Angst davor eine Handlung zu setzen, Gleichgültigkeit gegenüber anderen Personen und des Konfliktes, ein Ohnmachtsgefühl und die Frage: „Was kann ich schon bewirken?“

### 3. Handeln:

Es ist soweit, ich habe die Situation erkannt, übernehme Verantwortung und mische mich aktiv ein; sei es durch eigenes Einschreiten in eine Situation oder durch Holen der Polizei. Ich bin bereit ein Risiko auf mich zu nehmen. Dadurch ist man nicht mehr anonym, steht zu seinen Werten und für seine Überzeugung ein.

Was kann mich in dieser Phase noch aufhalten?

Die Angst davor, falsch zu handeln. Passivität, das Gefühl, dass mich die anderen nichts angehen und die Zweifel an einem selber: Bin ich überhaupt in der Lage zu handeln?

## **Handlungsarten**

Zivilcouragiertes Handeln kann auf verschiedene Weisen erfolgen. Dafür ist es wichtig zu wissen, wofür und für wen ich mich einsetze. Für Freunde? Eine Person? Mehrere Menschen? Für bestimmte Werte/Rechte oder Handlungsweisen?

Je nachdem wägen wir unsere Möglichkeiten ab und entscheiden uns für eine Handlungsart:

### **Eingreifen:**

Zugunsten anderer, meist in unvorhergesehenen Situationen in die man hineingerät und wo man schnell entscheiden muss, was man tut.

### **Sich-Einsetzen:**

Meist ohne akuten Handlungsdruck, für allgemeine Werte, für Recht, Interesse anderer, vor allem in organisierten Kontexten (KollegInnen, Betroffene)

### **Sich-Wehren:**

Gegen akute Zumutungen und Angriffe (Gewalt, Mobbing, sexuelle Belästigung). Kann auch bedeuten sich zu weigern, etwas moralisch oder rechtlich nicht Annehmbares zu tun.

Zivilcourage kann sein: nonkonform zu handeln, anzuecken oder „gegen den Strom zu schwimmen“.

## **ICH – DU - WIR**

„Denn nichts ist schwerer und nichts erfordert mehr Charakter als sich in offenem Gegensatz zu seiner Zeit zu befinden und laut zu sagen: Nein.“ (Kurt Tucholsky)

Ob und wie ich Zivilcourage leiste, ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich und von vielen Faktoren abhängig. Eine äußerst wichtige Rolle spielt die Selbstwahrnehmung, die Auseinandersetzung mit der eigenen Identität.

Wenn ich weiß, wie es um mich steht, was mich ausmacht, welche Talente ich habe, kann ich mich auch besser in andere Personen hineinversetzen und so leichter eine Brücke vom ICH zum DU und schlussendlich zum WIR schlagen.

Habe ich ein gutes Selbstvertrauen/Selbstbewusstsein, traue ich mir selber mehr zu, gehe ich auch anders auf Menschen zu und setze mich eher für andere ein. Eine gefestigte Persönlichkeit kann somit ausschlaggebend für Zivilcourage sein.

Mein Selbstkonzept sagt mir was mich ausmacht, wer ich bin, was ich kann, was für mich typisch ist, was mir wichtig ist und was für mich geboten bzw. verboten ist.

Der deutsche Psychologe Hilarion Petzold setzte sich näher mit der Identität des Menschen auseinander und entwickelte das sogenannte Fünf-Säulen-Modell. Danach wird das Dach (Identität) von 5 Säulen getragen.

Je eine Säule besteht aus:

- Leiblichkeit (Körper, Unversehrtheit, Gesundheit, Zufriedenheit mit Aussehen, etc.)
- soziale Beziehungen (Familie, FreundInnen, KollegInnen, Vereinsmitglieder, etc)
- Arbeit (welche Tätigkeit man ausführt, beruflicher Status, Bildung, etc.)
- materielle Sicherheit (Geld, Wohnung, Kleidung, etc.)
- Werte (Lebensorientierung, Glauben, Gesetze, etc.)

Diese fünf Säulen können einander bedingen, beeinflussen und meine Persönlichkeit formen. Steht eine der Säulen schief, bringt mich das aus der Balance und schränkt meine eigene Handlungsfähigkeit in unterschiedlichem Ausmaß ein.

Ausschlaggebend für Situationen, in denen Zivilcourage gefragt ist, ist die Säule der Werte. Denn die Einschätzung einer Situation bzw. des „Noch-Erträglichen“ ist äußerst subjektiv.

Folgende persönliche Eigenschaften, Kompetenzen und Einstellungen werden in der Literatur als förderlich für ein zivilcouragiertes Eingreifen genannt:

- Überzeugt sein von moralischen Werten und Tugenden (Menschenwürde, freie Entfaltung der Persönlichkeit, Toleranz, Gleichheit,...)
- Kreativität und Phantasie, um sich in andere hineinzusetzen
- Mut zum Widerspruch
- Soziales Pflichtgefühl und Hilfsbereitschaft
- Selbstvertrauen
- Toleranz gegenüber abweichenden Meinungen
- Kommunikationsfähigkeit und Argumentationsfähigkeit
- Sachkompetenz (Wissen über Verhalten in ähnlichen Situationen, Faktenwissen,...)
- Einfühlungsvermögen
- Humor
- Sinn für Gerechtigkeit
- Verantwortungsgefühl
- Guter Umgang mit der eigenen Angst (Angst zulassen und damit umgehen lernen)

Obwohl diese Faktoren bei Personen die Zivilcourage gezeigt haben häufig vorkommen, heißt das nicht, dass alle diese Eigenschaften, Einstellungen und Kompetenzen erfüllt sein müssen, um zivilcouragiert handeln zu können. Jede/r kann Zivilcourage zeigen!





Zusätzlich können einige der oben angeführten Fähigkeiten in speziellen Zivilcourage-Trainings erworben werden (z.B. Argumentationsfähigkeit, Umgang mit Angst, Sachkompetenz).

### **Die Rolle der Familie**

Verschiedene Studien haben das Umfeld von Menschen untersucht, die im zweiten Weltkrieg Jüdinnen und Juden vor der Verfolgung durch die NationalsozialistInnen gerettet haben. Dabei zeigen sich in vielen Lebensgeschichten ähnliche Erfahrungen innerhalb der Familie.

„Wir können davon ausgehen, dass die Bereitschaft und die Fähigkeit, sich gegen Ungerechtigkeiten zu wehren, mutig einzugreifen und sich für andere oder eine gerechte Sache einzusetzen“ (vgl. Hufer) durch folgende Erfahrungen in der Kindheit und Jugend gestärkt wurden:

- Ernst genommen und als Person angenommen werden
- Vertrauen zu mindestens einem Elternteil
- Gefühle frei ausdrücken können
- Möglichkeit, die eigene Meinung offen zu sagen und Kritik zu üben
- Erziehung zu selbstständigem und eigenverantwortlichem Handeln
- Unterstützung bei ungerechter Behandlung
- Offenes Austragen von Konflikten
- Vorbildfunktion der Eltern
- Erziehung zu einsichtigem (und nicht blindem) Gehorsam
- Nein sagen können

Wichtig ist es laut Singer, diese Eigenschaften nicht nur im Familienkreis, sondern auch in der Schule zu fördern und zum Beispiel durch vermehrte Projektarbeiten und verstärkte Mitbestimmung der SchülerInnen einzuüben.

