

Präambel

Der Schutz und das Wohl von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen ist im organisierten Sport von fundamentaler Bedeutung. Hierfür tragen alle am Sport Beteiligten Verantwortung, d. h. Trainer*innen, Sportler*innen, Eltern und Funktionär*innen. Der Verband arbeitet kontinuierlich daran, dass alle Sportler*innen mit Freude und Erfolgserlebnissen am Sport teilnehmen können und vor jeglicher Form von Gewalt geschützt werden. Deshalb wurden vom Hessischen Turnverband und Deutschen Turner-Bund in Zusammenarbeit mit der Universität Münster¹ die folgenden Verhaltensregeln entwickelt. Sie sollen einerseits einen wichtigen Beitrag im Rahmen des Präventionskonzeptes zum Schutz vor Gewalt leisten. Andererseits sollen sie das Bemühen um optimale Förderung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen im Sport wirkungsvoll unterstützen.

Ziel der Verhaltensregeln ist es zu klären,

- welche Verhaltensweisen den Werten des Verbandes entsprechen und welche ihnen widersprechen,
- welche Verhaltensstandards die Beteiligten im Sport voneinander erwarten können und
- welche Verhaltensweisen für die personale und leistungsbezogene Entwicklung von Sportler*innen als besonders förderlich gelten können.

In den Verhaltensregeln sind einschlägige rechtliche Grundlagen berücksichtigt, insbesondere die auch in Deutschland geltende UN-Kinderrechtskonvention. Darüber hinaus wurden wissenschaftlich gut belegte Befunde zur optimalen Förderung von Kindern, Jugendlichen und erwachsenen Sportler*innen herangezogen.

Jede und jeder, der/die am Sport in unserem Verband beteiligt ist, verpflichtet sich zur Einhaltung dieser Verhaltensregeln – bei Eintritt in den Verband und insbesondere bei Übernahme eines Leitungsamts.

An der Entwicklung dieser Verhaltensregeln wurden Kinder, Jugendliche und erwachsene Sportler*innen, sowie Trainer*innen, Eltern und Funktionär*innen beteiligt. Ihren Zweck erfüllen die Verhaltensregeln nur, wenn sie in der alltäglichen Praxis vermittelt, beachtet und kritisch weiterentwickelt werden.

¹ Gefördert durch Eigenmittel des Hessischen Turnverbands und durch Mittel des Bundesinstituts für Sportwissenschaft (ZMI4-072020/23),
Leitung: Dr. Kathrin Kohake, Beratung und Mitarbeit: Prof. Dr. Alfred Richartz.

Verhaltensregeln für Kinder, Jugendliche und erwachsene Sportler*innen

Alle Kinder, Jugendliche und erwachsene Sportler*innen haben das Recht, ...

1. Spaß und Freude zu erleben und in der Gemeinschaft akzeptiert zu sein.
 - *Sporttreiben ist sehr vielfältig. Kinder, Jugendliche und erwachsene Sportler*innen sollten deshalb ihre Sportaktivität passend zu ihren Interessen, Zielen und ihrer Leistungsfähigkeit wählen. Im Wettkampf- und Leistungssport, aber auch in Sportarten mit erhöhten Gefährdungsrisiken, ist es oft der Fall, dass man für bestimmte Ziele, Aktivitäten und die Mitgliedschaft in bestimmten Trainingsgruppen ein gewisses Leistungsniveau und Können mitbringen muss.*
 - *Eltern und Sportler*innen sollten sich beraten lassen, welche Sportaktivitäten und welche Sportgruppen zu ihren Zielen und ihrem augenblicklichen Können passen.*
2. sich jederzeit sicher und wohlfühlen zu können.
 - *Im Sport erlebt man auch immer wieder Unsicherheit, körperliche Schmerzen oder auch Angst – bei Aufgaben, die Mut und hohe Anstrengung erfordern oder bei denen man unsicher ist, ob man erfolgreich ist. Solche Gefühlsspannungen sind in dieser Verhaltensregel nicht gemeint. Solche Situationen machen sogar einen wichtigen Teil des Sports aus, denn man erlebt dabei oft etwas, auf das man hinterher stolz sein kann. In dieser Regel ist vielmehr gemeint, dass man sich sicher fühlen kann vor Bedrohung und Ausgrenzung durch andere und dass man sich auf die Unterstützung und Hilfe von Lehrkräften und Teammitgliedern verlassen kann.*
3. dass ihre Gesundheit immer an erster Stelle steht.
4. mit gleichen Rechten und Pflichten und ohne Diskriminierung am Sport teilzunehmen.
 - *Der (einsetzen: Regelerlassender Verband: DTB/HTV) bietet ein breites Sportprogramm mit Angeboten für verschiedenste Ziele und alle Alters- und Leistungsstufen. Im Wettkampf- und Leistungssport möchte man sportliche Ziele für sein Team und für sich selbst erreichen. Um zu einem erfolgsorientierten Team zu gehören, muss man unterschiedliche Stärken und Leistungen anerkennen. Bisweilen ist es erforderlich, in Teams zu wechseln, die besser zu den eigenen Zielen und zur eigenen Leistungsfähigkeit passen. Diskriminierung dagegen geschieht, wenn Unterschiede gemacht werden, die nicht in individuellen Stärken und Leistungen begründet sind.*
5. von allen fair, freundlich, respektvoll und mit Verständnis und Unterstützung behandelt zu werden.
6. ihre Meinung zu sagen zu allen Angelegenheiten, die sie betreffen.
 - *Die UN-Kinderrechtskonvention sichert jedem Kind das Recht zu, in allen Angelegenheiten gehört zu werden, die es betreffen. Dieses Recht auf Gehör und Berücksichtigung der eigenen Perspektive ist altersgemäß und entwicklungsentsprechend zu gewähren. Für das Training bedeutet dies nicht, dass bei jeder Übung oder Trainingsmaßnahme erst diskutiert werden sollte. Kinder, Jugendliche und erwachsene Sportler*innen sollten aber ausreichend Gelegenheit bekommen, anzusprechen, was ihnen wichtig ist. Dazu können viele verschiedene Gesprächsformate beitragen – von ausführlicheren Gesprächen über langfristige Trainingsziele bis hin zu kurzen Auswertungen am Trainingsende. Um der Kinderrechtskonvention zu genügen, ist deshalb auf Wunsch von Kindern und Jugendlichen in jedem Fall eine Gesprächsgelegenheit zeitnah und in passender Situation anzubieten. Entscheidend ist darüber hinaus jedoch die Haltung, Kinder, Jugendliche und erwachsene Sportler*innen nicht als Ausführende von Anweisungen, sondern als Mitgestaltende ernsthaft anzuerkennen.*
7. dass ihre Vorschläge und Meinungen gehört und ernst genommen werden.
 - *Dass Vorschläge und Meinungen nicht nur gehört, sondern ernst genommen werden, verpflichtet nicht dazu, diese in jedem Fall unverändert zu verwirklichen. Es bedeutet aber doch, dass sie lösungsorientiert und mit erkennbarem Willen zu einer angemessenen Berücksichtigung erwogen werden.*
8. zu wissen, an wen sie sich wenden können, wenn sie sich unsicher, angegriffen oder ungerecht behandelt fühlen.
 - *Kinder und Jugendlichen fällt es oft schwer, sich zu offenbaren, wenn sie Übergriffen oder Machtmissbrauch ausgesetzt waren. Ansprechpersonen sind deshalb ein wichtiger Bestandteil eines Präventions- und Schutzkonzepts. Die Forschung zeigt, dass Kinder und Jugendliche einen Zugang zu Ansprechpartnern vor allem dann finden, wenn sie diese Personen kennen und ein niedrigschwelliger Zugang zu ihnen bereitsteht.*
9. dass persönliche Informationen über sie vertraulich behandelt werden.
 - *Persönliche Daten und Informationen wie etwa bezogen auf den gesundheitlichen Zustand oder die schulischen Leistungen unterliegen nach europäischem Rechtsstandard hohen Anforderungen an den Datenschutz. Trainer*innen oder Funktionär*innen, denen solche Informationen in Ausübung ihres Amtes zu Kenntnis gelangen, sind zur Verschwiegenheit verpflichtet. Der Schutz des Kindeswohl kann in gravierenden Fällen eine Einschränkung der Verschwiegenheit erfordern.*

