

Leitfaden für Trainer:innen & Übungsleiter:innen

Prävention von Gewalt in der DLRG Darmstadt

Dieser Leitfaden dient als Orientierung für deinen Alltag im Training, am Beckenrand, beim Einsatz und bei Vereinsaktivitäten. Ziel ist es, eine Kultur des Hinsehens zu schaffen und sowohl die uns anvertrauten Kinder, Jugendlichen und Personen als auch dich selbst vor falschem Verdacht zu schützen.

Grundhaltung: Dein Selbstverständnis

- **Verantwortung:** Du bist Vorbild. Dein Verhalten prägt die Atmosphäre im Verein. Wir tolerieren keine Form von Gewalt und Diskriminierung – körperlich, seelisch oder sexualisiert.
- **Respekt:** Wir achten die Persönlichkeit und Würde jedes Menschen unabhängig von Herkunft, Geschlecht oder sexueller Orientierung.
- **Grenzen:** Individuelle Schamgrenzen und Empfindungen zu Nähe und Distanz werden respektiert.

Verhaltensregeln im Training und bei Einsatzübungen (Prävention)

Umgang mit Nähe & Körperkontakt

- **Erlaubnis einholen:** Körperkontakt (z.B. Korrektur der Schwimmhaltung) darf nur erfolgen, wenn er sportfachlich notwendig ist. Frage vorher um Erlaubnis oder kündige es an.
- **Hilfsmittel nutzen:** Nutze bei der Assistenz im Wasser vorzugsweise Hilfsmittel (z.B. Schwimmnudel), um Distanz zu wahren.
- **Keine „Geheimnisse“:** Es gibt keine Geheimabsprachen zwischen dir und Minderjährigen. Transparenz schützt alle Beteiligten.

Umkleide- & Duschsituationen

- **Räumliche Trennung:** Trainer:innen ziehen sich nicht gemeinsam mit anderen Personen (Kinder, Jugendliche und Erwachsene) in derselben Kabine um und duschen nicht gemeinsam mit ihnen.
- **Ansprechbarkeit:** Bleibe in Hörweite, aber wahre die Privatsphäre. Betrete Sammelumkleiden nur im absoluten Bedarfsfall und nach Ankündigung durch Anklopfen oder Rufen.
- **6-Augen-Prinzip:** Vermeide Situationen, in denen du mit einem Kind allein in einem geschlossenen, nicht einsehbaren Raum bist. Wenn Einzelgespräche nötig sind, lass die Tür offen oder hole eine zweite Person dazu.

Kommunikation & Medien

- **Keine privaten Chats:** Die Kommunikation sollte über offizielle Kanäle oder Gruppenchats erfolgen. Private Nachrichten an Minderjährige ohne Wissen der Eltern sollten vermieden werden oder sind auf vereinsrelevante Inhalte zu reduzieren.
- **Foto-Verbot:** Mache keine Fotos oder Videos von Kindern in Badekleidung – dies gilt insbesondere auch für Umkleiden und Duschen.

Was tun bei einem Verdacht? (Intervention)

Solltest du ein „komisches Gefühl“ haben, Beobachtungen machen oder sich dir jemand anvertrauen, befolge diese Schritte:

1. **Ruhe bewahren!** Kein überstürztes Handeln, denn Aktionismus schadet oft mehr als er nützt.
2. **Glauben schenken:** Nimm alle Erzählungen ernst. Bewerte nicht, höre nur zu. Versprich keine Verschwiegenheit, denn du musst ggf. Hilfe holen, aber versprich Unterstützung.
3. **Dokumentieren:** Schreibe zeitnah ein Gedächtnisprotokoll. Was wurde gesagt? Wann? Wer war dabei? (Fakten, keine Interpretationen).
4. **Keine eigenen Ermittlungen:** Spiele nicht Polizei. Befrage keine Zeugen und konfrontiere niemals die verdächtige Person auf eigene Faust.
5. **Hilfe holen:** Wende dich an eine Person im Vorstand, die Leitung des Trainings oder **eine der unten genannten Vertrauensperson** im Verein. Diese leitet die weiteren Schritte (Krisenteam) ein.

Wichtige Kontakte

Allgemeine Mail-Adresse

vertrauensperson@darmstadt.dlrg.de

Vertrauenspersonen

Benedikt Pielenz (er/sein)

Mail: benedikt.pielenz@darmstadt.dlrg.de

Telefon: 0151 288 49 825

Tim Neumann (er/sein)

Mail: tim.neumann@darmstadt.dlrg.de

Telefon: 0176 471 81 366

Anonym & kostenlose Hilfetelefone:

Nummer gegen Kummer (Kinder/Jugendliche): 116 111

Hilfetelefon Sexueller Missbrauch: 0800 22 555 30

Hilfetelefon der DLRG-Jugend: 05723 955 333