### **Zivilcourage und Gewaltfreiheit**

Zivilcourage an sich setzt Gewaltfreiheit voraus, sie will friedlich an ihr Ziel kommen. Trotzdem ist in seltenen Fällen, wie z.B. Notwehrsituationen Gewalt erlaubt bzw. sogar geboten. Wenn es zum Beispiel um meine eigene körperliche Unversehrtheit oder sogar mein Leben geht. Allerdings ist gewaltsames couragiertes Handeln nur dann akzeptabel, wenn zuvor alle anderen Möglichkeiten ausgeschöpft wurden und mir kein anderes Mittel bleibt, um meine höherrangigen Werte und Überzeugungen zu schützen. Habe ich also bereits den Notruf gewählt, die Polizei verständigt und alles mir Mögliche getan, um nicht Gewalt einsetzen zu müssen, kann ich zum eigenen Schutz oder dem Schutz anderer Gewalt einsetzen.

### **Geteilte Verantwortung ist keine Verantwortung**

Dieses Phänomen ist auch als Zuschauereffekt oder Verantwortungsdiffusion bekannt. Es beschreibt, dass die Anwesenheit mehrerer ZeugnInnen sich mitunter negativ auf die Bereitschaft der/des Einzelnen auswirkt, einzugreifen. Man schiebt die Verantwortung schnell auf die anderen ab („Der ist näher dran“, „Die ist stärker als ich“) und orientiert sich an ihrer Reaktion. Zusätzlich können mehrere anwesende Personen Versagens- oder Bewertungsängste auslösen („Da stehe ich sonst dumm da, wenn die Situation doch nicht so schlimm ist“) und die Leute am Handeln hindern.

### **Mobbing**

Der Begriff des Mobbings begegnet uns seit ein paar Jahren im Alltag immer häufiger. Er bezieht sich in erster Linie auf die Schikane und seelische Verletzung anderer am Arbeits- und Ausbildungsplatz. Solche Mobbingsituationen treten in der Regel nicht spontan auf, sondern entwickeln sich über einen längeren Zeitrahmen.

Das bedeutet, dass die Personen für oder gegen die man sich einsetzt keine Fremden mehr sind. Zivilcourage kann man also nicht nur Fremden gegenüber zeigen, sondern auch mir bekannten Menschen.





Foto: Sokaeiko pixelio.de

## **Probleme, die auftreten können**

### **Selbstüberschätzung:**

Unbedachtes Draufloshandeln, Risiken werden leichtfertig in Kauf genommen, die Situation wird nicht richtig eingeschätzt und evtl. durch Übermut verstärkt.

### **Überschreiten von Grenzen:**

Selbsternannte Hilfssheriffs die eigene Ideen und Vorstellungen von Recht und Ordnung ausleben und anderen aufzwingen wollen.

### **Angst vorm Handeln:**

Angst davor etwas falsch zu machen ist so groß, dass es dazu verleitet gar nichts zu tun. Jedoch gilt immer: Es ist besser etwas zu tun als gar nichts!

### **Stresshormone:**

Machen Konfliktsituationen für uns zu einem emotionsgeladenen, gefühlsüberfluteten Moment der unsere Wahrnehmung verzerrt und unser klares Denken in den Hintergrund drängt.

## **Ausreden**

„Leider hatte ich keine Zeit stehen zu bleiben und zu helfen.“

„Mädchen, die sich so aufdonnern sind selbst schuld, wenn sie von Männern belästigt werden.“

„Bei einer Prügelei kann ich sowieso nicht viel ausrichten. Ich bin nicht sonderlich stark.“

Diese und andere Ausreden werden von Menschen genannt, die in Situationen die Zivilcourage erfordern, nicht einschreiten. Ein Grund dafür können psychische Abwehrreaktionen sein, die zu jedem Zeitpunkt in der oben angeführten Entscheidungskette eintreten können.

Vier Formen von Abwehrprozessen sind denkbar, die unbewusst ablaufen und ein Eingreifen verhindern:

- Verneinung der Notlage („Es ist doch nicht so schlimm“)
- Verneinung effektiver Handlungsmöglichkeiten („Hier ist nichts zu machen“)
- Verneinung persönlicher Kompetenz („Ich kann es nicht“)
- Verneinung der Verantwortung („Der sitzt doch viel näher dran“)

Entscheidend für das Eingreifen sind auch die Kosten, die ein zivilcouragiertes Handeln haben würde. Gegen diese Kosten werden die Kosten des Nicht-Eingreifens (schlechtes Gewissen, Schuldvorwürfe, geschwächtes Selbstwertgefühl, Anzeige wegen unterlassener Hilfeleistung,..) abgewogen. Es handelt sich dabei in der Regel nicht um bewusste logische Überlegungen.

## **Faktoren für zivilcouragiertes Handeln**

Folgende Faktoren, die sich auf die konkrete Situation beziehen, können entscheidend dafür sein ob ein zivilcouragiertes Handeln erfolgt oder nicht:

### **Eindeutigkeit der Situation:**

Es ist wichtig ob die Situation eindeutig als Notlage erkennbar ist. Wenn z.B. ein Mann eine Frau in der Straßenbahn beschimpft, kann das als privater Streit eines Paares aufgefasst werden und somit ein Eingreifen verhindern.

Öffentliche Meinung: Zivilcourage hängt auch davon ab, wie die öffentliche Meinung die geschehene Tat bewertet. Wenn z.B. das Äußern von ausländerfeindlichen Parolen öffentlich geduldet ist, wird es schwieriger einzugreifen, wenn AusländerInnen beschimpft werden.

### **Tapferkeit vor dem/r FreundIn:**

Die persönliche Beziehung zu den Personen, gegen die man sich einsetzen will, kann eine große Rolle spielen. So ist es beispielsweise schwieriger einem/r FreundIn zu widersprechen als einer/m Unbekannten. Es besteht häufig ein starker Gruppendruck und man läuft bei Widerspruch in Gefahr, nicht mehr zur Gruppe zu gehören. Loyalitätskonflikte und Isolationsängste können dann Zivilcourage erschweren oder verhindern.

## **Die gute Nachricht**

Zivilcourage kann man üben!

Zivilcouragiertes Handeln beginnt nicht erst direkt in der Konfliktsituation, sondern ist Teil der menschlichen Entwicklung.

Zivilcourage kann man im Kleinen üben, es muss nicht immer gleich eine Heldentat sein. Z.B. einen Streit zwischen MitschülerInnen schlichten, Argumente entgegenhalten wenn sich jemand rassistisch äußert, bei Mobbing für jemanden eintreten.