Alle Kinder, Jugendliche und erwachsene Sportler*innen haben die Pflicht, ...

10. eine Vertrauensperson über Mobbing-Vorfälle zu informieren, auch, wenn sie nicht selbst betroffen sind. Vertrauenspersonen können zum Beispiel die Eltern sein, aber auch Trainer*innen oder Ansprechpersonen im Verein/Verband.
11. alle Unfälle, Verletzungen und andauernde Schmerzen der Trainerin oder dem Trainer sowie den Erziehungsberechtigten² mitzuteilen.
12. sich über die Social-Media- und Fotografie-Richtlinien des Verbandes/Vereins zu informieren und diese zu befolgen.
 - *Soziale Medien bieten viele Vorteile und werden intensiv von Kindern, Jugendlichen und erwachsenen Sportler*innen genutzt. Soziale Medien können jedoch auch genutzt werden, um Menschen in Wort und Bild herabzusetzen, bloßzustellen und zu mobben. Es geschieht auch, dass das Recht am eigenen Bild von Menschen verletzt wird. Kinder, Jugendliche und erwachsene Sportler*innen sind deshalb verpflichtet, die Richtlinien zur Prävention von Gewalt und Grenzüberschreitungen in sozialen Medien des Verbandes/Vereins zu kennen und ihnen zu folgen.*
13. keine unzulässigen Mittel einzunehmen und sich an die Anti-Doping Richtlinien zu halten.

Allen Kindern, Jugendlichen und erwachsenen Sportler*innen ist nicht erlaubt ...

14. sich an Gewalt oder Mobbing zu beteiligen – das gilt sowohl im persönlichen Kontakt als auch über soziale Medien.
 - *Die Verpflichtung, die Rechte anderer im Sport zu respektieren, gilt für alle Beteiligten im Sport. Deshalb wird auch von Kindern, Jugendlichen und erwachsenen Sportler*innen erwartet, dass sie andere nicht körperlich oder verbal verletzen, dass sie nicht Gerüchte oder Lügen über andere verbreiten oder sich in anderer Form an Mobbing, Betrug oder Gewalt beteiligen.*

Allen Kindern und Jugendlichen im Sport ist nicht erlaubt ...

15. Mittel einzunehmen, von denen die Erziehungsberechtigten nicht Bescheid wissen.
 - *Erziehungsberechtigte haben eine Fürsorgepflicht für ihre Kinder, die sich in besonderer Weise auf die körperliche und seelische Gesundheit bezieht. Sie können dieser Pflicht nur nachkommen, wenn sie von allen Medikamenten wissen.*

Alle Kinder, Jugendliche und erwachsene Sportler*innen sollten ...

