

**8 Was ist ein Held, wer ist eine Heldin?**  
**8 Wolodymyr Selenskyj, Superwoman oder Greta Thunberg?** Eine Annäherung an ein heikles Thema.  
*Von Siebo Heinken*

**26 Ein Leben für die Wissenschaft**  
**Marie Curie** erforschte die Radioaktivität, erhielt gleich zwei Nobelpreise – und wurde zum Opfer ihrer gefährlichen Leidenschaft.  
*Von Alina Schadwinkel*  
⊕ **Helden der Wissenschaft**  
*Hidden Figures, Alfred Wegener, Ada Lovelace, Alan Turing, Giordano Bruno, Hypatia, Alexander von Humboldt*

**44 Edel und flüchtig**  
Goldmedaille, Mutterkreuz oder die Presidential Medal of Freedom: Heldenorden und ihre wechselvolle Geschichte.  
*Von Johannes Bichler*

**50 Mission: die Rettung der Welt**  
Wie kam es zu den Superheld:innen, welche Bedeutung haben sie – und warum ziehen sie immer wieder Kritik auf sich?  
*Von Annemarie Klimke*

**58 Der Held vom Hudson**  
**Chesley Sullenberger** glückte die Notlandung eines voll besetzten Airbus A320 mitten in New York. Bald war er zu Gast im Weißen Haus.  
*Von Jan Christoph Wiechmann*  
⊕ **Helden durch Arbeit**  
*Karen Silkwood, GSG 9, Daphne Caruana Galizia, Mutter Teresa, Frida Hockauf, Roberto Saviano, Fußball-Schiedsrichter*

**72 Die Ersten ihrer Art**  
**Herakles, Achilleus, Aeneas:** alles klangvolle Namen von Heroen aus lang vergangenen Zeiten. Warum werden immer noch Geschichten von ihnen erzählt?  
*Von Matthias J. Bensch*

**78 Ikone des Widerstands**  
**Sophie Scholl**, dazu ihr Bruder Hans und Christoph Probst starben unter dem Fallbeil. Ihr Kampf gegen das Nazi-Regime machte die junge Frau zum Mythos.  
*Von Tanja Beuthien*

⊕ **Helden von Recht und Freiheit**  
*Alexej Nawalny, Claus Schenk Graf von Stauffenberg, Olympe de Gouges, Robert Mugabe, Jeanne d'Arc, Leipziger Montagsdemo, Ding Jiaxi*

**96 Und ewig lebt der Märtyrer**  
Seit zwei Jahrtausenden opfern Menschen ihre Gesundheit oder ihr Leben einer höheren Sache: dem Glauben, der Anerkennung, der Wissenschaft.  
*Von Thomas Forstner*

**104 Gefangen im Eis**  
**Sir Ernest Shackleton** gilt als großer Polarforscher – weil es ihm vor gut einem Jahrhundert gelang, seine Mannschaft aus höchster Not zu retten.  
*Von Siebo Heinken*  
⊕ **Helden der Exploration**  
*Amelia Earhart, Gustav Nachtigal, Thor Heyerdal, Ferdinand Magellan, Fridtjof Nansen, Gudrid Thorbjarnardóttir, Apollo 11, Mary Kingsley*

**122 Die Herren des Mittelalters**  
Hoch zu Ross und in Eisen gekleidet, entschieden Ritter Schlachten und zogen gen Jerusalem. Wie entstand dieses Bild vom heroischen Krieger?  
*Von Klaus-Dieter Linsmeier*

**130 Allein für den Lachs**  
Wenn Donald Staniford auftaucht, klingen bei Fischfarmern in Schottland die Alarmglocken. Der Aktivist kämpft gegen einen übermächtigen Gegner.  
*Von Jörn Auf dem Kampe*  
⊕ **Helden des Naturschutzes**  
*John Muir, Park Ranger, Jane Goodall, Niwat Roykaew, Sea Shepherd, Greta Thunberg, Rachel Carson*

## 148 **Mutmacher in der Kindheit**

Welche Rolle haben Helden und Heldinnen in der Kinderliteratur? Eine Kinderbuchautorin über **Prinz Eisenherz**, **Winnetou** und **Pippi Langstrumpf**.

Von *Nina Weger*

## 156 **Tiere, Herrscher, Loser**

Der Wal als archaisches Wesen, die trauernde Geliebte, der planlose Neu-Berliner: Die Literatur ist seit je getragen von heldenhaften Figuren.

Von *Stephan Draf*

## 164 **Ein Germane gegen Rom**

Der Cheruskerfürst **Arminius** brachte dem Römischen Reich seine wohl größte Niederlage. Danach musste er immer wieder als Held erhalten.

Von *Jennifer Morscheiser*

🕒 **Helden des Krieges**

*Manfred Freiherr von Richthofen*, *Alliierte am D-Day*, *Walerij Saluschnyi*, *300 Spartaner*, *El Cid*, *Deserteure*, *Eleonore Prochaska*

## 178 **Ein Semester Heldentum**

Wie ein Dutzend angehende Fotografen und Fotografinnen seine Helden darstellte.

Ein Projekt an der Hochschule Hannover.

Von *Siebo Heinken*

## 200 **Der Größte**

**Muhammad Ali** war Box-Weltmeister, Kriegsdienstverweigerer, Idol der Bürgerrechtsbewegung. Und einer, der niemals seine Würde verlor.

Von *Holger Gertz*

🕒 **Helden des Sports**

*Jan Ullrich*, *Steffi Graf*, *Bert Trautmann*, *Katharina Witt*, *Waldemar Cierpinski*, *Jackie Robinson*, *Kristina Vogel*

## 218 **„Auch Zivilcourage ist heldenhaft“**

Braucht eine Gesellschaft Helden? Der Münchener Sozialpsychologe **Dieter Frey** über die Bedeutung von Leitfiguren und eine Ethik der Verantwortung.

Von *Siebo Heinken*

## 224 **Eine Frau gibt Hoffnung**

**Benazir Bhutto** versuchte in Pakistan einen demokratischen Aufbruch, als erste muslimische Premierministerin der Geschichte.

Von *Jörg-Uwe Albig*

🕒 **Helden der Zeitgeschichte**

*Nelson Mandela*, *Rudi Dutschke*, *Mahatma Gandhi*, *Václav Havel*, *Rosa Parks*, *Julian Assange*, *Malala Yousafzai*, *Clara Zetkin*

## 242 **Helden im Bild**

Das Heroische ist seit je auch ein Sujet der Malerei, und schon immer unterliegt es dem Lebensgefühl. Eine Reise durch die Zeiten, von der Antike bis zur Pop-Art.

Von *Ralf Schlüter*

## 252 **Der ewige Agent Ihrer Majestät**

**James Bond** begeistert seit Jahrzehnten die Kinobesucher. Ein Blick hinter die Genese des wohl elegantesten Draufgängers der Filmgeschichte.

Von *Siegfried Tesche*

🕒 **Helden des Films**

*„Das Leben ist schön“*, *„denn sie wissen nicht, was sie tun“*, *„Die Tribute von Panem“*, *„Easy Rider“*, *„Fahrraddiebe“*, *„Alien – Das unheimliche Wesen aus einer fremden Welt“*, *Taxi Driver*, *„Die Legende von Paul und Paula“*

## 268 **Literatur, Websites, Podcasts**

## 269 **Autoren und Autorinnen**

## 270 **Bildnachweis, Leihgeber, Impressum**