

ZUSÄTZLICH FÜR TRAINER*INNEN

BESONDERHEITEN IM BEREICH SPORT

KÖRPERKONZENTRIERTHEIT

Im Sport spielt der Körper eine sehr wichtige Rolle. Achte darauf, bei der Körperoptimierung nicht zu Bodyshaming beizutragen. Jeder Körper ist anders und kann sich auch nur individuell verändern, dazu braucht es keine Beleidigungen oder Vorurteile..

KÖRPERKONTAKT/HILFESTELLUNGEN

Im Sport sind Hilfestellungen mit direktem Körperkontakt häufig. Achte dabei darauf, Kinder und Jugendliche möglichst nicht in der Nähe ihres Intimbereichs zu stützen. Sollten Hilfestellungen notwendig sein, bei der sehr enger Körperkontakt wichtig ist, besprich es vorab mit den Kindern und den Eltern. Erkläre, warum genau diese Hilfestellung notwendig ist.

UMKLEIDEKABINEN UND DUSCHSITUATION

Die Umkleidekabinen- bzw Duschsituation im Sport ist oft heikel. Trainer*innen können in Situationen gebracht werden, die nicht so gewollt waren. Vereinbare deshalb feste Regeln mit den Kindern und Jugendlichen (Eintreten erst nach Erlaubnis der Kinder und Jugendlichen, keine Eltern und Trainer*innen in den Kabinen). Eltern und Trainer*innen haben in der Umkleide während dem Duschen oder dem Umziehen prinzipiell nichts verloren. Braucht ein Kind Hilfe, kann es zum Beispiel vor die Türe kommen. Trainer*innen können sich außerdem durch das Offenlassen der Kabinentüre bei beispielsweise einer Besprechung zusätzlich absichern.

SPEZIFISCHE SPORTBEKLEIDUNG

Auch die Bekleidung ist in manchen Sportarten sehr speziell. Kinder und Jugendliche sollten jedoch niemals gezwungen werden, Bekleidung zu tragen, in der sie sich nicht wohlfühlen. Achte dabei auch auf die richtige Wahl der Größe der Bekleidung.

RITUALE

Im Sport haben wir häufig Rituale wie beispielsweise gemeinsames Jubeln mit einer Gruppenumarmung. Auch hier ist für Trainer*innen Vorsicht geboten. Kinder sollten dabei nie gegen ihren Willen berührt werden. Auch hier sind die Intimbereiche sowie Po und Brust tabu. Bei Verletzungen und der Notwendigkeit ein Kind z.B vom Platz zu tragen, können sich Trainer*innen durch die Frage „Darf ich dich hochheben?“ absichern.

WICHTIG IN DIESEM ZUSAMMENHANG SIND VOR ALLEM:

1. Prinzip der Transparenz (z.B. Sechsaugen-Prinzip, Kabinentüre öffnen)
2. Selbstfürsorge (sich selbst Unterstützung holen, Prävention)