16. Nein! sagen zu allem, was ihnen schlechte Gefühle macht und bei dem sie sich unwohl fühlen.
 - *Diese Regel bezieht sich auf die Ermutigung zur Verteidigung persönlicher Grenzen gegen alle Formen von gewalthaften Übergriffen. Kinder, Jugendliche, aber auch Erwachsene reagieren zuallererst mit einem emotionalen Signal, wenn sie Bedrohungen ihrer persönlichen Integrität, Sicherheit und Grenzen erleben. Oft kann man erst deutlich später sprachlich-argumentativ ausdrücken, welche Bedrohung man erlebt oder welche Grenzen überschritten werden. Die Entscheidung zu einer selbstschützenden Handlung benötigt oft noch längere Zeit. Der Sinn dieser Regel ist deshalb, das frühzeitige emotionale Signal zu einer möglichst schnellen Beendigung der Bedrohung zu nutzen, indem man Grenzen deutlich und öffentlich wahrnehmbar markiert.*
 - *Diese Regel ist also nicht anwendbar auf Situationen, in denen Kinder, Jugendliche und erwachsene Sportler*innen keine Verletzung ihrer persönlichen Grenzen oder ihrer Sicherheit befürchten. Dies trifft z. B. zu, wenn Trainingsmethoden herausfordernd, aber nicht überfordernd sind, oder wenn sie nicht den augenblicklichen persönlichen Interessen entsprechen.*
17. es nie als Geheimnis behalten, wenn eine Person sie seelisch (gefühlsmäßig) oder körperlich verletzt hat.
 - *Wenn Kinder, Jugendlichen und auch Erwachsenen Übergriffe und Gewalt erfahren, fällt es ihnen oft schwer, das Bedürfnis nach sozialer Unterstützung zu offenbaren. Dies gilt nicht selten auch ihren vertrauten Bezugspersonen gegenüber. Zudem werden Kinder und Jugendliche von Gewalttäter*innen nicht selten dazu aufgefordert, Übergriffe zu verschweigen. In anderen Fällen werden sie sogar bedroht, damit sie ihre Gewalterfahrungen niemand mitteilen. Diese Regel soll deshalb ausdrücklich dazu ermutigen, sich bei Gewalterfahrungen für soziale Unterstützung zu öffnen und auf diese Weise Hilfe zu erhalten. Da dies oft am ehesten gegenüber Personen möglich ist, zu denen schon ein Vertrauensverhältnis besteht, ist die Wahl der Ansprechperson in dieser Verhaltensregel offengelassen.*
18. für ihre Sicherheit sorgen, indem sie sich an die Anweisungen und Regeln halten.

² Verhaltensregeln oder Anteile davon, die sich auf Erziehungsberechtigte beziehen, gelten nicht für erwachsene Sportlerinnen und Sportler.

19. daran denken, dass Leistungsunterschiede nichts mit dem Wert einer Person zu tun haben, sondern dass alle Sportler*innen den gleichen Wert haben.
20. sich als Mitglied ihres Teams verhalten und die anderen Teammitglieder unterstützen, wenn diese ihre Sache gut machen, aber auch, wenn es nicht gut läuft.
21. zu jeder Zeit fair sein, ihr Bestes tun, um ihre Ziele zu erreichen und geduldig sein, wenn sie ihre Ziele noch nicht erreicht haben.
 - *Kinder, Jugendliche und erwachsene Sportler sollten ihre sportlichen Fortschritte stets wichtiger nehmen als Wettkampfergebnisse. Persönliche Fortschritte beruhen auf Anstrengung und Beharrlichkeit. Wettkampfergebnisse werden durch viele Faktoren mitbeeinflusst, die man nicht selbst kontrollieren kann. Auf die Dauer sind allein die eigenen Fortschritte entscheidend dafür, ob man seine persönlichen Möglichkeiten ausschöpft und seine Ziele erreicht.*
22. Trainer*innen, Sportskamerad*innen, Wettkampfgegner*innen und Kampfrichter*innen stets mit Respekt behandeln.
23. mit jemanden darüber sprechen, wenn sie Schwierigkeiten, Sorgen oder Probleme haben oder sich von Trainer*innen, Kampfrichter*innen oder Offiziellen ungerecht behandelt fühlen.
 - *Kinder, Jugendliche und erwachsene Sportler*innen können viel Freude und Erfolg im Sport erleben. Es kann jedoch auch Situationen geben, die starke negative Gefühle hervorrufen oder in denen man sich sehr ungerecht behandelt fühlt. Wenn dies der Fall ist, sollte man mit jemand darüber sprechen, dem man vertraut. Das können Ansprechpersonen im Stützpunkt/Verein sein, gute Freund*innen und natürlich auch die Eltern.*
24. ihre schulischen Ziele und Leistungen ernst nehmen, auch wenn sie Leistungssport mit hohen Trainingsumfängen betreiben.
25. pünktlich kommen und ihre Trainerin oder ihren Trainer benachrichtigen, wenn sie zu spät kommen.
26. die Geräte und Ausrüstungen wie die eigenen behandeln.

Verhaltensregeln für Trainer*innen³

Alle Trainer*innen als verantwortliche Leitungspersonen im Sport haben das Recht, ...

1. von Funktionär*innen, Sportler*Innen, Erziehungsberechtigten und anderen Trainer*innen respektvoll und fair behandelt zu werden.
2. vor körperlicher oder emotionaler Gewalt von Seiten der Sportler*innen, Eltern, Trainer*innen oder Funktionär*innen angemessen geschützt zu werden und Unterstützung bei Konfliktlösungen zu erhalten. Dies beinhaltet auch den Schutz vor Mobbing, unberechtigten Anschuldigungen und persönlichen Herabsetzungen.
3. ohne Diskriminierung behandelt und beurteilt zu werden.
4. dass ihre Rechte als Privatperson geachtet werden.
 - *Trainer*innen engagieren sich in einer verantwortungsvollen Aufgabe – ehrenamtlich oder hauptamtlich. Das Traineramt ist mit besonderen Verpflichtungen verbunden. Trainer*innen haben aber auch Zeiten, in denen sie das Amt nicht ausüben. In diesen Zeiten haben sie alle Rechte von Privatpersonen – z. B. das Recht auf Achtung ihrer Privatsphäre, Selbstbestimmung, Freizeit u. ä. m.*
5. dass ihre Pflichten im Traineramt gerecht und angemessen definiert sind. Dazu gehört auch die Ausstattung mit den Befugnissen, die nötig sind, um ihrer Fürsorge- und Aufsichtspflicht gegenüber Kindern und Jugendlichen nachzukommen.
6. dass ihre Amtsaufgaben und die verbandlichen Verhaltensregeln so definiert sind, dass sie diesen mit den zur Verfügung stehenden Ressourcen angemessen nachkommen können.
7. angehört und in Entscheidungen des Vereins/Verbands angemessen einbezogen zu werden, insbesondere in Angelegenheiten ihres unmittelbaren Arbeitsfeldes.
8. im Verein/Verband Anerkennung für ihr Engagement zu erfahren und Unterstützung in ihrer Rolle zu erhalten.
9. über das Beschwerdemanagement und Handlungspläne des Vereins/Verbands informiert zu werden bei Konflikten, Anschuldigungen und Verdachtsfällen.
10. Zugang zu Weiterbildungen in allen Aspekten ihrer Rolle zu erhalten.

