

## Verhaltenskodex

Kodex bedeutet: Liste mit Regeln.

Dieser Text erklärt  
wie man sich richtig benimmt.

Wenn man mit Kindern  
oder Jugendlichen  
oder jungen Erwachsenen  
arbeitet.

Er gilt für alle Menschen  
die im Sport in Hessen arbeiten.

Zum Beispiel:  
für Menschen mit Ehren·amt  
für Neben·berufliche  
für Haupt·berufliche

### **A. Regeln**

Die Regeln zeigen  
wie man sich bei jungen Menschen verhält.

**Ich verspreche mich an diese Regeln zu halten:**

1.  
Ich achte jedes Kind.  
Ich achte jeden Jugendlichen.  
Ich achte jeden jungen Erwachsenen.

Ich helfe ihnen  
eine selbstständige Person zu werden.

Das ist wichtiger  
als sportliche Ziele.

Und wichtiger als meine eigenen Ziele.  
Und wichtiger als die Ziele  
von den Eltern und vom Verein.

2.

Ich achte das Recht jedes Kindes  
auf einen sicheren Körper.  
Und auf seine eigene Privat-sphäre.

Ich achte auf persönliche Grenzen.  
Ich mache keine Gewalt:

- Keine körperliche Gewalt.
- Keine seelische Gewalt.
- Keine sexuelle Gewalt.

Ich mache das nicht  
im echten Leben.  
Und nicht im Internet.

Ich weiß  
dass ich Verantwortung habe.

Ich nutze meine Macht nicht aus.  
Vor allem nicht bei Menschen  
die von mir abhängig sind.

3.

Ich Sorge dafür  
dass alle Kinder und Jugendlichen  
freundlich miteinander umgehen.

Ich achte auf Fairness.  
Ich halte mich an die Regeln vom Sport.

4.

Ich achte darauf  
dass der Sport zu den Teilnehmenden passt.

Ich wähle Übungen und Spiele  
die zum Alter passen.  
Und zu den Bedürfnissen.

Alle dürfen mitentscheiden.

5.

Ich bin ein gutes Vorbild.  
Ich kämpfe gegen Betrug im Sport.  
Ich kämpfe gegen Sucht-mittel.

Zum Beispiel gegen:

- Medikamente
- Drogen
- zu viel Internet
- Alkohol

Ich kämpfe gegen Doping.  
Das ist Betrug mit verbotenen Stoffen.

6.

Ich respektiere die Würde aller Menschen.  
Ich behandle niemanden schlecht.

Zum Beispiel:

- wegen Herkunft
- wegen Religion
- wegen Behinderung
- wegen Alter
- wegen Geschlecht
- wegen Liebe oder Identität
- wegen Meinung oder Kultur

7.

Ich achte die Persönlichkeits-rechte von allen Menschen.  
Zum Beispiel mache ich keine Fotos ohne Erlaubnis.  
Ich gehe vorsichtig mit persönlichen Daten um.  
Ich halte mich an die Regeln vom Daten-schutz.

8.

Ich passe gut auf.  
Ich achte auf Zeichen von Vernachlässigung.  
Ich achte auf Zeichen von Gewalt.  
Und auf Zeichen  
dass jemand Grenzen verletzt.

Ich tue etwas  
wenn jemand gegen diese Regeln verstößt.

Der Schutz der Kinder  
Jugendlichen  
und jungen Erwachsenen  
ist am wichtigsten.

Wenn ich unsicher bin  
hole ich mir Hilfe.  
Zum Beispiel bei der Sportjugend Hessen.  
Oder bei einer Beratungsstelle.

9.  
Ich verhalte mich auch gegenüber Erwachsenen  
nach diesen Regeln.

Ich begegne allen Menschen mit Respekt.  
Zum Beispiel:

- Sportlerinnen und Sportlern
- Teilnehmerinnen und Teilnehmern
- Mitgliedern
- und Kolleginnen und Kollegen.

## **B. Regeln zum Kinder-schutz**

Diese Regeln erklären  
wie man sich richtig verhält.

Sie schützen:

- Kinder
- Jugendliche

- junge Erwachsene

Sie schützen auch alle Menschen  
die im Sport arbeiten.

Damit niemand etwas Falsches macht  
oder falsch verdächtigt wird.

### 1. Offen und ehrlich handeln

Wenn ich alleine mit jungen Menschen bin  
sind wir immer mindestens zu dritt.

Ich lasse immer eine Tür offen  
damit man von außen sieht  
was wir machen.

Das gilt zum Beispiel bei:

- Wettkämpfen
- Einzel·trainings
- Gesprächen im Training

Ich gebe keine Geschenke  
an einzelne Kinder oder Jugendliche.

Ich halte mich an diese Regeln.

Wenn ich einmal etwas anders machen will  
rede ich vorher  
mit einer anderen erwachsenen Person.

Wir müssen beide finden  
dass es sinnvoll oder nötig ist.

Ich verhalte mich immer so  
dass man versteht  
warum ich etwas tue.

### 2. Körper·kontakt

Manchmal braucht es Berührung.

Zum Beispiel:

- um beim Sport zu helfen
- um zu trösten
- um zu gratulieren

Aber:

Körperkontakt muss immer gewollt sein.

Von beiden Seiten.

Er darf nicht zu viel sein.

Ich achte auf die Grenzen jeder Person.

Wenn ich unsicher bin

frage ich nach.

### 3. Duschen, Umziehen und Übernachten

Ich dusche nicht mit Kindern oder Jugendlichen.

Ich ziehe mich nicht zusammen mit ihnen um.

Ich übernachte nicht allein mit ihnen.

Wenn wir übernachten

machen wir das in Gruppen.

Zum Beispiel bei Sportfesten

oder im Trainingslager.

Ich klopfe immer an

bevor ich in eine Umkleidekabine gehe.

Oder in einen Schlafraum.

Ich warte auf eine Antwort.

### 4. Private Beziehungen

Ich baue keine engen privaten Beziehungen auf  
zu Kindern oder Jugendlichen.

Ich lade sie nicht in meine Wohnung ein.

Oder in mein Haus oder in meinen Garten.

Ich teile keine privaten Geheimnisse mit ihnen.  
Auch nicht über Handy oder Internet.

### 5. Fotos und Videos

Ohne Erlaubnis  
mache ich keine Fotos oder Videos.  
Von Kindern oder Jugendlichen.

Ich frage vorher die Person selbst.  
Oder die Eltern.

Ich achte das Recht am eigenen Bild.

### 6. Sprechen und Verhalten

Ich spreche freundlich und respektvoll.

Ich übernehme Verantwortung  
für das was ich tue.

Wenn ich eine Grenze verletzt habe  
sage ich Entschuldigung.

Wenn ich sehe  
dass jemand unfair ist  
oder Gewalt anwendet  
oder Grenzen verletzt  
dann tue ich etwas dagegen.

### 7. Gesundheit

Ich achte darauf  
dass Kinder und Jugendliche genügend Pausen haben.

Das Training soll zum Alter passen.  
Und zu den Bedürfnissen der Kinder und Jugendlichen.

Wenn jemand verletzt oder krank war  
achte ich darauf  
dass das Training langsam weitergeht.

## **Unterschrift**

Ich bin mit diesen Regeln einverstanden.

Ich heiße: \_\_\_\_\_

Ich bin geboren am: \_\_\_\_\_

Datum heute: \_\_\_\_\_

Meine Unterschrift: \_\_\_\_\_