

Sprechen schützt Kinder - Schweigen schützt Täter!

Für die Sicherheit unserer Kinder - im Training, im Verein, im Team
Eine Informationsbroschüre für Trainer, Übungsleiter und Betreuer zum Schutz vor sexualisierter Gewalt im Sport

Sport steht für Fairness, Teamgeist und Vertrauen. Kinder und Jugendliche wachsen an Herausforderungen, erleben Gemeinschaft und entwickeln Selbstvertrauen. Dabei entstehen oft enge Beziehungen - mit körperlicher und emotionaler Nähe. Diese Nähe ist wichtig für den sozialen Zusammenhalt, birgt aber auch Risiken:

Grenzverletzungen und sexualisierte Übergriffe können dort passieren, wo Schutz fehlt.

Unsere Vereine sind Orte des gelebten Miteinanders. Genau deshalb haben wir auch die Chance - und die Pflicht - aufmerksam zu sein: hinzusehen, zu handeln und Schutzräume zu schaffen. Als Verantwortliche im Sport tragen wir dazu bei, dass Kinder und Jugendliche stark werden - und sicher bleiben. Das bedeutet: **Prävention, Sensibilisierung, Handlungssicherheit.**

Diese Broschüre soll unterstützen:

- Wie stärken wir Kinder und Jugendliche?
- Wie gehen wir achtsam mit Nähe und Distanz um?
- Wie schaffen wir eine Kultur des Hinsehens und Vertrauens?

Gemeinsam sorgen wir für einen Sport, in dem sich alle sicher und respektiert fühlen.



*Informiert sein, heißt:
handlungsfähig sein.*

**Für Trainer,
Übungsleiter, Betreuer**



Kontakt & Beratung

Ihre Ansprechperson beim Kreissportbund Wittenberg e.V.

Helene Milling

Koordinatorin für Kinder- und Jugendsport & Kinderschutz
(Sportjugendpfleger)

Kreissportbund Wittenberg e.V.

Markt 20, 06886 Lutherstadt Wittenberg

E-Mail: milling@ksb-wittenberg.de

Telefon: 03491 4594189

Web: www.ksb-wittenberg.de

Vertraulichkeit & Unterstützung

Deine Anfrage wird vertraulich behandelt. Du musst keinen konkreten Verdacht äußern, um sich Rat zu holen - oft hilft schon ein Gespräch zur Einordnung einer Situation.

Egal ob es um eine konkrete Situation, eine allgemeine Frage oder ein komisches Bauchgefühl geht:

Zögere nicht, dich zu melden.

Nur wenn ihr als Trainer*innen, Vereinsverantwortliche und Eltern gemeinsam hinschauen und im Austausch bleibt, können wir Kinder und Jugendliche im Sport wirksam schützen - und ihnen sichere Räume für Bewegung, Gemeinschaft und Entwicklung bieten.

Sexualisierte Gewalt im Sport – Was Trainer, Übungsleiter und Betreuer wissen sollten!

Sicherheit ist Teamsache – du bist Teil davon

Wenn man an Sportvereine denkt, steht oft die Bewegung, der Wettkampf und die Gemeinschaft im Vordergrund. Für viele junge Menschen sind Vereine aber weit mehr: Sie sind Orte, an denen Freundschaften entstehen, Bindungen wachsen und wichtige Schritte ins gesellschaftliche Leben gelingen.

In diesem Prozess spielen Trainer, Übungsleiter und Betreuer eine zentrale Rolle. Sie sind nicht nur sportliche Begleiter, sondern auch **Vorbilder, Lehrende und Vertrauenspersonen**. Sie prägen Kinder und Jugendliche oft über Jahre hinweg – und sind somit wichtige Bezugspersonen in ihrer Entwicklung.

Sexualisierte Gewalt betrifft auch den Sport

Sexualisierte Gewalt ist kein Thema, das nur “woanders” passiert. Sie kann in jedem Lebensbereich vorkommen – auch im Sport. Gerade weil Nähe, Vertrauen und körperliche Kontaktformen hier oft selbstverständlich dazugehören, ist es entscheidend, bewusst und sensibel damit umzugehen.