Alle Trainer*innen als verantwortliche Leitungspersonen im Sport haben die Pflicht, ...

11. die Gesundheit, Sicherheit und positive Entwicklung der Athlet*innen an erste Stelle zu setzen und stets zu prüfen, ob Sicherheitsvorkehrungen und Verletzungsprophylaxe ausreichend gewährleistet sind.
12. sich an ärztliche Empfehlungen zu halten und keine medizinische/gesundheitliche Ratschläge zu geben, zu denen sie nicht befugt sind.
13. jede persönliche oder medizinische Information über Sportler*innen unbedingt vertraulich zu behandeln, wenn das Wohl des Sportlers/der Sportlerin nicht etwas anderes verlangt.
 - *Persönliche Daten und Informationen wie etwa bezogen auf den gesundheitlichen Zustand oder die schulischen Leistungen unterliegen nach europäischem Rechtsstandard hohen Anforderungen an den Datenschutz. Trainer*innen oder Funktionär*innen, denen solche Informationen über SportlerInnen in Ausübung ihres Amtes zu Kenntnis gelangen, sind zur Verschwiegenheit verpflichtet. Der Schutz des Kindeswohl kann in gravierenden Fällen eine Einschränkung der Verschwiegenheit erfordern.*
14. alle Berührungen von Kindern und Jugendlichen im Hinblick auf die jeweilige Situation, die Körperzone, sowie die Alters-, Geschlechts- und Rollenkonstellation angemessen zu gestalten. Körperliche Berührungen bei Hilfestellungen können notwendig sein, um Kinder und Jugendliche zu schützen, ihnen wichtige Bewegungshilfen zu geben oder Feedbackinformation zu geben. Solche Berührungen sind (auf jeden Fall beim ersten Mal) anzukündigen, ihr Zweck ist zu erläutern und es ist zu fragen, ob Kinder und Jugendlichen mit der Berührung einverstanden sind.
 - *Körperliche Nähe und Berührungen können wichtige Unterstützungsmöglichkeiten im Verhältnis von Trainer*innen und Sportler*innen sein. Als Signale von Fürsorge und Verbundenheit können sie*

³ Die Verhaltensregeln gelten auch für andere Personen, die betreuende/beaufsichtigende Funktionen im Auftrag des Vereins/Verbands übernehmen. Dies kann auch für kurze Zeiträume oder besondere Aufgaben der Fall sein, z. B. bei Fahrdiensten, Freizeitbetreuungen und Übernachtungen.

*beruhigen, trösten, ermutigen und Schutz vermitteln. Sie können beim motorischen Lernen taktiles Feedback spürbar machen. Gleichzeitig können körperliche Nähe und Berührungen grenzverletzend und bedrohlich sein. Ob Nähe und Berührungen als unterstützend oder als bedrohlich erlebt werden, ist individuell und situationsbedingt sehr verschieden. Um Grenzverletzungen zu vermeiden, sollten Kinder, Jugendliche und erwachsene Sportler*innen immer die Möglichkeit haben, Situationen von Nähe und Berührungen selbst zu beeinflussen. Sie sollten z. B. die räumliche Distanz vergrößern können oder bei körperlichen Berührungen ausweichen bzw. sich zurückziehen können. In Situationen, in denen Nähe und Berührungen als Instrument nötig sind, um Hilfestellung zu geben oder Feedback zu übermitteln, sollten Grenzverletzungen vermieden werden, indem die Art und Weise sowie der Zweck der Berührungen erklärt und entsprechendes Einverständnis eingeholt wird (in jedem Fall beim ersten Mal).*