Vor allem, wenn es um Vorurteile geht, kann man sich Argumente schon „vorbereiten“. Wir sind tagtäglich mit Rassismus konfrontiert (Schlange im Supermarkt, an der Haltestelle, Fußballspiel,...) und es ist möglich, sich mental darauf vorzubereiten. Folgende Fragen können dabei helfen: In welchen Situationen war ich schon mit Rassismus/rassistischen Aussagen konfrontiert? Wie habe ich mich dabei gefühlt? Wie denke ich darüber? Wer hat was gesagt? Wie hätte ich gerne reagiert? Was hätte ich gerne gemacht? Was kann ich das nächste Mal tun? Was kann ich sagen? Welche Argumente kann ich bringen?

Bei Stammtischparolen ist es wichtig nicht den Humor zu verlieren oder sich provozieren zu lassen, denn das macht die TäterInnen nur noch stärker. Sich zu informieren hilft unseriöse Quellen auszumachen und zu analysieren woher die Meinung der anderen kommt. Die Ängste der Menschen zu verstehen hilft.

## **„Tipps für zivilcouragiertes Handeln in Gewaltsituationen“**

### **Helfen, ohne sich selbst in Gefahr zu bringen**

Es gibt immer mehrere Möglichkeiten wie man eingreifen kann. So kann es zum Beispiel auch schon reichen, die Polizei zu rufen. Jeder Mensch hat Möglichkeiten etwas Hilfreiches zu tun, ohne in direkte Konfrontation mit den TäterInnen zu geraten.

### **Auf die Situation aufmerksam machen**

Manche TäterInnen ziehen sich zurück wenn sie merken, dass sie von mehreren Personen beobachtet werden und ihre Anonymität verlieren. Sätze wie: „Schauen Sie mal, glauben Sie, dass das okay ist?“ können beim Ansprechen von anderen ZeugInnen helfen.

### **Andere direkt zur Mithilfe auffordern**

„Sie in der grünen Jacke, könnten Sie bitte die Polizei rufen?“ Bei mehreren ZeugInnen immer eine Person konkret ansprechen, sonst kann es passieren, dass sich keine/r verantwortlich fühlt.

### **TäterIn ansprechen**

Wichtig dabei ist, höflich zu bleiben und erwachsene Personen zu Siezen. Das dient auch der eigenen Sicherheit - so wird es für andere ZeugInnen klarer, dass es sich nicht um einen privaten Konflikt handelt. „Sie mit den blonden Haaren, lassen Sie diesen Mann bitte in Ruhe.“

### **Vermeiden Sie es, TäterInnen anzufassen**

Dadurch könnte er/sie sich provoziert fühlen.

### **Genaueres Beobachten der TäterInnen**

Dies kann im Ernstfall helfen, TäterInnen nach einer Flucht schnell zu fassen. Wichtig sind Kleidung, Aussehen und Fluchtrichtung. Eine weitere Möglichkeit ist ein Foto mit der Handykamera zu machen. Dies kann aber auch dazu führen, dass die TäterInnen sich provoziert fühlen.

### **Reden mit dem Opfer**

„Brauchen Sie Hilfe?“ Dies kann dem Opfer schon helfen, sich nicht mehr alleine zu fühlen und die TäterInnen abschrecken. Beziehungsweise das Opfer dazu einladen, sich selber oder der Gruppe anzuschließen. Wichtig ist, sich auch nach dem Ende der Bedrohungssituation noch um das Opfer zu kümmern bis die Einsatzkräfte eingetroffen sind.

### **Einsatzkräfte alarmieren**

Wenn man sich nicht sicher ist ob andere bereits die Polizei, Rettung oder Feuerwehr gerufen haben, auf jeden Fall (noch einmal) anrufen.

### **Überraschungseffekt nutzen**

(Schreien, Trillerpfeife).

### **Abstand halten**

Nicht in Schlägerei eingreifen und die eigene Sicherheit aufs Spiel setzen, sondern sich eher auf Abstand halten.

### **PartnerInnen/Verbündete gewinnen**

z.B. zum Busfahrer/Straßenbahnfahrer etc. gehen (Funk).

### **Notrufsystem betätigen**

### **Als Zeugin oder Zeuge zur Verfügung stellen**

Viele ZeugInnen verlassen kurz vor oder kurz nach dem Eintreffen der Einsatzkräfte den Ort des Geschehens. Für den Fall einer Anzeige ist es wichtig, dass ZeugInnen vor Ort bleiben, die die Situation schildern können. Bei Zeitdruck zumindest Name und Telefonnummer hinterlassen, damit man später noch erreicht werden kann.

### **Ruhe bewahren!**

Nicht in Panik geraten!

Diese Tipps können dabei helfen, Zivilcourage zu zeigen. Hilfreich ist es auch, verschiedene Situationen vorher mental vorzubereiten und in Rollenspielen oder gedanklich durchzuspielen (Sätze überlegen, Klarheit über Ziele und Handlungsmöglichkeiten gewinnen) um dann im Ernstfall schneller reagieren zu können.

Jeder Mensch ist anders, hat einen anderen Charakter und entwickelt andere Strategien um sich unangenehmen Situationen zu stellen. Darum gibt es nicht DIE Handlungsanleitung für zivilcouragiertes Handeln. Die Aktion muss auch zum jeweiligen Typ passen. Das Einzige, worum es geht ist: AUFSTEHN UND EINSTEHN STATT WEGGEHN!

# Caritas &Du



## **Sätze – passend zu Zivilcourage – aus dem Leitbild der Caritas in Oberösterreich**

### **Das ist uns wichtig**

- Oberstes Prinzip unserer Arbeit ist die Würde jedes einzelnen Menschen zu achten und ihn/sie in seinen/ihren Fähigkeiten zu stärken.
- Herzlichkeit, Tatkraft und ein herausforderndes Eintreten für benachteiligte Menschen leiten unser Handeln.
- Wir begreifen Vielfalt als Bereicherung und stehen für ein Zusammenleben ohne Ausgrenzung.

### **Dafür setzen wir uns ein**

- Für eine Gesellschaft und Politik, die sich von Solidarität, Gerechtigkeit, Frieden und der Wahrung der Schöpfung leiten lässt und die unantastbare Würde und die Rechte eines jeden Menschen respektiert.
- Für ein Miteinander ohne soziale Ausgrenzung und Diskriminierung.

### **Das tun wir**

- Wir fördern die Auseinandersetzung mit sozialen Themen und soziales Engagement bei Jugendlichen.
- Wir treten anwaltschaftlich für benachteiligte Menschen und Bevölkerungsgruppen ein, die selbst keine Stimme in der Öffentlichkeit haben oder nicht gehört werden.