Es ergibt sich eine **besondere Verantwortung**:

Berührungen, Hilfestellungen oder Umkleidesituationen gehören im Trainingsalltag dazu – sie können aber auch von Tätern und Täterinnen gezielt ausgenutzt werden. Manchmal beginnt sexualisierte Gewalt dort, wo persönliche Grenzen überschritten werden – auch ohne strafrechtlich relevante Taten.



Begriffe verstehen

Vielleicht habt ihr schon unterschiedliche Begriffe gehört – wie “sexueller Missbrauch”, “sexuelle Ausbeutung” oder “sexualisierte Gewalt”. Gemeint ist damit im Kern dasselbe: eine Form von Gewalt, bei der Kinder und Jugendliche für die sexuellen Bedürfnisse Anderer ausgenutzt werden.

In dieser Broschüre verwenden wir den Begriff sexualisierte Gewalt, weil er deutlich macht, dass es nicht nur um Sexualität an sich geht – sondern um Machtausübung, Grenzverletzung und Gewalt.

Hinschauen statt Wegsehen: Sexualisierte Gewalt ist Realität

Was ist sexualisierte Gewalt?

Sexualisierte Gewalt meint Übergriffe durch Worte, Gesten, Bilder oder Handlungen – mit oder ohne direkten Körperkontakt. Dazu zählen alle sexuellen Handlungen, die an oder vor einem Kind geschehen – gegen den Willen oder in einer Situation, in der ein Kind aufgrund des Alters oder Entwicklungsstandes gar nicht in der Lage ist, zuzustimmen.

Beispiele können sein:

- **körperliche Übergriffe:** z.B. unerwünschte Berührungen an Intimbereichen, Zwang zu sexuellen Handlungen
- **verbal:** anzügliche Bemerkungen, sexuelle Witze, Beleidigungen
- **digital:** Versenden von pornografischen Bildern oder Nachrichten, Belästigung per Social Media
- **Grenzverletzungen:** z.B. unangemessene Nähe, Betreten der Umkleidekabinen ohne Ankündigung, Übernachtungen ohne Schutzkonzept

WICHTIG!

Was als Grenzverletzung wird, ist individuell verschieden. Entscheidend ist immer, wie die betroffene Person das Verhalten erlebt – nicht, wie es gemeint war.

Sexuelle Übergriffe sind bewusste Grenzverletzungen, die meist systematisch erfolgen und keinesfalls "aus Versehen" passieren. Solche Handlungen müssen klar benannt und Konsequenzen daraus gezogen werden.

Warum ist das wichtig?

Im Sport begegnen sich Menschen auf intensive Weise – körperlich, emotional, im Teamgeist. Genau das macht Sport wertvoll, birgt aber auch Risiken. Umso wichtiger ist, aktiv **Verantwortung** zu übernehmen und eine **Kultur der Achtsamkeit** und des **Respekts** zu fördern.

"Mir war nicht klar, dass eine harmlose Umarmung für manche Kinder schon zu viel Nähe sein kann. Ich habe gelernt, immer erst zu fragen – und Nein zu akzeptieren."

Sexualisierte Gewalt im Sportverein

Wer sind die Täter*innen?

Sexualisierte Gewalt passiert nicht "irgendwo draußen" – sie geschieht mitten unter uns. In vielen Fällen stammen die Täter*innen aus dem sozialen Umfeld der Kinder und Jugendlichen – auch aus dem Verein selbst.

Dazu zählen Nachbarn, Bekannte, Verwandte – aber eben auch Trainer*innen, Betreuer*innen oder ältere Jugendliche aus dem Team.



Das bedeutet: Auch wir im Sport müssen uns der Tatsache stellen, dass Täter*innen Teil unserer Strukturen sein können.

Diese Erkenntnis ist unbequem, aber notwendig – denn nur mit einem realistischen Blick können wir Kinder und Jugendliche wirksam schützen.