- *Körperliche Berührungen können auch notwendig sein, um Kinder, Jugendliche und erwachsene Sportler*innen vor akuten Gefahren zu schützen. In solchen Fällen ist körperliche Berührung nicht nur erlaubt, sondern sogar geboten.*
15. nie körperliche Berührungen zu nutzen, um zu bestrafen, zu tadeln oder um ihren Willen durchzusetzen.
 16. Sportler*innen nicht feindselig, herabsetzend oder mit Spott zu behandeln und strafendes oder drohendes Anschreien zu vermeiden. Sportler*innen dürfen nicht durch Bloßstellung vor der Gruppe beschämt oder gedemütigt werden.
 17. sich nicht von Sportler*innen abzuwenden, wenn diese in Stress geraten, Anforderungen nicht erfüllen können oder von heftigen negativen Gefühlen betroffen sind (Angst, Weinen).
 18. alle Mitglieder der Trainingsgruppe mit gleicher Zuwendung und Unterstützung zu behandeln.
 - *Diese Regel hat zwei verschiedene Hintergründe. Der erste fußt auf dem fundamentalen Gleichheitsgrundsatz: Menschen haben das Recht auf gleiche Entwicklungs- und Leistungschancen. Dieser Grundsatz ist im Kindes- und Jugendalter auch im Sport von besonderer Bedeutung. Die Zuwendung und Unterstützung von Lehrpersonen ist zweifellos ein wichtiger Faktor für die Gewährung gleicher Entwicklungschancen, wie sie unserer Rechtsordnung und unserem Rechtsempfinden entsprechen.*
 - *Effektive Zuwendung und Unterstützung verlangt jedoch die Abstimmung auf individuelle Unterschiede und das Eingehen auf spezifische Problemlagen. Dabei müssen die jeweils vorhandenen Ressourcen klug und angemessen genutzt werden. So benötigen Trainingsgruppenmitglieder zum Beispiel bei verletzungskritischen Trainingsinhalten intensivere Absicherung als bei ungefährlichen Trainingsanteilen. Bei individuell schwierigen Situationen oder akuten Belastungen ist besondere Fürsorge kein Anzeichen für die Zurücksetzung anderer Trainingsgruppenmitglieder. Verantwortliches und effektives Training sollte überdies individuelle Leistungsunterschiede berücksichtigen und deshalb entsprechende Differenzierungen in der Aufgabenstellung und Gestaltung der Anforderungen enthalten. Die gerechte und diskriminierungsfreie Förderung aller Mitglieder kann sich deshalb nicht daran bemessen, ob alle in jedem kurzen Trainingsabschnitt die gleichen Aufgaben oder die minutengenau gleiche Interaktionszeit mit Trainer*innen haben. Trainer*innen werden vielmehr verpflichtet, prinzipiell das Wohl aller Trainingsgruppenmitglieder bei der Verteilung von Unterstützung und Zuwendung im Auge zu behalten, statt sich von persönlicher Willkür und Vorlieben leiten zu lassen.*
 - *Ein zweiter Hintergrund für diese Regel bezieht sich auf negative Auswirkungen von als unbegründet erlebter Ungleichbehandlung. Menschen haben ein fundamentales Bedürfnis nach fairer Behandlung. Die subjektive Wahrnehmung, fair behandelt zu werden, hat tiefe Auswirkungen auf Kooperationsbereitschaft und Motivation. Dies gilt von früher Kindheit an bis in hochprofessionelle berufliche Zusammenhänge. Als unbegründet erlebte Bevorzugung und Zurücksetzung beeinträchtigt deshalb potenziell die Leistungsentwicklung und das Konfliktniveau in Gruppen.*
 19. Bedenken und Sorgen von Sportler*innen ernst zu nehmen und sich aktiv um Lösungen zu bemühen.
 - *Trainer*innen übernehmen mit ihrer Stellung eine Fürsorgepflicht für den Rahmen ihrer Tätigkeit. Für Bedenken und Sorgen von Sportler*innen, die den eigenen Tätigkeitsbereich betreffen, können TrainerInnen selbst Lösungen entwickeln. Sie werden aber möglicherweise auch von Problemen erfahren, die über ihren Verantwortungsbereich hinausgehen. In solchen Fällen sollten sie Kontakt zu entsprechenden Orientierungs- oder Unterstützungsmöglichkeiten wie z. B. Ansprechpersonen u. ä. vermitteln.*

Trainer*innen als verantwortliche Leitungspersonen im Sport ist nicht erlaubt, ...