## Literaturhinweise

Arbeitsgemeinschaft Jugend und Bildung e.V.: „Nur Mut. Zivilcourage lernen“; 2006

Brandstätter Veronika, Frey Dieter, Schneider Gina: „Zivilcourage in Theorie und Training als Beitrag zu Werteverwirklichung und Demokratieverständnis“; 2006

Gugel Günther: „Zivilcourage: Eingreifen statt zuschauen!“; 2001

Hermann Angelika, Meyer Gerd: „Was fördert, was hindert Zivilcourage? Ergebnisse einer empirischen Studie“; 2004

Hufer Klaus-Peter: „Argumente am Stammtisch. Erfolgreich gegen Parolen, Palaver, Populismus“; 2006

Lünse Dieter: „Zivilcourage - Lernaspekte einer besonderen Tugend“; 2004

Meyer Gerd: „Was heißt mit Zivilcourage handeln?“; 2004

Singer Kurt: „Zivilcourage in der Schule - Erfahrungen und Erkenntnisse“; o.J.

Fachstelle für Gewaltprävention: „Zivilcourage-Manual. Unterrichtslektionen zum Thema Zivilcourage“; (2013) Stadt Zürich – Schul und Sportdepartement.

Begleitmaterial: „Zivilcourage-Hürden“; Katholische Jugend, 2010/2011

Meyer Gerd, Dovermann Ulrich, Frech Siegfried, Gugel Günther (Hrsg.): „Zivilcourage lernen. Analysen – Modelle – Arbeitshilfen“; Bonn, 2004

Lünse Dieter, Nöllenburg Katty, Kowalczyk Jörg, Wanke Florian: „Zivilcourage können alle! Ein Trainingshandbuch für Schule und Jugendarbeit“; Verlag an der Ruhr, 2011

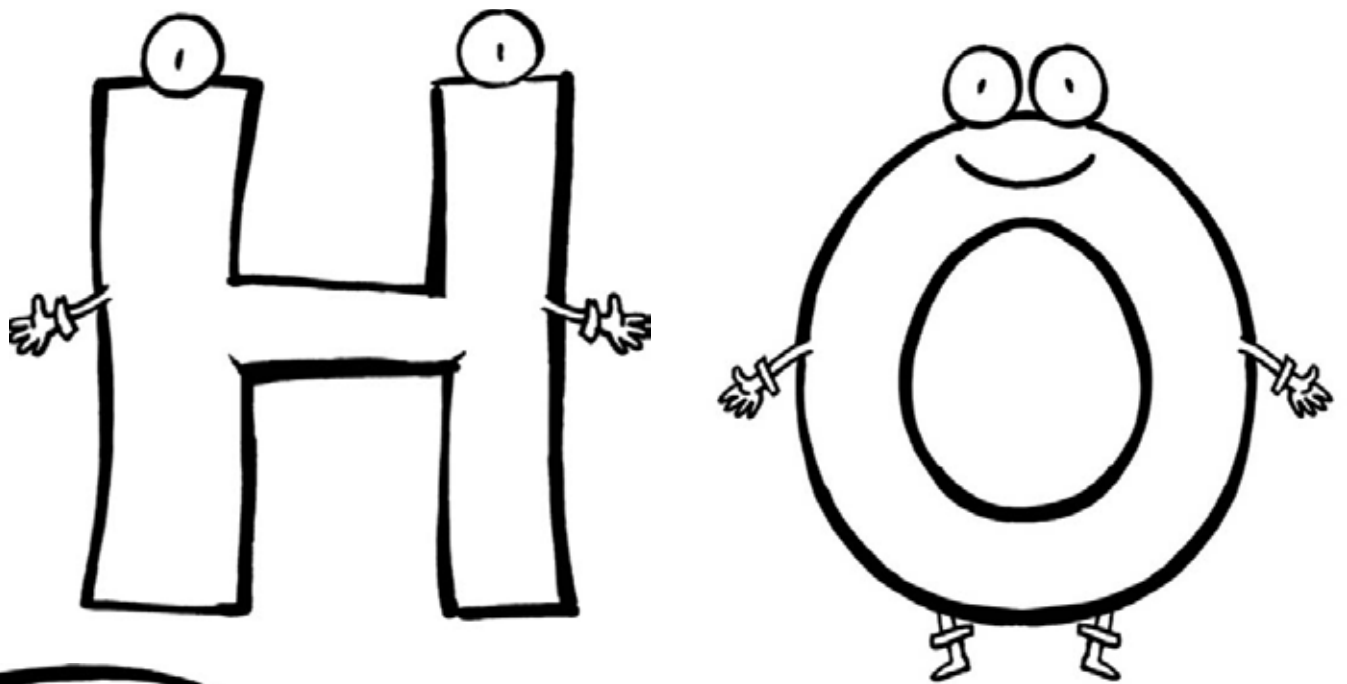
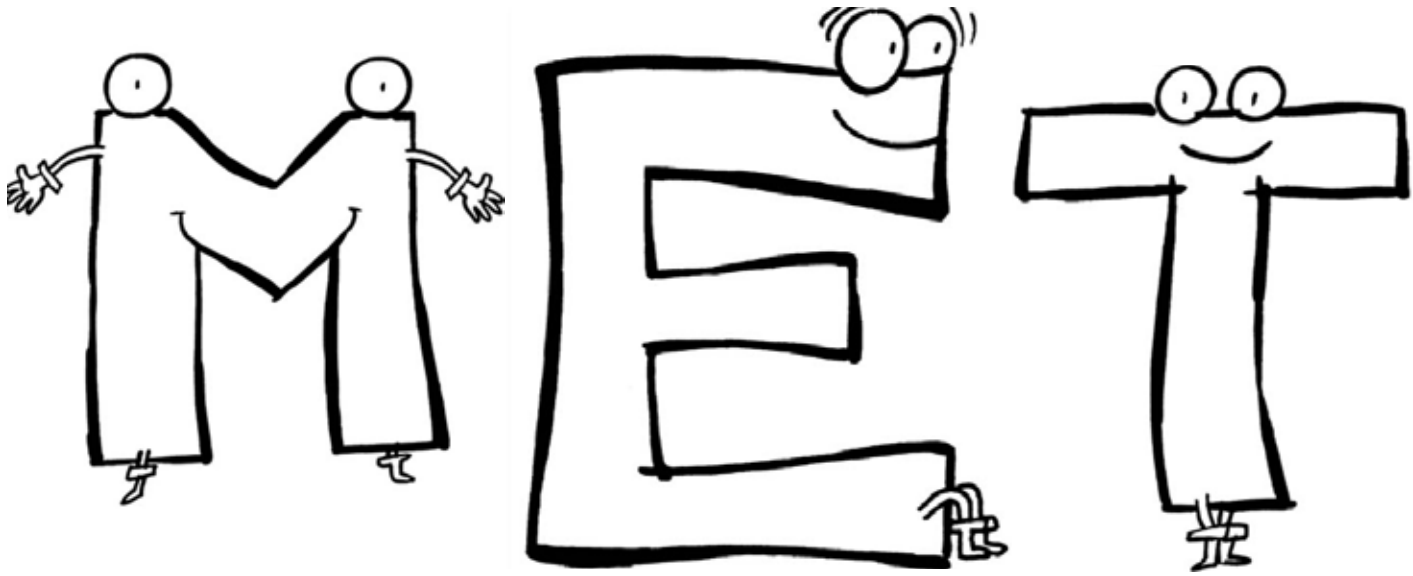
Jonas Kai, Boos Margarete, Brandstätter Veronika (Hrsg.): „Zivilcourage trainieren! Theorie und Praxis“; Hogrefe Verlag, 2007

Buchmann Eric: „Bürgermut oder: Vom Mut, ein Bürger zu sein. Über Zivilcourage gestern und heute“; Grin Verlag, 2014

Apelt Andreas H.: „Zivilcourage gestern und heute: Pflicht oder Kür?“; 2014

Meyer Gerd. Mut und Zivilcourage: „Grundlagen und gesellschaftliche Praxis“; Verlag Barbara Budrich, 2014





# Gewalt - keine Gewalt

## Alter

ab 10 Jahren

## Ziele

- Die SchülerInnen sollen erkennen, dass es unterschiedliche Auffassungen darüber gibt, was Gewalt ist und was nicht.
- Die SchülerInnen sollen sensibler dafür werden, Gewaltsituationen zu erkennen.

## Dauer

30-45 Minuten

## Material

- Zwei große Blätter mit der Aufschrift GEWALT und KEINE GEWALT (oder OK und NICHT OK)
- Auflistung verschiedener Situationen

## Ablauf

Im Raum werden zwei große Blätter mit der Aufschrift GEWALT und KEINE GEWALT (oder OK und NICHT OK) aufgehängt.

Es soll reichlich Platz zwischen den zwei Blättern sein, damit sich die SchülerInnen zu den Schildern und auch dazwischen positionieren können.

Der/die LehrerIn liest nun die verschiedenen Aussagen hintereinander vor und lässt den Kindern kurz Zeit, sich zu einer Seite bzw. dazwischen aufzustellen. Pro Aussage werden ein paar Kinder gefragt, warum sie dort stehen, wo sie stehen. Entsteht spontan eine Diskussion, diese zulassen, moderieren und den Kindern auch die Möglichkeit geben, die eigene Meinung zu ändern.

Je nach Altersstufe gehören die Aussagen verändert, ausgelassen oder angepasst!

## Impulsfragen

- Welche Situationen kennst du, die für den einen noch Spaß sind, für jemand anderen aber schon verletzend sein können?
- Ist nur physische Gewalt verletzend oder psychische Gewalt vielleicht genauso oder schlimmer?





**keine  
Gewalt**

**Gewalt**

## Aussagen:

- Ein Vater, der nie zu Hause ist.
- Ein Junge, der sich die Fingernägel abbeißt.
- Eine 14-jährige, die raucht.
- Bei einem Test in der Schule schummeln.
- Eine Mutter, die dem Kind wegen schlechten Benehmens einen Klaps gibt.
- Ein Porschefahrer, der viel zu schnell auf der Autobahn fährt.
- Ein Polizist bestraft deinen Vater / deine Mutter mit einer Geldstrafe, weil er / sie falsch geparkt hat.
- Jemand, der sich im Supermarkt ein Brot klaut, weil er / sie Hunger hat.
- Eine Mutter, die ihr Kind vor einem LKW von der Straße reißt und ihm dabei sehr weh tut.
- Ein Lehrer, der seine SchülerInnen als „dämlich“ bezeichnet.
- Ein Fleischhauer, der ein Kälbchen schlachtet.
- Ein Arzt, der einem Kranken den Bauch aufschneidet.
- Schimpfwörter sagen.
- Eine Lehrerin, die eine schlechte Note vergibt.
- Ein Banküberfall.
- Ein Kind erzählt dem Lehrer, dass andere Kinder streiten
- Ein dicker Junge wird von seinen Mitschülerinnen und Mitschülern verspottet.
- Ein Fußballspieler, der seinen Gegenspieler einen Tritt versetzt.
- Ein Junge zerkratzt eine Autotüre.
- Aus Spaß und Gaudi miteinander raufen.
- Aus Spaß an der Bushaltestelle miteinander raufen.
- Eine Gewaltszene in einem Film.

# Misch dich ein!

## Alter

ab 12 Jahren

## Ziele

- Die Jugendlichen können in einem geschützten Rahmen Handlungsmöglichkeiten durchspielen.
- Die Jugendlichen lernen verschiedenen Handlungsmöglichkeiten kennen.
- Die Jugendlichen können gemeinsam kreative Handlungsmöglichkeiten entwickeln.

## Dauer

45-60 Minuten

## Material

- Situationsbeschreibungen

## Ablauf

Die Jugendlichen werden in gleich große Gruppen geteilt und bekommen jeweils eine Situation zugeteilt, die sie nach einer kurzen Probezeit der ganzen Klasse darstellen sollen. Die Szenen sollen so lange dauern, dass noch keine Lösung vorgegeben wird. Es besteht aber auch die Möglichkeit, dass sich die Jugendlichen zu Beginn selbst eine kurze Szene überlegen, die sie selbst erfahren haben oder die sie darstellen möchten.

Haben die Gruppen ihre Szene einstudiert, treffen sich alle Teilnehmer wieder, um sich die Szenen gegenseitig zu präsentieren. Die Szenen gehen so weit, dass noch keine Lösung geboten wird. Der/die GruppenleiterIn sagt: „Freeze“, die Schauspieler bleiben in ihrer jeweiligen Position stehen und Jugendliche aus dem Publikum haben nun die Möglichkeit, ihre Lösungsvorschläge aktiv im Schauspiel auszuprobieren. Hierfür bringen sie ihren Lösungsvorschlag, steigen selbst mitten in die Szene ein und zeigen den anderen TeilnehmerInnen, was sie in der jeweiligen Situation machen würden.

## Impulsfragen

- Was würdest du in der jeweiligen Situation machen?
- Glaubst du, kann das wirklich gelingen? Warum ja, warum nein?
- Wie würdest du dich in dieser Situation fühlen?
- Was brauchst du, damit du dich traust einzugreifen?
- Welche Situationen hast du schon erlebt, in denen Zivilcourage gefragt war?
- Welche kreativen Möglichkeiten gibt es noch?

## Situationen

### SITUATION 1

Du sitzt in der Straßenbahn, liest ein Buch und hast deine Tasche auf deinem Schoß. Ein paar Jugendliche steigen in der nächsten Station ein, gehen zu dir und beginnen dich zu hänseln. Sie werfen deine Tasche zu Boden, reißen dir dein Buch aus der Hand und wollen dich nicht in Ruhe lassen...

### SITUATION 2

Du bist neu an deiner Schule und kennst noch fast niemanden. Es fällt dir schwer, Zugang zu deiner Klasse zu finden, da ein paar deiner Schulkameraden Gerüchte über dich in die Welt gesetzt haben. In den Pausen spotten dich genau diese Mitschüler aus und lachen lauthals über dich...

### SITUATION 3

Du hast eine dunkle Hautfarbe, bist müde von deinem langen Arbeitstag und nun endlich auf dem Weg nach Hause. Plötzlich hörst du von der anderen Straßenseite jemanden gehässige Parolen zu dir rufen. Eine Person kommt sogar über die Straße und reißt dir deine Mütze vom Kopf, was die anderen nur noch zu mehr dummen Sprüchen anstachelt...