Täter haben keine typischen Merkmale

Es gibt **kein einheitliches Täterprofil**. Täter können Männer oder Frauen sein, jung oder alt, aus allen sozialen Schichten, Berufsgruppen oder Nationalitäten kommen. Viele wirken auf den ersten Blick freundlich, hilfsbereit, engagiert. Genau darin liegt die Gefahr: **Täter nutzen oft gezielt das Vertrauen, das ihnen im Sportverein entgegengebracht wird.**

Wie Täter vorgehen – typische Strategien

Die meisten sexuellen Übergriffe sind **nicht spontan**, sondern gezielt vorbereitet. Täter handeln **strategisch** – sie suchen sich gezielt Kinder aus, die besonders schutzbedürftig, unsicher oder auf der Suche nach Aufmerksamkeit und Nähe sind. Dann folgen oft dieselben Muster:

- **Nähe aufbauen:** Gemeinsame Aktivitäten, Einzeltraining, Fahrdienste, persönliche Gespräche
- **Grenzen testen:** kleine Grenzverletzungen – z.B. "aus Spaß" – um zu sehen, wie das Kind reagiert
- **Vertrauen gewinnen:** Geschenke, besondere Aufmerksamkeit, Komplimente
- **Abhängigkeit erzeugen:** Geheimnisse, emotionale Bindung oder sogar subtile Drohungen
- **System manipulieren:** Täter engagieren sich überdurchschnittlich, übernehmen "unliebsame Aufgaben" – und bauen sich so ein positives Image im Verein auf. Das erschwert es oft, Hinweise ernst zu nehmen.

Sexualisierte Gewalt im Sportverein

Was macht es ihnen leichter?

- unklare Verantwortlichkeiten und wenig Transparenz in der Vereinsstruktur
- fehlende Regelungen zum Umgang miteinander
- keine klare Positionierung des Vereins gegen sexualisierte Gewalt
- unausgeglichene Machtverhältnisse zwischen Betreuenden und Kindern
- keine geschützten Rückzugsräume oder Ansprechpersonen für Kinder
- keine vorbereiteten Maßnahmen für den Krisen- oder Verdachtsfall

Was heißt das konkret für die Praxis?

- **Wachsam bleiben - ohne Generalverdacht:** Wachsamkeit bedeutet nicht, jedem misstrauisch zu begegnen, sondern sensibel für mögliche Grenzverletzungen zu sein - und bei einem unguten Gefühl genauer hinzusehen, ohne vorschnell zu urteilen
- **Nähe mit professioneller Distanz:** Freundlichkeit ist wichtig, aber körperliche Nähe, private Treffen oder "besondere Ausnahmen" sollten klar geregelt und hinterfragt werden
- **Transparenz im Umgang:** Einzeltrainings, Fahrdienste oder Gespräche unter vier Augen sollten nur unter klaren Bedingungen stattfinden - idealerweise mit Wissen anderer oder unter Sichtkontakt
- **Verhalten reflektieren:** Auch gut gemeintes Verhalten kann missverständlich sein. Sprechen Sie im Team über schwierige Situationen oder Unsicherheiten
- **Kinder stärken, nicht isolieren:** Kinder sollten wissen, wo ihre Grenzen sind und dass sie "Nein" sagen dürfen - auch gegenüber Erwachsenen. Das gelingt am besten in einer offenen, respektvollen Vereinsatmosphäre
- **keine Angst vor Klarheit:** klare Regeln schützen nicht nur Kinder, sondern auch Trainer*innen und Betreuer*innen selbst vor Missverständnissen oder falschen Verdächtigungen

Liebe Trainer*innen, Betreuer*innen und Übungsleiter*innen,

bitte versteht die Sensibilität und Aufmerksamkeit im Umgang mit dem Thema "Sexualisierte Gewalt" nicht als Missvertrauen. Die überwältigende Mehrheit von euch engagiert sich mit Herzblut, Verantwortung und großem Einsatz für Kinder und Jugendliche - und genau dafür gebührt euch Anerkennung und Wertschätzung.

Sexualisierte Gewalt im Sportverein

Der Sport bietet viele wertvolle Erfahrungen: Gemeinschaft, Vertrauen, körperliche und persönliche Entwicklung. Gerade die enge Bindung zwischen Trainer*innen, Betreuer*innen und Sportler*innen schafft ein positives, oft kameradschaftliches Umfeld.