20. Sportler*innen zu Übungen zu zwingen.
21. Sportler*innen gegen deren Willen zu berühren.
22. sexistische oder gewalttätige Sprache, Mobbing, aggressive oder sexuell provozierende Spiele zu tolerieren oder sich gar daran zu beteiligen.
23. die folgenden Verhaltensregeln zu 1:1-Situationen zwischen Kindern und Jugendlichen und Erwachsenen routinemäßig oder ohne ersatzweise Schutzvorkehrungen zu missachten.
 - *Mit 1:1-Situationen sind Konstellationen gemeint, in denen ein Kind oder ein/e Jugendliche/r allein mit einer erwachsenen Betreuungsperson aus dem Sport zusammen ist. Dies kann beim Training, beim Personentransport, bei Reisen, bei Übernachtungen oder in der Freizeit außerhalb des Trainings der Fall sein. Solche Konstellationen werden in fast allen Konzepten zur Prävention sexualisierter Gewalt als hochriskant und damit als grundsätzlich inakzeptabel bewertet – auch im internationalen Sport.*
 - *Konkrete Umstände oder mangelnde Ressourcen können unmöglich machen, dass die 1:1-Regeln in jedem Fall eingehalten werden. Deshalb werden Ausnahmen definiert. Ausnahmen bilden medizinische und andere Notfälle sowie Fälle, in denen Eltern durch akute Umstände daran gehindert sind, ihre Kinder/Jugendlichen nach dem Training oder nach Wettkämpfen wieder in Obhut zu nehmen. Nicht betroffen von 1:1-Verhaltensregeln sind Erziehungsberechtigte und Personen, die mit der Familie des betreffenden Kindes und Jugendlichen eine sonstige, vom Sport unabhängige enge Beziehung haben und diese von den Eltern schriftlich bestätigt wurde.*
- 23a) Regelmäßige Transportfahrten zum Training und Fahrten zu Wettkämpfen werden nicht in 1:1-Konstellationen durchgeführt. Ausnahmen bedürfen der schriftlichen Erlaubnis durch die Erziehungsberechtigten. Die Erlaubnis muss die spezifische Situation und die beteiligte erwachsene Person benennen. Die Erlaubnis muss befristet sein, die Höchstdauer beträgt 6 Monate. Die Ausnahmen und die entsprechenden Erlaubnisse werden dokumentiert.
- 23b) Einzeltrainings in 1:1-Konstellation ohne weitere Personen in der Trainingshalle werden im Nachwuchsbereich nicht durchgeführt. Sollte dies doch notwendig sein, so gilt das „Prinzip der offenen Tür“ oder das „Sechs-Augen-Prinzip“. Mit dem Sechs-Augen-Prinzip ist gemeint, dass eine zweite Betreuungsperson, ein Elternteil oder mindestens ein/e zweite/r Sportler*in im Trainingsraum anwesend ist. Das Prinzip der offenen Tür bedeutet, dass die Hallentür geöffnet bleibt, so dass jederzeit Einsichtnahme bzw. Zugang von Erziehungsberechtigten, anderen Trainer*innen, Funktionär*innen oder Sportler*innen zum Trainingsraum gewährleistet ist. Ausnahmen bedürfen der schriftlichen Erlaubnis durch die Erziehungsberechtigten. Die Erlaubnis muss die spezifische Situation und die beteiligte erwachsene Person benennen. Die Erlaubnis muss befristet sein, die Höchstdauer beträgt 3 Monate. Die Ausnahmen und die entsprechenden Erlaubnisse werden dokumentiert.
- 23c) Es finden keine Aktivitäten oder Treffen mit Kindern/Jugendlichen in 1:1-Konstellationen in der Freizeit außerhalb des Trainings statt.
- 23d) Kinder und Jugendliche werden nicht in den Privatbereich der Trainer*innen genommen. In Ausnahmefällen sind Treffen für eine gesamte Trainingsgruppe im Privatbereich möglich, wenn ein/e weitere/r Trainer*in oder eine weitere erziehungsberechtigte Person anwesend ist.
24. gemeinsam mit Kindern und Jugendlichen in einem Zimmer bei Reisen, Wettkämpfe u. ä. zu übernachten. Ausgenommen von dieser Regel sind Gruppenübernachtungen in Großräumen (z. B. Klassenräume oder Turnhallen bei Turnfesten) mit mindestens fünf Kindern/Jugendlichen.
25. gemeinsam mit den ihnen anvertrauten Kindern und Jugendlichen zu duschen oder zu saunieren. Die Umkleiden dürfen erst dann betreten werden, wenn die Betreuenden/Trainer*innen auf ihr Klopfen/ihre Anfrage hin, ob sie eintreten dürfen, ein klares Signal erhalten haben, dass sie eintreten dürfen.
26. Geheimnisse mit Kindern und Jugendlichen zu haben. Kinder und Jugendliche dürfen grundsätzlich alles an Vertrauenspersonen weitergeben. Es herrscht hier Transparenz.
27. Kindern und Jugendlichen Privatgeschenke für besondere sportliche Leistungen oder Erfolge zu machen, wenn dies nicht mit einem weiteren Mitarbeitenden abgesprochen ist.

Alle Trainer*innen als verantwortliche Leitungspersonen im Sport sollten ...

28. das Training so planen und vorbereiten, dass alle Sportler*innen mit Freude und Erfolgserlebnissen am Training teilnehmen können.
 - *Mit der Regel ist nicht gemeint, dass alle Trainingsaufgaben immer unmittelbar mit Spaß absolviert werden sollen. Es geht vielmehr um die Freude am Bewältigen auch schwerer Aufgaben und die Befriedigung über den eigenen Fortschritt. Sportliches Training ist besonders erfolgreich, wenn die Anforderungen für Sportler*innen einerseits herausfordernd sind und andererseits erfolgreich bewältigt werden können. Eine derart gelungene Steuerung des Anforderungsniveaus fördert die Trainingsmotivation und ist gleichzeitig positiv wirksam für nachhaltiges motorisches und kognitives Lernen. Zusätzlich sind langfristige Motivation und hohes Engagement nicht zu erwarten, wenn Sportler*innen das Training überwiegend mit Überdross, Langeweile und Über- oder Unterforderung erleben.*
29. mehr Wert auf die Entwicklung von Fähigkeiten, Fertigkeiten und Fortschritten legen als auf die Platzierungen im Wettkampf und deshalb Anstrengung ebenso wertschätzen wie Resultate.
 - *Im Wettkampf- und Leistungssport stehen Wettkampfergebnisse häufig im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit. Während aber persönliche Leistungsfortschritte von Sportler*innen auf Anstrengung und Beharrlichkeit beruhen, werden Wettkampfergebnisse durch viele weitere Faktoren mitbeeinflusst. Die Forschung zeigt für viele Bereiche, dass Leistungsziele langfristig erfolgreicher verfolgt werden, wenn diese Ziele anspruchsvoll und auf den eigenen Leistungsfortschritt gerichtet sind, nicht auf kurzfristigen Leistungsvergleich mit anderen. Für Sportkarrieren ist sportartübergreifend gut belegt, dass Wettkampferfolge in frühen Stadien der sportlichen Laufbahn nur bedingt Spitzenerfolge in späteren Phasen erwarten lassen. Im Interesse einer langfristigen Leistungsentwicklung ist es deshalb in mehrfacher Hinsicht günstiger, eine Einstellung bei Sportler*innen zu fördern, die die eigene kontinuierliche Anstrengung und die individuellen Fortschritte betont.*
30. angemessen Kontakt zu Erziehungsberechtigten halten und diese regelmäßig informieren, besonders wenn Ihnen Probleme auffallen.
31. den Konsum von Alkohol, Nikotin und weiterer legaler Drogen vermeiden, solange sie für Kinder und Jugendliche die Verantwortung tragen, weil dies nicht mit einem gesundheitlich positiven Verhalten im Sport vereinbar ist.
32. Gruppenbestrafungen unterlassen.
 - *Mit Gruppenbestrafungen ist hier gemeint, dass eine gesamte Gruppe sanktioniert wird, obwohl nur einzelne oder wenige Gruppenmitglieder Regelverstöße begangen haben. Nicht gemeint ist dagegen der Fall, dass tatsächlich alle Gruppenmitglieder gegen Regeln verstoßen haben. Die Bestrafung einer gesamten Gruppe als Folge eines Regelbruchs durch Einzelne widerspricht einem grundlegenden Prinzip unserer normativen Ordnung und des allgemeinen Gerechtigkeitsempfindens. Nämlich dem Grundsatz, dass jemand nur bestraft werden darf, wenn er selbst für einen Verstoß persönlich verantwortlich ist. Gruppenbestrafungen sind deshalb in deutschen Schulgesetzen ausdrücklich untersagt. Trainer*innen sollten an ihr pädagogisches Verhalten keine geringeren ethischen Ansprüche stellen.*
33. aktiv werden, wenn sie Verstöße gegen diese Verhaltensregeln beobachten.
 - *Bei einer Intervention gegen Regelverstöße gilt die erste Priorität dem Schutz von möglichen Betroffenen. Das zweite Ziel ist die Wiederherstellung von Gerechtigkeitsempfinden und konstruktiver Zusammenarbeit. Da Regelverstöße von verschiedenen Akteuren erfolgen und sehr unterschiedliche Schweregrade haben können, sollte das Vorgehen jeweils dem Anlass angemessen gestaltet werden. Die geringste Eskalationsstufe hat das lösungsorientierte Gespräch mit direkt Beteiligten/Betroffenen, gegebenenfalls unter Hinzuziehung von weiteren Personen des Vertrauens. Für Fälle, bei denen dies wegen der Schwere des Regelbruchs von vornherein nicht ausreichend erscheint, und für Konfliktszenarien, die auf diese Weise nicht zufriedenstellend bearbeitet werden können, sollten Handlungspläne weitergehende Orientierung geben.*

