

## Verhaltensregeln für Kinder, Jugendliche und erwachsene SportlerInnen<sup>1</sup>

**Unser Ziel ist, dass Kinder, Jugendliche und erwachsene SportlerInnen sicher, motiviert und erfolgreich am Sport teilnehmen können. Deshalb erwarten wir, dass sie sich an die folgenden Verhaltensregeln halten, indem sie ihre Rechte wahrnehmen und ihren Pflichten nachkommen:**

### **Alle Kinder, Jugendliche und erwachsene SportlerInnen haben das Recht, ...**

1. Spaß und Freude zu erleben und in der Gemeinschaft akzeptiert zu sein.
2. sich jederzeit sicher und wohlfühlen zu können.
3. dass ihre Gesundheit immer an erster Stelle steht.
4. mit gleichen Rechten und Pflichten und ohne Diskriminierung am Sport teilzunehmen.
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.
7. dass ihre Vorschläge und Meinungen gehört und ernst genommen werden.
8. zu wissen, an wen sie sich wenden können, wenn sie sich unsicher, angegriffen oder ungerecht behandelt fühlen.
9. dass persönliche Informationen über sie vertraulich behandelt werden.

### **Alle Kinder, Jugendliche und erwachsene SportlerInnen 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 TrainerInnen oder Ansprechpersonen im Verband.
11. alle Unfälle, Verletzungen und andauernde Schmerzen der Trainerin oder dem Trainer sowie den Erziehungsberechtigten<sup>2</sup> mitzuteilen.
12. sich über die Social-Media- und Fotografie-Richtlinien des Verbandes zu informieren und diese zu befolgen.
13. keine unzulässigen Mittel einzunehmen und sich an die Anti-Doping Richtlinien zu halten.

### **Allen Kindern, Jugendlichen und erwachsenen SportlerInnen ist nicht erlaubt ...**

14. sich an Gewalt oder Mobbing zu beteiligen – das gilt sowohl im persönlichen Kontakt als auch über soziale Medien.

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

15. Mittel einzunehmen, von denen die Erziehungsberechtigten nicht Bescheid wissen.

---

<sup>1</sup> Gefördert im Rahmen eines durch Eigenmittel des Hessischen Turnverbands und durch Mittel des Bundesinstituts für Sportwissenschaft geförderten Projekts (ZMI4-072020/23), Leitung: Dr. Kathrin Kohake, Beratung und Mitarbeit: Prof. Dr. Alfred Richartz.

<sup>2</sup> Verhaltensregeln oder Anteile davon, die sich auf Erziehungsberechtigte beziehen, gelten nicht für erwachsene SportlerInnen.

### **Alle Kinder, Jugendliche und erwachsene SportlerInnen sollten ...**

16. Nein! sagen zu allem, was ihnen schlechte Gefühle macht und bei dem sie sich unwohl fühlen.
17. es nie als Geheimnis behalten, wenn eine Person sie seelisch (gefühlsmäßig) oder körperlich verletzt hat.
18. für ihre Sicherheit sorgen, indem sie sich an die Anweisungen und Regeln halten.
19. daran denken, dass Leistungsunterschiede nichts mit dem Wert einer Person zu tun haben, sondern dass alle SportlerInnen 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.
22. TrainerInnen, SportskameradInnen, WettkampfgegnerInnen und KampfrichterInnen stets mit Respekt behandeln.
23. mit jemanden darüber sprechen, wenn sie Schwierigkeiten, Sorgen oder Probleme haben oder sich von TrainerInnen, KampfrichterInnen oder Offiziellen ungerecht behandelt fühlen.
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.

**Mit deiner Unterschrift bestätigst du, dass du diese Regeln zur Kenntnis genommen hast und dein Bestes tun wirst, dich daran zu halten.**

*Name des Sportlers/der Sportlerin:*

*Datum:*

*Unterschrift des Sportlers/der Sportlerin:*

*Unterschrift der Erziehungsberechtigten:*

## Verhaltensregeln für TrainerInnen<sup>3</sup>

**Unser Ziel ist, dass Kinder, Jugendliche und erwachsene SportlerInnen sicher, motiviert und erfolgreich am Sport teilnehmen können. Deshalb erwarten wir, dass sich TrainerInnen und andere Betreuungspersonen an die folgenden Verhaltensregeln halten, indem sie ihre Rechte wahrnehmen und ihren Pflichten nachkommen:**

### **Alle TrainerInnen als verantwortliche Leitungspersonen im Sport haben das Recht, ...**

1. von FunktionärInnen, SportlerInnen, Erziehungsberechtigten und anderen TrainerInnen respektvoll und fair behandelt zu werden.
2. vor körperlicher oder emotionaler Gewalt von Seiten der SportlerInnen, Eltern, TrainerInnen oder FunktionärInnen 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.
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 Verbands angemessen einbezogen zu werden, insbesondere in Angelegenheiten ihres unmittelbaren Arbeitsfeldes.
8. im Verband Anerkennung für ihr Engagement zu erfahren und Unterstützung in ihrer Rolle zu erhalten.
9. über das Beschwerdemanagement und Handlungspläne des Verbands informiert zu werden bei Konflikten, Anschuldigungen und Verdachtsfällen.
10. Zugang zu Weiterbildungen in allen Aspekten ihrer Rolle zu erhalten.