### SITUATION 4

Du bist eine junge Frau, die abends auf dem Heimweg ist. Plötzlich verlangsamt ein Auto seine Geschwindigkeit, die Fensterscheiben werden runtergelassen und zwei junge Männer belästigen dich mit anzüglichen Sprüchen...

### SITUATION 5

Du bist ein Bettler, der auf der Straße sitzt. Während viele Menschen an dir vorbeigehen, bleibt ein älteres Ehepaar bei dir stehen und beschimpft dich als Nichtsnutz und Sozialschmarotzer...

### SITUATION 6

Du bist ein/e LehrerIn, die es immer sehr gut mit den Jugendlichen meint. In der Klasse ist es oft sehr laut und die SchülerInnen lieben es, dir Streiche zu spielen. Immer wieder findest du im Konferenzzimmer heraus, dass dir ein Zettel am Rücken klebt, auf dem eine Gemeinheit steht...

### SITUATION 7

Welche Situation fällt dir ein?

# Paroli bieten

## Alter

ab 14 Jahren

## Ziele

- Die Jugendlichen üben mit Vorwürfen umzugehen.
- Die Jugendlichen erweitern ihre Handlungsalternativen.

## Dauer

30-60 Minuten

## Material

- Schreibutensilien
- Flipchartbögen

## Ablauf

Zunächst werden in einem gemeinsamen Brainstorming Vorwürfe, Vorurteile und Parolen gesammelt, die sich gegen AusländerInnen (oder eine andere Menschengruppe) richten. Die Jugendlichen stellen sich im Kreis auf, eine/r der Jugendlichen beginnt. Sie oder er sucht sich eine der Parolen aus

und stellt sich in die Mitte des Kreises. Dann wirft sie/er drei bis vier anderen Jugendlichen im Kreis die gewählte Parole an den Kopf. Deren Aufgabe ist es nun, auf die Parole zu reagieren. Die Person in der Mitte lässt die Reaktionen der anderen Jugendlichen auf sich wirken und entscheidet dann, welche Reaktion sie am meisten angesprochen hat. Eine andere Person betritt anschließend den Kreis. Zum Schluss werden die möglichen Handlungsalternativen auf Plakaten festgehalten und die unterschiedlichen Möglichkeiten diskutiert.

## Impulsfragen

- Wie wurde auf die Parolen reagiert?
- Wie haben die einzelnen Reaktionsweisen auf jene gewirkt, die die anderen Jugendlichen provoziert haben?
- Welche Verhaltensweisen haben die Situation beruhigt? Welche nicht?

# Rette mich wer kann!

## Alter

ab 10 Jahren

## Ziele

- Die Wahrnehmung der Jugendlichen für sich und andere soll sensibilisiert werden.
- Die Kooperationsbereitschaft der Jugendlichen soll gefördert werden.
- Die Aufmerksamkeit und Achtsamkeit zwischen den Jugendlichen soll gestärkt werden.

## Dauer

15-20 Minuten

## Ablauf

Der/die GruppenleiterIn lässt die Jugendlichen abzählen (je nach Anzahl der Schüler bis 4,5,6 oder 7).

Nun sollen alle durch den Raum spazieren. Wenn der/die GruppenleiterIn eine Zahl nennt, müssen die TeilnehmerInnen mit dieser Zahl langsam in Ohnmacht fallen und zu Boden sinken. Die Aufgabe der Mitspielenden ist es, diese Personen aufzufangen bevor sie zu Boden fallen. Werden Personen nicht aufgefangen bleiben sie am Boden liegen. Nach einigen Runden können auch mehrere Zahlen gleichzeitig genannt werden um das Spiel etwas schwieriger zu gestalten.

## Variante

Eine andere Variante kann so gespielt werden, dass die Jugendlichen selbst entscheiden wann sie in Ohnmacht fallen. Sie machen hierfür einen lauten Seufzer oder einen kleinen Hilfeschrei. Dafür müssen die Teilnehmer ein Gespür für die Gruppe entwickeln, damit nicht alle gleichzeitig in Ohnmacht fallen, sondern auch noch „Retter“ für übrig bleiben.





# Stopp!

## Alter

ab 8 Jahren

## Ziele

- Die Jugendlichen erkennen, dass jeder verschiedene Grenzen hat.
- Die Jugendlichen nehmen die eigenen Grenzen besser wahr.
- Die Jugendlichen lernen, sich für ihre eigenen Werte einzusetzen.

## Dauer

20 Minuten

## Material

- Je eine Rucksackvorlage pro Kleingruppe

## Ablauf

Die Klasse bildet zwei Reihen, bei der sich die TeilnehmerInnen immer zu zweit in großem Abstand gegenüberstehen. Eine Person ist der/die AngreiferIn, die andere Person das Opfer.

Im ersten Schritt geht der/die AngreiferIn mit zügigem Schritt und böser Miene auf die andere Person zu. Diese hört auf ihre innere Stimme. Sobald sie ein ungutes Gefühl hat, nimmt sie eine selbstsichere Haltung ein, blickt dem Angreifer fest in die Augen und sagt laut und deutlich „Stopp“ oder „Anhalten“. Die andere Person bleibt sofort stehen.

Im nächsten Schritt wird diese Übung wiederholt. Die angreifende Person lässt sich nun jedoch nicht vom ersten Stopp beeindrucken und geht weiter auf die andere Person zu. Erst bei der zweiten Aufforderung, nicht weiter zu gehen, bleibt sie stehen.

In der dritten Runde bleibt die angreifende Person erst dann stehen, wenn sie das Gefühl hat, besser nicht mehr weiterzugehen. Also dann, wenn die Abwehrreaktion glaubwürdig ist. Hierfür muss also die Haltung des Opfers mit der Nachricht übereinstimmen. Die Worte, Stimmlage, Mimik, Gestik, Körperhaltung müssen mit dem was ich erreichen will kongruent sein. Nur wenn ich es wirklich ernst meine, kann ich den/die AngreiferIn aufhalten.

In dieser letzten Stufe kann es sein, dass die angegriffene Person mehrmals „Stopp“ rufen und richtig laut werden muss. Aber genau das ist Sinn der Übung: die Stimme einsetzen, laut werden, der Empörung freien Lauf lassen und zeigen, dass man es ernst meint!

## Impulsfragen

- Was ist dir aufgefallen?
- Hat jeder dieselbe Grenze?
- Ab wann hattest du ein ungutes Gefühl?
- Warum ist es wichtig, die eigenen Grenzen zu kennen und auch STOPP sagen zu können?

# Straßeninterviews

## Alter

ab 12 Jahren

## Ziele

- Die Jugendlichen setzen sich mit dem Begriff der Zivilcourage näher auseinander.
- Die Jugendlichen erkennen, dass es verschiedene Auffassungen von Zivilcourage gibt.
- Die Jugendlichen lernen, was alles zu Zivilcourage gehören kann.

## Dauer

60 Minuten

## Material

- Zettel
- Stifte
- Zu erklärende Begriffe

## Ablauf

Die Klasse wird in verschiedene Gruppen jeweils einem Begriff zugeteilt (empfehlenswert sind 4 Gruppen, also 4 Begriffe). Jede der Gruppen soll auf die Straße gehen und dort in etwa 30 Minuten Passanten (mindestens 10) nach einer Definition für ihren Begriff fragen.

Im Anschluss erstellt jede Gruppe ein kurzes Plakat mit ihren Definitionen und stellt dieses vor. Die Jugendlichen bei dieser Übung auch nach ihren Erlebnissen auf der Straße und ihrer eigenen Definition des Begriffes fragen.

Mögliche Begriffe sind:

Rassismus, Fremdenfeindlichkeit, Antisemitismus, Diskriminierung, Sexismus, Mobbing, Zivilcourage, Mut, Gewissen

## Impulsfragen

- Was haben die verschiedenen Begriffe mit Zivilcourage zu tun?
- Was gehört für dich zu Zivilcourage?
- Wie haben die Passanten auf euch reagiert?
- Welche Erlebnisse hattet ihr während eurer Befragung?
- Welche Erklärungen habt ihr für eure Begriffe bekommen?



# Lied: Sage Nein! (Konstantin Wecker)

## Alter

ab 12 Jahren

## Dauer

5 Minuten (nur als Einstieg, sonst länger)

## Material

- Lied: Sage Nein!
- Kopien des Textes

## Ziele

- Die Jugendlichen werden ermutigt, selbst öfter NEIN zu sagen.
- Die Jugendlichen werden emotional angesprochen.
- Die Jugendlichen lernen verschiedene Situationen und geschichtliche Ereignisse kennen, in denen zivilcouragiertes Handeln gefragt ist/ war.

## Impulsfragen

- Was geht dir durch den Kopf, wenn du dieses Lied hörst bzw. den Text liest?
- Warst du mit einem dieser Probleme selbst schon einmal konfrontiert?
- Warum hat der Sänger dieses Lied geschrieben? Was will er damit sagen bzw. erreichen?
- Kennst du noch weitere Situationen, in denen man NEIN sagen bzw. sich für andere Menschen einsetzen sollte?
- Was hindert dich daran NEIN zu sagen bzw. dich einzumischen und zivilcouragiert zu handeln?
- Was würde dir helfen, NEIN zu sagen und Widerstand zu leisten?

## Sage Nein – Konstantin Wecker

Wenn sie jetzt ganz unverhohlen  
Wieder Nazi-Lieder johlen,  
Über Juden Witze machen,  
Über Menschenrechte lachen,  
Wenn sie dann in lauten Tönen  
Saufend ihrer Dummheit frönen,  
Denn am Deutschen hinterm Tresen  
Muss nun mal die Welt genesen,  
Dann steh auf und misch dich ein:  
Sage nein!

Meistens rückt dann ein Herr Wichtig  
Die Geschichte wieder richtig,  
Faselt von der Auschwitzlüge,  
Leider kennt man's zur Genüge -  
Mach dich stark und misch dich ein,  
Zeig es diesem dummen Schwein:  
Sage nein!

Ob als Penner oder Sänger,  
Banker oder Müßiggänger,  
Ob als Priester oder Lehrer,  
Hausfrau oder Straßenkehrer,  
Ob du sechs bist oder hundert,  
Sei nicht nur erschreckt, verwundert,  
Tobe, zürne, misch dich ein:  
Sage nein!

Und wenn aufgeblasene Herren  
Dir galant den Weg versperren  
Ihre Blicke unter Lallen  
Nur in Deinen Ausschnitt fallen.  
Wenn sie prahlen von der Alten,  
Die sie sich zu Hause halten,  
Denn das Weib ist nur 'was wert  
Wie dereinst an Heim und Herd,  
Tritt nicht ein in den Verein,  
Sage nein!

Und wenn sie in deiner Schule  
Plötzlich lästern über Schwule,  
Schwarze Kinder spüren lassen,  
Wie sie andre Rassen hassen,  
Lehrer, anstatt auszusterben,  
Deutschland wieder braun verfärben,  
Hab dann keine Angst zu schrein:  
Sage nein!

Ob als Penner oder Sänger,  
Banker oder Müßiggänger,  
Ob als Priester oder Lehrer,  
Hausfrau oder Straßenkehrer,  
Ob du sechs bist oder hundert,  
Sei nicht nur erschreckt, verwundert,  
Tobe, zürne, misch dich ein:  
Sage nein!

# Lied: Deine Schuld (Die Ärzte)

## Alter

ab 12 Jahren

## Dauer

5 Minuten (nur als Einstieg, sonst länger)

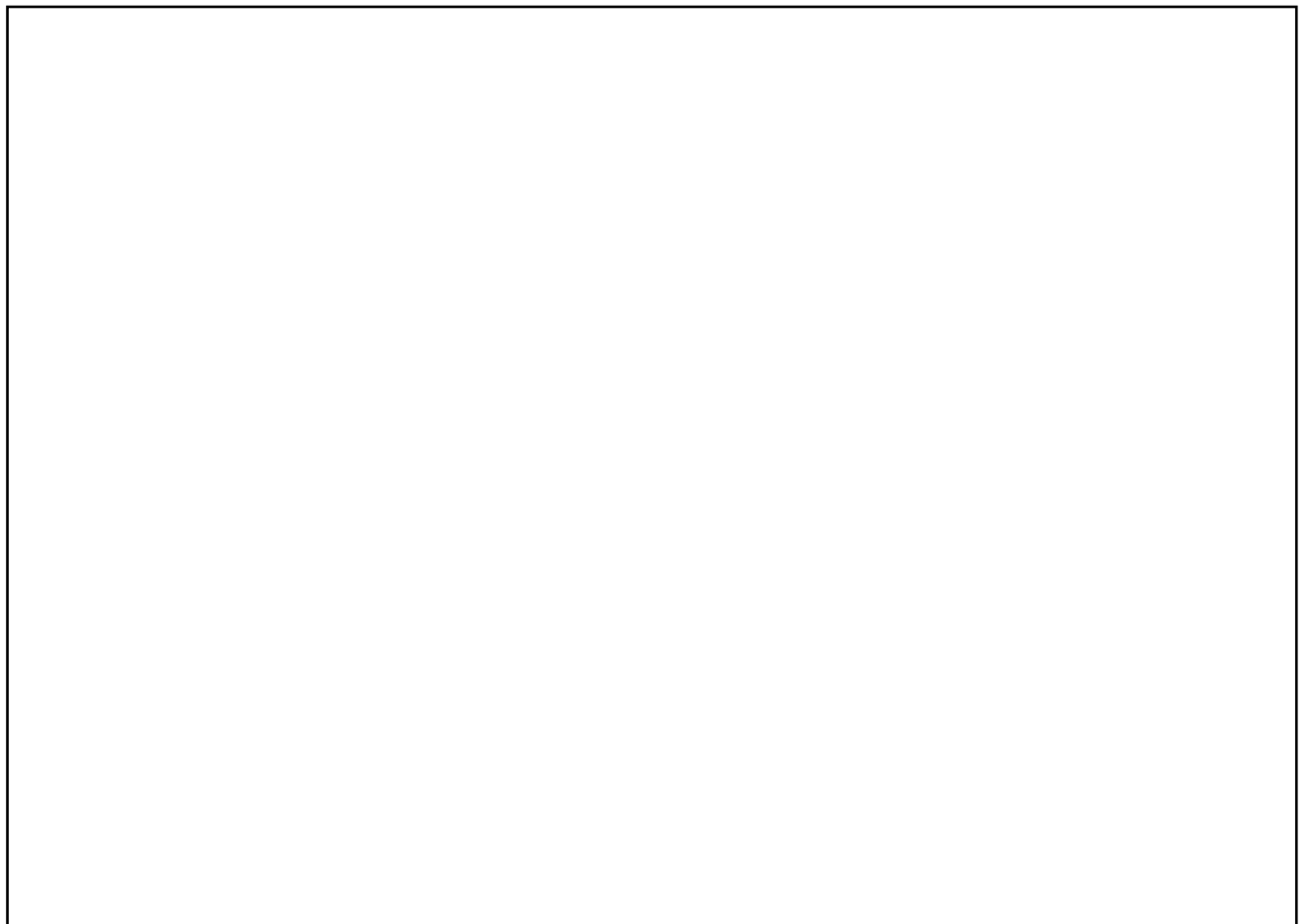
## Material

- Lied: Deine Schuld
- Kopien des Textes

## Ziele

## Impulsfragen

.



## Deine Schuld – Die Ärzte

Hast Du Dich heute schon geärgert, war es heute wieder schlimm?  
Hast Du Dich wieder gefragt, warum kein Mensch was unternimmt?  
Du musst nicht akzeptieren, was Dir überhaupt nicht passt.  
Wenn Du Deinen Kopf nicht nur zum Tragen einer Mütze hast, ohoho.

Es ist nicht Deine Schuld, dass die Welt ist, wie sie ist.  
Es wär nur Deine Schuld, wenn sie so bleibt.  
Es ist nicht Deine Schuld, dass die Welt ist, wie sie ist.  
Es wär nur Deine Schuld, wenn sie so bleibt.

Glaub keinem, der Dir sagt, dass Du nichts verändern kannst.  
Die, die das behaupten, haben nur vor der Veränderung Angst.  
Es sind dieselben, die erklären, es sei gut so, wie es ist.  
Und wenn Du etwas ändern willst, dann bist Du automatisch Terrorist.

Es ist nicht Deine Schuld, dass die Welt ist, wie sie ist.  
Es wär nur Deine Schuld, wenn sie so bleibt.  
Es ist nicht Deine Schuld, dass die Welt ist, wie sie ist.  
Es wär nur Deine Schuld, wenn sie so bleibt.  
Weil jeder, der die Welt nicht ändern will, ihr Todesurteil unterschreibt.

Lass uns diskutieren, denn in unserem schönen Land,  
sind zumindest theoretisch alle furchtbar tolerant.  
Worte wollen nichts bewegen, Worte tun niemandem weh.  
Darum lass uns drüber reden.  
Diskussionen sind ok.

Nein - geh mal wieder auf die Straße, geh mal wieder demonstrieren.  
Denn wer nicht mehr versucht zu kämpfen, kann nur verlieren!  
Die Dich verarschen, die hast Du selbst gewählt.  
Darum lass sie Deine Stimme hören, weil jede Stimme zählt, ohoho.

Es ist nicht Deine Schuld, dass die Welt ist, wie sie ist.  
Es wär nur Deine Schuld, wenn sie so bleibt.  
Es ist nicht Deine Schuld, dass die Welt ist, wie sie ist.  
Es wär nur Deine Schuld, wenn sie so bleibt.  
Es ist nicht Deine Schuld, dass die Welt ist, wie sie ist.  
Es wär nur Deine Schuld, wenn sie so bleibt

## Kontakte Diözesen

### **youngCaritas Österreichweit**

Albrechtskreithgasse 19-21  
1160 Wien  
+43 (0) 664/ 8266913  
christinamarlene.thurner@caritas-austria.  
at  
<https://youngcaritas.at/>

### **youngCaritas Oberösterreich**

Kapuzinerstr. 55  
4020 Linz  
+43 732 7610-2350  
young@caritas-ooe.at  
<https://ooe.youngcaritas.at/>

### **youngCaritas Wien & NÖ-Ost**

Gürtelbogen 349  
Heiligenstädter Straße 31  
1190 Wien  
+43 1 367 25 57  
youngcaritas@caritas-wien.at  
<https://wien.youngcaritas.at/>

### **youngCaritas Kärnten**

Sandwirtgasse 2  
9010 Klagenfurt  
+43 (0) 463/ 555 60 55  
youngcaritas@caritas-kaernten.at  
<https://ktn.youngcaritas.at/>

### **youngCaritas Burgenland**

St.-Rochus-Straße 15  
7000 Eisenstadt  
+43 (0) 676 / 83 730 34  
young.caritas@caritas-burgenland.at  
<https://bgld.youngcaritas.at/>

### **youngCaritas St.Pölten & NÖ-West**

Hasnerstraße 4  
3100 St. Pölten  
+43 (0) 676 83 844-301 oder 302  
youngcaritas@caritas-stpoelten.at  
<https://noe-west.youngcaritas.at/>

### **youngCaritas Salzburg**

Friedensstraße 7  
5020 Salzburg  
+43 (0) 5 1760 - 5610 oder 5611  
youngcaritas@caritas-salzburg.at  
<https://sbg.youngcaritas.at/>

### **youngCaritas Vorarlberg**

Lustenauerstraße 3  
6850 Dornbirn  
+43 (0) 5522 / 200 - 4040  
youngcaritas@caritas.at  
<https://vbg.youngcaritas.at/>

### **youngCaritas Steiermark**

Grabnerstraße 39  
8011 Graz  
+43 (0) 316/ 8015 - 283  
young@caritas-steiermark.at  
<https://stmk.youngcaritas.at/>

### **youngCaritas Tirol**

Heiliggeiststraße 16  
6020 Innsbruck  
+43 (0) 512 / 7270 - 34  
youngcaritas@dibk.at  
<https://tirol.youngcaritas.at/>

# Create Future

## **youngCaritas**

Für den Inhalt verantwortlich:

**youngCaritas OÖ**  
**Kapuzinerstraße 55**  
**4020 Linz**  
**Tel: 0732/7610-2350**  
**e-Mail: [young@caritas-linz.at](mailto:young@caritas-linz.at)**  
**<https://ooe.youngcaritas.at>**  
**facebook: youngCaritas**  
**Oberösterreich**  
**DVR: 0029874(120)**

Fotos: wenn nicht anders angegeben:  
Caritas Österreich  
Cartoons: Katharina Zeiner  
Version 7/2021

