

Keine sexuellen Übergriffe im Sport

Merkblatt für Trainerinnen und Trainer

Wie können Trainerinnen und Trainer sexuellen Übergriffen und Beschuldigungen vorbeugen?

Im Sportumfeld sind es die Trainerinnen und Trainer, die mit Kindern und Jugendlichen im direkten, engen Kontakt stehen. Sie tragen als Vorbilder eine besondere Verantwortung und stehen ein Stück weit im Schaufenster des Vereines.

Einige grundsätzliche Verhaltensregeln:

Im Kontakt mit den Kindern und Jugendlichen

- Achten Sie auf die sexuelle körperliche, psychische und Integrität der Kinder und Jugendlichen. Nehmen Sie Schamgefühle ernst. Treten Sie immer für das Selbstbestimmungsrecht der Kinder ein. Es gilt der Grundsatz «mein Körper gehört mir».
- Pflegen Sie einen natürlichen, sorgfältigen Umgang mit den Ihnen anvertrauten Kindern und Jugendlichen. Pflegen Sie Körperkontakte bewusst und sorgfältig. Achten Sie auf die Grenzen.
- Wenn heikle Berührungen aufgrund des Trainings notwendig sind – z.B. beim Vorzeigen einer Technik – sprechen Sie solche Situationen an. Fragen Sie ein Kind, ob es o.k. ist, wenn Sie diese Technik an ihm zeigen.
- Zeigen Sie den Kindern und Jugendlichen gegenseitiges Helfestehen. Legen Sie offen, wenn Sie selber Hilfestellungen geben. Übernehmen Sie in Situationen, die zu gefährlich sind oder zu Verletzungen führen würden.

Eigenes Verhalten und Gefühle reflektieren

- Achten Sie auf Ihre Beziehungswünsche an die Ihnen anvertrauten Kinder und Jugendliche. Falls Sie von zu weit gehenden Wünschen bedrängt werden, sich z.B. in ein Kind verlieben oder sexuelle Fantasien entwickeln, dann suchen Sie das Gespräch mit einer Fachperson. Unter www.swissolympic.ch finden Sie ein Adressverzeichnis mit spezialisierten Beratungsstellen. Sprechen Sie diese Wünsche nicht bei Ihrer „Lieblingssportlerin“, Ihrem „Lieblingssportler“ an.
- Setzen Sie sich mit der Thematik sexueller Übergriffe, mit Grenzen und Grenzverletzungen auseinander. So gewinnen Sie an Sicherheit, was erlaubt und was zu vermeiden ist. Aktualisieren Sie Ihr Präventionswissen in Gesprächen mit Kolleginnen und Kollegen oder in Aus- und Weiterbildungsangeboten (zu finden unter www.swissolympic.ch oder [J+S Kurse](#)).

Nachhaltige Prävention im Verein:

- Pflegen Sie mit den Eltern Ihrer Schützlinge ein offenes Verhältnis. Erklären Sie, wie Sie mit heiklen Situationen umgehen und was Sie zum Schutz der Ihnen anvertrauten Kinder und Jugendlichen tun. Elternabende zur Vorbereitung von Trainingslagern und ähnlichen Situationen eignen sich dafür besonders gut.
- Setzen Sie sich aktiv für Massnahmen zum Schutz der Kinder und Jugendlichen im Verein ein. Entwickeln Sie diese mit der Vereinsleitung oder helfen Sie bei der Umsetzung der 8 Massnahmen, wie sie Swiss Olympic vorschlägt.
- Falls Ihr Verein keine Anstrengungen zum Schutz der Kinder und Jugendlichen vor sexuellen Übergriffen unternehmen will, können Sie mit Ihren Kolleginnen und Kollegen das Bewusstsein zum Thema sexuelle Übergriffe stärken. Formulieren Sie gemeinsame Verhaltensregeln und Grundhaltungen und verpflichten Sie sich zu deren Einhaltung.