Gleichzeitig bringt der Sport auch besondere Rahmenbedingungen mit sich, die – ohne entsprechende Regeln und Sensibilität – potenziell ausgenutzt werden könnten. Die folgenden Risikofaktoren in Sportvereinen machen deutlich, warum Prävention in Sportvereinen so wichtig ist:

Typische Risikosituationen im Sportverein:

- **Körperliche Nähe gehört dazu:** Viele Sportarten erfordern engen Körperkontakt, z.B. bei Hilfestellungen, Zweikämpfen oder Partnerübungen
- **Spezifische Kleidung:** Je nach Disziplin ist körperbetonte oder freizügige Sportbekleidung üblich – besonders bei Kindern und Jugendlichen braucht es hier klare, altersgerechte Regeln
- **Duschen und Umkleiden:** Gemeinsame Umkleidesituationen sind Alltag – aber auch sensible Orte, die Schutz und klare Abläufe brauchen
- **Reisen und Übernachtungen:** Trainingslager, Wettkämpfe oder Freizeiten beinhalten oft Übernachtungen, Fahrten oder Situationen ohne direkte Aufsicht – hier braucht es besondere Aufmerksamkeit und vorbereitete Abläufe
- **Einzeltrainings und uneinsichtige Räume:** Trainingsformen, bei denen eine einzelne Person mit einem Kind oder Jugendlichen allein ist – etwa im Einzelcoaching – erfordern besondere Transparenz
- **starke emotionale Bindungen:** Kinder und Jugendliche bauen oft enge Beziehungen zu ihren Trainer*innen, Übungsleiter*innen und Betreuer*innen auf. Diese Vertrauensverhältnisse sind wertvoll, müssen aber durch klare Rollen und Grenzen geschützt werden

“Klare Vereinsregeln sind eine wichtige Unterstützung – zum Beispiel bei Fahrgemeinschaften oder Übernachtungen. Sie schützen nicht nur Kinder und Jugendliche, sondern geben auch uns Trainern Sicherheit und Orientierung.”

Sexualisierte Gewalt im Sportverein

Signale erkennen - wenn Kinder sich verändern

Im Sport erleben wir unsere Schützlinge oft über viele Monate oder Jahre hinweg regelmäßig - beim Training, im Wettkampf oder bei Fahrten. Gerade diese Nähe macht es möglich, **Verhaltensveränderungen frühzeitig wahrzunehmen**.

Denn: Nur selten gibt es klare oder sichtbare Zeichen für sexualisierte Gewalt. Körperliche Verletzungen oder direkte Aussagen kommen in den wenigsten Fällen vor. Viel häufiger zeigen betroffene Kinder oder Jugendliche auffällige oder **unerklärliche Veränderungen im Verhalten**.

Was kann auffallen?

Manche Kinder ziehen sich plötzlich zurück, andere wirken übertrieben leistungsorientiert oder körperlich anwesend, aber emotional "nicht da". Die folgenden Anzeichen **können Hinweise sein** - sind aber nicht automatisch ein Beweis für sexualisierte Gewalt.

Mögliche Warnsignale im Verhalten:

- Rückzug aus dem Vereinsleben oder plötzliche Vermeidung von Trainings
- Ausweichendes Verhalten gegenüber bestimmten Personen, Orten oder Situationen
- Übertriebenes Leistungsstreben oder auffälliger Ehrgeiz
- Konzentrationsstörungen "geistige Abwesenheit"
- Erinnerungslücken oder widersprüchliche Erzählungen
- häufige körperliche Beschwerden ohne erkennbare Ursache (z.B. Bauch- oder Kopfschmerzen)
- Schlafprobleme, Alpträume, starke Müdigkeit
- verändertes Essverhalten, Suchtverhalten (z.B. exzessive Handynutzung, Rückzug in digitale Welten)



Jedes der oben genannten Anzeichen kann auch ganz andere Ursachen haben - z.B. Stress in der Schule, familiäre Konflikte oder einfach die Herausforderungen des Erwachsenwerdens.

Prävention und Gespräche

Was kann ich als Trainer*in tun?

Als Trainerin hast du eine **zentrale Rolle im Leben deiner Sportlerinnen** – gerade bei Kindern und Jugendlichen. Du bist Vertrauensperson und oft jemand, der Veränderungen im Verhalten oder in der Stimmung früh wahrnimmt. Deshalb kannst du einen wichtigen Beitrag zum Schutz vor sexualisierter Gewalt leisten – auch ohne alles wissen oder lösen zu müssen.

Hinschauen. Ernst nehmen. Verantwortung teilen.

Nicht immer ist klar zu erkennen, wenn ein Kind oder Jugendlicher belastet ist. Doch wenn dir etwas auffällt – sei es ein Rückzug, plötzliche Aggressionen, körperliche Beschwerden oder auffällige Ängste – dann ist es wichtig, nicht wegzuschauen



Beobachtungen im Team besprechen – nicht alleine bewerten

- wenn dir etwas auffällt, sprich mit Kolleg*innen oder der Vereinsleitung darüber
- du musst nicht alleine entscheiden, was das Verhalten bedeutet – hole dir Rückhalt und Einschätzungen im Team
- ein gemeinsamer Blick schützt dich und hilft dem Kind



Vertrauen zeigen – ohne Druck aufzubauen

- Kinder und Jugendliche öffnen sich oft nur, wenn sie sich sicher fühlen
- Ein Gespräch kann so anfangen: *“Ich merke dir geht es in letzter Zeit nicht gut. Wenn du magst, kannst du mit mir reden – oder mit jemand anderem, dem du vertraust.”*
- So vermittelst du: Ich bin da, aber du bestimmst, ob und wem du etwas erzählen willst.



Weitervermitteln – an Ansprechpersonen im Verein oder Fachstellen

- du musst das Problem nicht alleine lösen
- im Verein sollte es klare Ansprechpersonen geben – z.B. eine Vertrauensperson oder ein/e Kinderschutzbeauftragte/r
- auch externe Fachberatungsstellen helfen weiter – am besten hast du Kontaktdaten griffbereit (z.B. in deinem Trainer*innenordner)

“Du wirkst in letzter Zeit sehr still – magst du erzählen was los ist?”

Prävention und Gespräche

Was können wir als Verein tun?

Wie wir als Mitarbeitende im Sportverein aktiv zum Schutz von Kindern und Jugendlichen beitragen können.

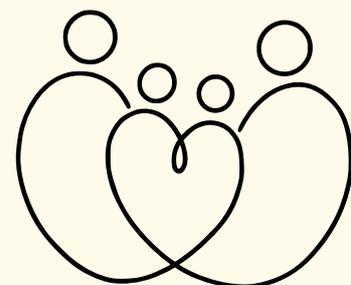
Wir alle tragen Verantwortung für den Schutz von Kindern und Jugendlichen im Sport. Prävention sexualisierter Gewalt beginnt nicht erst im Ernstfall – sie muss im Alltag sichtbar und spürbar sein. Dafür braucht es Maßnahmen auf verschiedenen Ebenen im Verein. Je nach Aufgabe und Rolle ergeben sich unterschiedliche Möglichkeiten aktiv zu werden.

Auf Ebene der Vereinsleitung (z.B. Vorstand, Geschäftsführung)

- **Klare Haltung zeigen:** Der Verein positioniert sich sichtbar gegen sexualisierte Gewalt – nach innen und außen. Eine offene Kommunikation schafft Vertrauen.
- **Wissen vermitteln:** Regelmäßige Schulungen und Infoveranstaltungen für Trainer*innen, Betreuer*innen und Übungsleiter*innen gehören zum Angebot
- **Klare Regeln aufstellen:** z.B. Trainer*innen duschen nicht gemeinsam mit Sportler*innen, Umkleidesituationen werden geregelt
- **sorgfältige Auswahl von Mitarbeitenden:** Bei neuen (ehren- und hauptamtlichen) Kräften werden u.a. ein erweitertes Führungszeugnis sowie ein Ehrenkodex eingefordert
- **Ansprechbarkeit sicherstellen:** Ein Beschwerde-Management mit klar definierten Abläufen zur Intervention hilft, im Ernstfall handlungsfähig zu bleiben

Einbindung von Eltern und Kindern

- **Eltern informieren und einbeziehen:** Elternabende bieten Raum für Austausch und Transparenz
- **Kinder stärken:** Maßnahmen, die das Selbstbewusstsein und die Kommunikationsfähigkeit der Kinder fördern, sind ein wichtiger Baustein der Prävention



Sport soll stärken – nicht verletzen

Prävention und Gespräche

Für Trainer*innen, Übungsleiter*innen und Betreuer*innen

- **Transparenz im Umgang:** Einzelbetreuungen möglichst vermeiden – wenn nötig, gut dokumentieren und kommunizieren
- **Enger Austausch mit dem Vorstand:** Gemeinsames Verständnis schaffen, regelmäßig über Beobachtungen und Entwicklungen sprechen
- **Verantwortung übernehmen:** Geforderte Unterlagen wie Ehrenkodex oder Führungszeugnisse zeitnah einreichen
- **Mitbestimmung ermöglichen:** Kinder und Jugendliche z.B. bei der Auswahl von Spielen oder Übungen aktiv einbinden
- **Hilfestellungen bewusst einsetzen:** Körperkontakt nur, wenn nötig – immer angekündigt, erklärt und abgestimmt mit dem Kind
- **Reflexion im Team:** Regelmäßiger Austausch mit Kolleg*innen fördert die eigene Sensibilität und sichert die Qualität der Arbeit

wichtig

Nicht jeder Verein muss sofort alle Maßnahmen umsetzen. Entscheidend ist, dass jede Ebene aktiv wird – und dass gemeinsam an einer offenen, respektvollen und sicheren Vereinskultur gearbeitet wird.

So schaffen wir ein Umfeld, in dem sich Kinder und Jugendliche geschützt und wertgeschätzt fühlen.



Intervention und Handlungssicherheit

Intervention im Verdachtsfall – Was tun, wenn etwas passiert?

Es gibt keine Standardlösung für den Umgang mit einem Verdachtsfall auf sexualisierte Gewalt – jeder Fall ist anders. Umso wichtiger ist es, überlegt, sensibel und verantwortungsvoll zu handeln. Ein möglicher Verdacht kann auf ganz unterschiedliche Weise entstehen: durch eine persönliche Beobachtung, eine Äußerung eines Kindes oder Jugendlichen, durch Hinweise von dritten – oder ein “komisches Gefühl”. Der Verdacht kann sich auf Personen innerhalb oder außerhalb des eigenen Vereins beziehen.

Egal wie vage oder konkret ein Verdacht ist: Nehmt ihn ernst.

Wichtige Grundsätze für das Handeln im Ernstfall:

Der Schutz der betroffenen Person steht immer an erster Stelle.

Das Wohlergehen des Kindes oder Jugendlichen hat oberste Priorität – auch wenn es noch keinen Beweis gibt.

Ruhe bewahren und überlegt handeln.

Vermeidet vorschnelle Reaktionen oder Konfrontationen. Emotionales oder unüberlegtes Handeln kann mehr schaden als helfen.

Gesprächsbereitschaft signalisieren.

Zeigt der betroffenen Person: *“Ich bin für dich da. Du kannst mit mir sprechen – wenn du möchtest.”*

Macht aber keine Versprechungen, die ihr nicht halten könnt (z.B. *“Das bleibt ganz unter uns”* – wenn ihr verpflichtet seid, Hilfe zu holen).

FAZIT: Handeln im Verdachtsfall braucht Besonnenheit, Klarheit und Unterstützung. Als Trainer*in oder Vereinsmitglied trägst du nicht allein die Verantwortung – aber du kannst den ersten wichtigen Schritt machen.

Schweigen schützt die Falschen. Aktivwerden schützt Kinder.

“Als Verein sind wir nicht nur für Tore und Zeiten verantwortlich – sondern für den Schutz der Menschen, die bei uns Sport treiben.”

Checkliste im Verdachtsfall – Was ist jetzt zu tun?

Ruhe bewahren

- Emotional reagieren ist verständlich – aber jetzt ist überlegtes Handeln gefragt.

Schutz der betroffenen Person sicherstellen

- Ist das Kind / die jugendliche Person akut gefährdet?
- → falls ja: sofort handeln! (ggf. Polizei, Jugendamt)

Gesprächsbereitschaft zeigen

- *“Ich merke es geht dir nicht gut. Wenn du reden möchtest bin ich da.”*
- keine Versprechungen (*“Ich behalte das für mich.”*) machen.

Fachliche Unterstützung einholen

- Externe Beratungsstelle kontaktieren (auch anonym möglich)
- Unterstützung im Verein holen (Kinderschutzbeauftragte/r, Vorstand)

Die betroffene Person altersgerecht einbeziehen

- Nichts über den Kopf hinweg entscheiden – erklären, was als nächstes passiert

Alles sachlich dokumentieren

- Wer? Was? Wann? Wo?
- keine Bewertungen, keine Spekulationen!

Vereinsinterne Ansprechpersonen informieren

- Verdachtsfälle nicht alleine bearbeiten – Verantwortung liegt beim Vorstand!



Selbstcheck – Wie sicher ist mein Verhalten im Umgang mit Kindern und Jugendlichen?

Der folgende Selbstcheck hilft dir dabei, dein eigenes Verhalten bewusst wahrzunehmen und zu reflektieren. Es geht nicht um Kontrolle oder Schuld – sondern darum, ein sicheres Umfeld zu schaffen und Verantwortung bewusst zu leben.

 Hinsehen. Nachdenken. Haltung zeigen.

Nähe & Distanz

- Habe ich klare Regeln für Nähe und Körperkontakt im Training?
- Achte ich auf Signale der Kinder/Jugendlichen – auch nonverbal?
- Bin ich mir bewusst, wo meine persönliche "Komfortzone" endet – und wo die der Kinder beginnt?

Kommunikation & Sprache

- Spreche ich respektvoll – auch im Stress?
- Mache ich gelegentlich Witze oder Kommentare, die zweideutig sein könnten?
- Frage ich mich manchmal: "War das jetzt zu viel?" – und spreche ich darüber im Team?

Einzelbetreuung & Freizeitgestaltung

- Vermeide ich nach Möglichkeit Einzeltrainings?
- Wenn sie nötig sind: Dokumentiere ich sie und mache sie transparent?
- Halte ich mich an klare Regeln bei Übernachtungen, Umkleidesituationen, Fahrten etc.?

Grenzen & Vorbildrolle

- Setze ich klare Grenzen – für mich und andere?
- Lebe ich den Kindern vor, wie Respekt und Achtsamkeit funktionieren?
- Bin ich bereit, mein Verhalten zu hinterfragen – auch wenn ich es "gut gemeint" habe?

Team & Verein

- Tausche ich mich regelmäßig mit Kolleg*innen über schwierige Situationen aus?
- Kenne ich die Ansprechpersonen im Verein für das Thema Kinderschutz?
- Weiß ich, an wen ich mich wenden kann, wenn mir etwas auffällt?

Ergebnis - Was tun mit meinen Antworten?

Dieser Selbstcheck ist kein Test - es gibt keine Punkte, keine Bewertung. Aber wenn du bei einzelnen Fragen zögerst oder unsicher bist: Sprich mit deinem Team oder deiner Vertrauensperson im Verein. Gemeinsam nachdenken heißt: Gemeinsam besser werden.

“

“Nur wer sein eigenes Verhalten reflektiert, kann auch andere wirksam schützen.”

”



Im Verdachtsfall: Was du tun kannst



Wenn du einen Verdacht hast- oder wenn sich ein/e Sportler*in Ihnen anvertraut hat - bleib ruhig und nimm es ernst. Zeig, dass du zuhörst und da bist. Glaub deinem Schützling, auch wenn es schwer einzuordnen ist.

Notiere möglichst genau, was dein/e Sportler*in erzählt hat - ohne nachzuboahren oder Druck auszuüben. So sichern Sie wichtige Informationen für mögliche weitere Schritte.



Auf unserer Website gibt es einen Meldebutton, über den du uns unkompliziert erreichen kannst - anonym oder mit deinem Namen. Die Meldung geht vertraulich an eine geschulte Ansprechperson.

Die betroffene Person entscheidet, ob und wie es weitergeht.



Mit dem QR-Code kommst du direkt zu unserem vertraulichen Meldeformular.

