

## ■ Kinderrechte im Sportverein

### Grundhaltungen für Trainer\*innen und Betreuer\*innen

Der Verhaltenskodex zum Umgang mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen ist für Trainer\*innen/Übungsleiter\*innen Grundlage und Kern ihrer Arbeit. Indem Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen die Rechte von Kindern achten und leben und entsprechende Botschaften senden, stärken und schützen sie Kinder und Jugendliche auch vor Grenzüberschreitungen und sexualisierter Gewalt im Sportverein und anderswo.

#### **Das Recht auf körperliche und sexuelle Selbstbestimmung**

##### **Die Botschaft an die jungen Sportler/innen:**

„Dein Körper gehört ganz allein dir!“

„Dein Körper ist liebenswert und einzigartig.“

„Du hast das Recht zu bestimmen, wer dich wann, wie und wo anfasst – das gilt auch für das Training!“

„Dein Körper ist wertvoll, du hast das Recht ihn zu beschützen.“

#### **Das Recht auf eigene Gefühle, auf eigene Intuition**

##### **Die Botschaft an die jungen Sportler/innen:**

„Vertraue deinen Gefühlen!“

„Du hast das Recht, etwas als unangenehm, beängstigend, komisch, seltsam usw. zu erleben, auch wenn ein Erwachsener (z. B. der Trainer) sagt, das sei Unsinn!“

„Deine Gefühle sind uns Erwachsenen wichtig, erzähle uns, wenn du unglücklich (traurig, ärgerlich, wütend, unsicher) oder glücklich (stolz, erfreut, selbstbewusst) bist oder dich schämst und schuldig fühlst.“

#### **Die Unterscheidung von „guten“ und „schlechten“ Berührungen**

##### **Die Botschaft an die jungen Sportler/innen:**

„Du hast das Recht selbst zu bestimmen, welche Berührungen für dich angenehm oder unangenehm sind.“

„Keiner hat das Recht, dich gegen deinen Willen zu berühren – auch nicht dein\*e Trainer\*in.“

#### **Das Recht auf Widerstand und Ungehorsam, auf „Nein“ sagen**

##### **Die Botschaft an die jungen Sportler/innen:**

„Du hast ein Recht auf Nein sagen“

„Du darfst auch bei Erwachsenen „Nein/Stop!“ sagen, auch wenn dein\*e Trainer\*in mehr Anstrengung/Erfolg von dir erwartet, als du geben kannst/möchtest.“

„Erwachsene haben kein Recht auf Gewalt!“

„Erwachsene dürfen dich nicht stumm vor Angst machen!“

## **Die Unterscheidung von guten und schlechten Geheimnissen**

### **Die Botschaft an die jungen Sportler/innen:**

„Gute Geheimnisse machen Spaß. Schlechte Geheimnisse sind mit schrecklichen, unheimlichen Gefühlen verbunden – über sie darf man sprechen.“

„Du hast ein Recht darauf, selbst zu entscheiden, welche Geheimnisse du mit wem und wie lange teilen möchtest.“

## **Das Recht auf Hilfe und Unterstützung**

### **Die Botschaft an die jungen Sportler/innen:**

„Du darfst dir Hilfe suchen, solange bis du sie findest!“

„Wenn du mich um Hilfe bittest, dann versuche ich, dir Hilfe zu gewähren.“

## **Das Wissen, dass auch Erwachsene Fehler machen**

### **Die Botschaft an die jungen Sportler/innen:**

„Auch Erwachsene machen Fehler!“

„Trainer\*innen entschuldigen sich dann bei Kindern und Jugendlichen!“

**Die Broschüre Tipps 15: „Starke Spiele – Starke Kinder“** enthält Übungen und Spiele die sich gut eignen, um mit Kindern zu verschiedenen Themenschwerpunkten (z. B. Grenzen setzen) ins Gespräch zu kommen. (Erhältlich [hier](#) über die Sportjugend Hessen, [Leseprobe](#))

**Quellenhinweis:** In Anlehnung an eine Veröffentlichung von Dr. Günther Deegener, 2010

### **Ansprechpartner/innen:**

Sabine Bertram, 0 69 – 67 89 344, [SBertram@sportjugend-hessen.de](mailto:SBertram@sportjugend-hessen.de); Qualifizierung

Ann-Kristin Pieper, 0 69 – 67 89 402 [APieper@sportjugend-hessen.de](mailto:APieper@sportjugend-hessen.de); Qualifizierung

Angelika Ribler, 0 69 – 67 89 401, [ARibler@sportjugend-hessen.de](mailto:ARibler@sportjugend-hessen.de); Beratung im Verdachtsfall sowie bei konkreten Vorfällen

**Weitere Texte unter [www.kindeswohl-im-sport.de](http://www.kindeswohl-im-sport.de):**