Verhaltensregeln für Erziehungsberechtigte

Erziehungsberechtigte von Kindern und Jugendlichen im Sport haben das Recht, ...

1. über alle Probleme und Sorgen, die mit ihrem Kind zusammenhängen, informiert zu werden.
2. über alle Verletzungen und gesundheitsrelevanten Ereignisse, die ihr Kind betreffen, informiert zu werden
3. dass der Verband mögliche Bedenken in Hinblick auf die Gesundheit und das Wohlergehen ihres Kindes mit Aufmerksamkeit behandelt und ihre Fragen beantwortet.
4. transparent über Vorgehen und Entscheidungen des Verbandes, die ihr Kind betreffen, informiert zu werden.
5. jederzeit Vorschläge und Kommentare zur Arbeit des Verbandes einzubringen. Sie können hierfür auch die regelmäßigen Gelegenheiten nutzen, die der Verein/Verband ihnen bietet (z. B. Elternabende).
 - *Eltern erbringen oft umfangreiche und unersetzbare Unterstützungsleistungen für das Sporttreiben ihrer Kinder. Durch ihre besondere Perspektive können sie wertvolle allgemeine Hinweise geben, konkrete Verbesserungsvorschläge einbringen oder spezifische Probleme benennen. Über das Einzelgespräch mit Trainer*innen hinaus ist es oft nützlich, Elternabende dafür zu nutzen, um auch die Sichtweise anderer Eltern kennenzulernen.*

Erziehungsberechtigte von Kindern und Jugendlichen im Sport sollten ...

6. ihr Kind anhören und altersangemessen mitentscheiden lassen, welche Ziele und Arten des Sportengagements sie gemeinsam für ihr Kind auswählen.
7. es erstnehmen, wenn ihr Kind Einwände, Sorgen oder Missbehagen gegenüber dem Sporttreiben äußert.
8. sich wertschätzend und positiv verhalten, wenn sie bei Wettkämpfen dabei sind.
Erziehungsberechtigte fördern die Entwicklung ihres Kindes, wenn sie ihm zeigen, dass sie seine Anstrengung, seinen Trainingsfleiß und seine Fortschritte wertschätzen und nicht in erster Linie Sieg oder Niederlage.
 - *Kinder und Jugendlichen haben viele Vorteile davon, am Sport teilzunehmen, wie z. B. als Mitglied in einem Sportteam eingebunden zu sein, sich in Wettkämpfen zu erproben und stolz auf Fortschritte zu sein. Die förderlichen Aspekte sind jedoch nicht an Wettkampfergebnisse gebunden, sondern Freude, Zusammengehörigkeit und eine positive Entwicklung stehen im Vordergrund.*
9. als Begleitpersonen (z. B. bei Wettkämpfen) gute Leistungen von allen Kindern und Jugendlichen respektieren und wertschätzen.
 - *Für Eltern haben das Wohl und der Erfolg ihrer eigenen Kinder verständlicherweise eine besonders hohe Bedeutung. Der Sport kann seine positiven Wirkungen jedoch nur entfalten, wenn Kinder und Jugendliche erfahren, dass die Leistungen von KonkurrentInnen ebenso gerecht anerkannt werden wie die eigenen. Dazu sollten die Eltern ein Vorbild geben.*
10. sich im Hinblick auf Fairness vorbildlich verhalten und in diesem Sinne auch die Entscheidungen von Kampfgerichten respektieren.
11. darauf achten, dass ihr Kind keine unzulässigen Substanzen zu sich nimmt und die Anti-Doping-Richtlinien einhält.
12. die Trainerin bzw. den Trainer vollständig über gesundheitliche Probleme ihres Kindes informieren.
 - *Dies ist eine unabdingbare Voraussetzung dafür, dass die Trainerin/der Trainer den Gesundheitszustand Ihres Kindes angemessen beachten kann.*
13. die fachliche Kompetenz der Trainerinnen und Trainer respektieren.
 - *Trainer*innen tun ihr Bestes, um Kindern, Jugendlichen und erwachsenen Sportler*innen ein motivierendes und lernwirksames Training zu bieten. Falls Erziehungsberechtigte Fragen, Unklarheiten oder Bedenken haben, sollten sie in einem ersten Schritt die Trainerin oder den Trainer persönlich ansprechen.*
14. Trainer*innen, Funktionär*innen und Offizielle respektvoll und gewaltfrei behandeln – dies gilt sowohl im persönlichen Kontakt als auch über soziale Medien.
15. bei Meinungsverschiedenheiten und Unzufriedenheit mit Trainer*innen oder Offiziellen mit diesen in angemessenem Rahmen sprechen und nicht vor den Kindern und Jugendlichen.

