

ZIVILCOURAGE

Montag, 8. 2. 2010, 18 – ca. 20.30 Uhr

**Was kann ich beachten, wenn *ich* anderen zivilcouragiert helfen möchte?
Was kann ich beachten, wenn ich die Hilfe anderer für *mich* brauche?**

Wie viel Mut, wie viel Courage wir in einer Situation aufbringen können, in der unser Eingreifen gefragt ist, kann sehr unterschiedlich sein.

Eigenes und fremdes zivilcouragiertes Verhalten hängt von mehreren Aspekten ab, z.B.:

- Einschätzung der Gefährlichkeit der gegenwärtigen Situation
- Frühere positive oder negative Erfahrungen mit "eingreifen" bzw. "um Hilfe bitten"
- Körperliche, geistige und seelische "Tagesform"
- Ob wir alleine sind oder andere Menschen in unmittelbarer Nähe wissen
- Zur Verfügung stehende "Werkzeuge": Handlungsstrategien, Tricks, Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungstechniken, usw.

Vor allem um den letzten Punkt, um unser "*Handwerkszeug*", soll es an diesem Abend gehen:

wir werden Aspekte beleuchten die ausschlaggebend dafür sein können, dass *wir* - möglichst erfolgreich und unter Wahrung der eigenen Sicherheit – anderen Menschen beistehen können.

Und wir werden besprechen, wie wir andere Menschen möglichst erfolgreich dazu bewegen können *uns* zu unterstützen, wenn wir in Not sind.

Und damit der Abend nicht zu "kopflastig" wird, werden wir zwischendrin auch immer ein paar kleine praktische Übungen machen.