### **Alle TrainerInnen als verantwortliche Leitungspersonen im Sport haben die Pflicht, ...**

11. die Gesundheit, Sicherheit und positive Entwicklung der AthletInnen 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 SportlerInnen unbedingt vertraulich zu behandeln, wenn das Wohl des Sportlers/der Sportlerin nicht etwas anderes verlangt.
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.
15. nie körperliche Berührungen zu nutzen, um zu bestrafen, zu tadeln oder um ihren Willen durchzusetzen.
16. SportlerInnen nicht feindselig, herabsetzend oder mit Spott zu behandeln und strafendes oder drohendes Anschreien zu vermeiden. SportlerInnen dürfen nicht durch Bloßstellung vor der Gruppe beschämt oder gedemütigt werden.
17. sich nicht von SportlerInnen 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.
19. Bedenken und Sorgen von SportlerInnen ernst zu nehmen und sich aktiv um Lösungen zu bemühen.

---

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

### **TrainerInnen als verantwortliche Leitungspersonen im Sport ist nicht erlaubt, ...**

20. SportlerInnen zu Übungen zu zwingen.
21. SportlerInnen 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.
- 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 SportlerIn im Trainingsraum anwesend ist. Das Prinzip der offenen Tür bedeutet, dass die Hallentür geöffnet bleibt, so dass jederzeit Einsichtnahme bzw. Zugang von Erziehungsberechtigten, anderen TrainerInnen, FunktionärInnen oder SportlerInnen 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 TrainerInnen genommen. In Ausnahmefällen sind Treffen für eine gesamte Trainingsgruppe im Privatbereich möglich, wenn ein/e weitere/r TrainerIn 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/TrainerInnen 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 TrainerInnen als verantwortliche Leitungspersonen im Sport sollten ...**

28. das Training so planen und vorbereiten, dass alle SportlerInnen mit Freude und Erfolgserlebnissen am Training teilnehmen können.
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.
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.
33. aktiv werden, wenn sie Verstöße gegen diese Verhaltensregeln beobachten.

**Mit deiner Unterschrift bestätigst du, dass du diese Regeln zur Kenntnis genommen hast und dein Bestes tun wirst, dich daran zu halten.**

Name des Trainers/der Trainerin:

Datum:

Unterschrift:

## Verhaltensregeln für Erziehungsberechtigte

**Unser Ziel ist, dass Kinder, Jugendliche und erwachsene SportlerInnen sicher, motiviert und erfolgreich am Sport teilnehmen können. Deshalb erwarten wir, dass sich ihre Erziehungsberechtigten an die folgenden Verhaltensregeln halten, indem sie ihre Rechte wahrnehmen und ihren Pflichten nachkommen:**

### **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 Verband ihnen bietet (z. B. Elternabende).

### **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.
9. als Begleitpersonen (z. B. bei Wettkämpfen) gute Leistungen von allen Kindern und Jugendlichen respektieren und wertschätzen.
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.
13. die fachliche Kompetenz der Trainerinnen und Trainer respektieren.
14. TrainerInnen, FunktionärInnen und Offizielle respektvoll und gewaltfrei behandeln – dies gilt sowohl im persönlichen Kontakt als auch über soziale Medien.
15. bei Meinungsverschiedenheiten und Unzufriedenheit mit TrainerInnen oder Offiziellen mit diesen in angemessenem Rahmen sprechen und nicht vor den Kindern und Jugendlichen.
16. sich über AnsprechpartnerInnen und Beschwerdemöglichkeiten im Verband informieren.
17. sich über das Schutz- und Förderkonzept inklusive der Verhaltensregeln informieren und unterstützen, dass diese Verhaltensregeln eingehalten werden.
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 Verbandes informieren und soziale Medien verantwortungsbewusst benutzen.
21. die Arbeit des Verbands/Stützpunkts unterstützen, wo dies möglich ist. Sie sollen ihre Perspektive aktiv einbringen, z. B. durch Engagement in der Elternvertretung.

**Mit Ihrer Unterschrift bestätigen Sie, dass Sie diese Regeln zur Kenntnis genommen haben und Ihr Bestes tun werden, sich daran zu halten.**

*Namen der Erziehungsberechtigten:*

*Datum:*

*Unterschrift:*

## Verhaltensregeln für FunktionärInnen

**Unser Ziel ist, dass Kinder, Jugendliche und erwachsene SportlerInnen sicher, motiviert und erfolgreich am Sport teilnehmen können. Deshalb erwarten wir, dass sich FunktionärInnen an die folgenden Verhaltensregeln halten, indem sie den folgenden Verpflichtungen und Empfehlungen nachkommen:**

### **Personen mit institutionellen Leitungsaufgaben (FunktionärInnen) im Sport haben die Pflicht, ...**

1. die Gesundheit, Sicherheit und positive Entwicklung der AthletInnen an erste Stelle zu setzen.
2. Bedenken und Sorgen von AthletInnen, TrainerInnen 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. SportlerInnen nicht sarkastisch, feindselig oder herabsetzend zu behandeln.
5. jeden körperlichen Kontakt gegen den Willen der SportlerInnen 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 SportlerInnen 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 (FunktionärInnen) im Sport sollten ...**

9. alle beteiligten Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen (Erziehungsberechtigte, TrainerInnen, FunktionärInnen) 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.

**Mit Ihrer Unterschrift bestätigen Sie, dass Sie diese Regeln zur Kenntnis genommen haben und Ihr Bestes tun werden, sich daran zu halten.**

Name des Funktionärs/der Funktionärin:

Datum:

Unterschrift: