

## **VERHALTENSREGELN<sup>1</sup> FÜR TRAINER\*INNEN IM DEUTSCHEN LEICHTATHLETIK-VERBAND**

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

1. von Funktionär\*innen, Athlet\*innen, Erziehungsberechtigten, anderen Trainer\*innen, Kampfrichter\*innen und Ehrenamtlichen respektvoll und fair behandelt zu werden.
2. vor körperlicher oder emotionaler Gewalt von Seiten der Athlet\*innen, Erziehungsberechtigten, Trainer\*innen, Kampfrichter\*innen, Ehrenamtlichen 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.
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, insbesondere durch klare Regelungen, transparente Verfahren und Unterstützung im Rahmen des Schutzkonzepts, auch zum Schutz vor unbegründeten Anschuldigungen.
9. bei Konflikten, Anschuldigungen und Verdachtsfällen über das Beschwerdemanagement und Handlungspläne des Verbands informiert zu werden.
10. Zugang zu Weiterbildungen in allen Aspekten ihrer Rolle zu erhalten.

---

<sup>1</sup> Die Verhaltensregeln basieren auf denen des Deutschen Turner-Bundes, welcher dieser in Zusammenarbeit mit der Universität Münster entwickelt hat. Das Projekt wurde durch das BiSp gefördert.

## **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/gesundheitsliche Ratschläge zu geben, zu denen sie nicht befugt sind. Näheres regelt die SOP „Diagnosestellung und Therapie“.
13. jede personenbezogene, vertrauliche oder medizinische Information über Athlet\*innen unbedingt vertraulich zu behandeln, wenn das Wohl des Athleten/der Athletin 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. Athlet\*innen nicht feindselig, herabsetzend oder mit Spott zu behandeln und strafen- oder drohendes Anschreien zu vermeiden. Athlet\*innen dürfen nicht durch Bloßstellung vor der Gruppe oder im 1:1-Gespräch beschämt oder gedemütigt werden.
17. ein unterstützendes und zugewandtes Trainingsumfeld zu gestalten und wahrzunehmen, wenn Athlet\*innen in Belastungs- oder Überforderungssituationen geraten. Sie respektieren dabei individuelle Grenzen und vermeiden aufdrängendes Verhalten. Wenn eine direkte Unterstützung nicht gewünscht oder nicht angezeigt ist, unterstützen sie die Kontaktaufnahme zu geeigneten Vertrauenspersonen oder anderen unterstützenden Wegen.
18. alle Mitglieder der Trainingsgruppe respektvoll, wertschätzend und fair zu behandeln sowie Zuwendung und Unterstützung angemessen und bedarfsgerecht auszurichten. Die Ausgestaltung von Training, Aufmerksamkeit und Unterstützung kann dabei – insbesondere in Abhängigkeit von Entwicklungsstand, Leistungsfähigkeit, Engagement oder spezifischer Wettkampfvorbereitung – unterschiedlich erfolgen, muss jedoch stets fachlich begründet, transparent und frei von Benachteiligung sein.
19. Bedenken und Sorgen von Athlet\*innen ernst zu nehmen und sich aktiv um Lösungen zu bemühen.
20. eine professionelle Rolle zu wahren und klare Grenzen zwischen Betreuung und persönlicher Nähe einzuhalten.

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

21. Athlet\*innen zu Übungen oder Trainingsmaßnahmen zu zwingen, insbesondere wenn diese deutlich erkennbaren Widerstand äußern oder sich in einer Situation von Angst, Überforderung, Schmerz oder Verletzung befinden.

Nicht als Zwang gelten fachlich begründete Trainingsanleitungen, Motivation oder Aufforderungen zur Mitarbeit, sofern die Kooperationsbereitschaft der Athlet\*innen gegeben ist, ihre körperliche und seelische Unversehrtheit gewahrt bleibt und ihre Grenzen respektiert werden.

22. Athlet\*innen gegen deren Willen zu berühren.
23. sexistische oder gewalttätige Sprache, Mobbing, aggressive oder sexuell provozierende Spiele zu tolerieren oder sich gar daran zu beteiligen.
24. die folgenden Verhaltensregeln zu 1:1-Situationen zwischen Kindern und Jugendlichen und Erwachsenen routinemäßig oder ohne ersatzweise Schutzvorkehrungen zu missachten.

- 24.1. regelmäßige Transportfahrten zum Training oder zu Wettkämpfen in nicht transparenten 1:1-Konstellationen durchzuführen. 1:1-Fahrten sollen nach Möglichkeit vermieden werden. Lassen sich solche Konstellationen aus organisatorischen oder sportlichen Gründen nicht vermeiden, sind sie offen zu gestalten und gegenüber den Athlet\*innen und – bei Minderjährigen – gegenüber den Erziehungsberechtigten transparent zu machen. Absprachen sollen nachvollziehbar erfolgen; verdeckte oder geheim gehaltene Fahr- oder Betreuungssituationen sind unzulässig.

- 24.2. Einzeltrainings in 1:1-Konstellation ohne weitere Personen in der Trainingshalle werden im Nachwuchsbereich nicht durchgeführt.

Sollte dies dennoch notwendig sein, ist Folgendes zu beachten: Im Nachwuchsbereich sollen Einzeltrainings grundsätzlich transparent gestaltet und nach Möglichkeit nicht als abgeschlossene 1:1-Situation stattfinden. Bewährt hat sich hierbei insbesondere das sogenannte Sechs-Augen-Prinzip, bei dem neben der/die Trainer\*in mindestens eine weitere Person anwesend ist (z. B. eine zweite Betreuungsperson, ein Elternteil oder eine weitere\*r Athlet\*in).

Lassen sich Einzeltrainings in 1:1-Konstellationen aus sportfachlichen oder organisatorischen Gründen nicht vermeiden, erfolgt dies bei Kindern und Jugendlichen grundsätzlich nach vorheriger Rücksprache mit den Erziehungsberechtigten und in transparenter Gestaltung (z. B. offene Hallensituation, Sichtbarkeit für Dritte, zeitliche Überschneidung mit anderen Gruppen).

Bei Jugendlichen kann ein alters- und situationsangemessenes Einzeltraining Bestandteil einer bedarfsgerechten Trainingsgestaltung sein, sofern es fachlich begründet ist, transparent erfolgt und die Grenzen sowie das Wohlbefinden der Athlet\*innen gewahrt bleiben.

- 24.3. Es finden keine Aktivitäten oder Treffen mit Kindern/Jugendlichen in 1:1-Konstellationen in der Freizeit außerhalb des Trainings statt.

- 24.4. Kinder und Jugendliche (= Minderjährige) werden nicht in den Privatbereich der Trainer\*innen genommen. Generell sollte von Treffen im Privatbereich auch bei volljährigen Athlet\*innen abgesehen werden. 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.
25. 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.
26. 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.
27. mit Kindern und Jugendlichen Geheimnisse zu vereinbaren oder aufrechtzuerhalten.  
Trainerinnen dürfen und sollen jedoch Ansprech- und Vertrauenspersonen für Kinder und Jugendliche sein. Anvertraute Inhalte sind jedoch keine Geheimnisse: Kinder und Jugendliche dürfen das, was sie Trainer\*innen mitteilen, jederzeit an Vertrauenspersonen (z. B. Eltern, andere Betreuungspersonen) weitergeben. Ebenso dürfen Trainer\*innen keine Vertraulichkeit zusichern, die Transparenz oder den Schutz der Kinder und Jugendlichen einschränkt.  
Bei Anliegen, die das Wohl der Kinder und Jugendlichen berühren, tragen Trainer\*innen Verantwortung dafür, gemeinsam geeignete nächste Schritte zu klären und – sofern erforderlich – weitere Vertrauens- oder Ansprechpersonen einzubeziehen.
28. Kindern und Jugendlichen Privatgeschenke für besondere sportliche Leistungen oder Erfolge zu machen, wenn dies nicht mit einem weiteren Mitarbeitenden/Verantwortlichen abgesprochen ist.

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

29. das Training so planen und vorbereiten, dass alle Athlet\*innen zielorientiert mit Freude und Erfolgserlebnissen am Training teilnehmen können.
30. Wert auf die altersgerechte Entwicklung von Fähigkeiten, Fertigkeiten und Fortschritten legen und nicht primär auf die Platzierungen im Wettkampf und deshalb Anstrengung ebenso wertschätzen wie Resultate.
31. empathisch handeln und sich in die Situation der Athlet\*innen hineinversetzen.
32. eine vertrauensvolle Trainerbeziehung fördern, in der Athlet\*innen Anliegen äußern können.
33. konstruktive Kritik äußern dürfen und selbst offen für Rückmeldungen bleiben.
34. angemessen, dem Alter entsprechenden, Kontakt zu Erziehungsberechtigten halten und diese regelmäßig informieren, besonders wenn Ihnen Probleme auffallen.

35. 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.
36. es unterlassen mit Bestrafung zu drohen oder unangemessene Strafmaßnahmen einzusetzen.
37. aktiv werden, wenn sie Verstöße gegen diese Verhaltensregeln beobachten.