16. sich über AnsprechpartnerInnen und Beschwerdemöglichkeiten im Verein/Verband informieren.
 - *Der Verein/Verband hat AnsprechpartnerInnen und Beschwerdemöglichkeiten benannt, die zur Verfügung stehen, falls ein Problem oder eine Beschwerde sich nicht ausreichend mit der betroffenen Trainerin oder dem Trainer selbst klären lässt. Die Aufgabe von AnsprechpartnerInnen ist, jeder Beschwerde vertraulich und effektiv nachzugehen. Im Interesse der Fairness gegenüber allen Beteiligten, kann dies Zeit beanspruchen. Gegebenenfalls müssen manche Schritte des Verfahrens zum Schutz von Beteiligten vertraulich behandelt werden.*
17. sich über das Schutz- und Förderkonzept inklusive der Verhaltensregeln informieren und unterstützen, dass diese Verhaltensregeln eingehalten werden.
 - *Eltern können die Trainer*innen ihrer Kinder z. B. darin unterstützen, die zur Gewaltprävention besonders wichtigen Verhaltensregeln zu 1:1-Konstellationen umzusetzen. Mit 1:1-Konstellationen ist gemeint, dass eine Trainerin oder ein Trainer allein mit einer Sportlerin zusammen ist. 1:1-Konstellationen werden als Risikosituationen für Übergriffe gesehen und sind deshalb unbedingt zu vermeiden – im Training, beim Transport, bei Reisen und in der Freizeit außerhalb des Sporttreibens.*
18. sich über die Verhaltensregeln für Kinder und Jugendliche informieren und möglichst gut sicherstellen, dass ihr Kind sich an diese Regeln hält.
19. schulische Ziele und Leistungen ihres Kindes beobachten und fördern, auch wenn es Leistungssport mit hohen Trainingsumfängen betreibt. Bei anhaltenden Schwierigkeiten sollten sie in angemessener Form das Gespräch mit TrainerInnen suchen.
20. sich über die Social-Media- und Fotografie-Richtlinien des Vereins/Verbandes informieren und soziale Medien verantwortungsbewusst benutzen.
21. die Arbeit des Vereins/Stützpunkts unterstützen, wo dies möglich ist. Sie sollen ihre Perspektive aktiv einbringen, z. B. durch Engagement in der Elternvertretung.
 - *Kein Verein/Stützpunkt kann ohne ehrenamtliches Engagement erfolgreich und sicher für die Kinder und Jugendlichen arbeiten.*

Verhaltensregeln für Funktionär*innen

Personen mit institutionellen Leitungsaufgaben (Funktionär*innen) im Sport haben die Pflicht, ...

1. die Gesundheit, Sicherheit und positive Entwicklung der Athlet*innen an erste Stelle zu setzen.
2. Bedenken und Sorgen von Athlet*innen, Trainer*innen und Erziehungsberechtigten ernst zu nehmen und sich für geeignete Lösungen einzusetzen. Sie sind verpflichtet sicherzustellen, dass Beschwerden, einschließlich Gerüchten, nicht ignoriert, sondern angemessen behandelt werden, indem sie sich an vereinbarte Verfahren halten. Sollten sie Vorfälle bemerken oder darüber informiert werden, dokumentieren sie dies.
3. bei Bedenken oder Behauptungen über Gewalt, Übergriffe oder Missbrauch die zuständigen Schutzbeauftragten einzubeziehen.
4. Sportler*innen nicht sarkastisch, feindselig oder herabsetzend zu behandeln.
5. jeden körperlichen Kontakt gegen den Willen der Sportler*innen zu unterlassen. Sie haben die Pflicht, alle Berührungen von Kindern und Jugendlichen im Hinblick auf die jeweilige Situation, die Körperzone, sowie die Alters-, Geschlechts- und Rollenkonstellation angemessen zu gestalten.
6. jede persönliche oder medizinische Information über Sportler*innen unbedingt vertraulich zu behandeln, wenn das Wohl des Sportlers/der Sportlerin nicht etwas anderes verlangt.
7. niemals Regelverstöße oder die Verwendung von verbotenen oder altersunangemessenen Substanzen zu dulden.
8. keinen unzulässigen Einfluss auszuüben, z. B. um persönliche Vorteile oder Belohnungen zu erhalten.

Personen mit institutionellen Leitungsaufgaben (Funktionär*innen) im Sport sollten ...

9. alle beteiligten Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen (Erziehungsberechtigte, Trainer*innen, Funktionär*innen) respektvoll behandeln.
10. mehr Wert auf die Entwicklung von Fähigkeiten, Fertigkeiten und Fortschritten legen als auf die Platzierungen im Wettkampf und deshalb Anstrengung ebenso wertschätzen wie Resultate.
11. wenn sie von Konflikten erfahren oder selbst darin verwickelt sind, sorgfältig abwägen, ob sie zuerst das Gespräch mit den Beteiligten suchen oder externe Hilfe hinzuziehen.
12. angemessenen Kontakt zu Erziehungsberechtigten halten und diese regelmäßig informieren, besonders wenn ihnen Probleme auffallen.
13. mit anderen FunktionärInnen konstruktiv und auf Augenhöhe zusammenarbeiten.
14. aktiv werden, wenn sie Verstöße gegen diese Verhaltensregeln beobachten oder von diesen erfahren.