

Was sind interpersonale Gewalt, Übergriffe und Grenzverletzungen?

Interpersonale Gewalt und Grenzverletzungen können verschiedene Formen annehmen:

Sexuelle Gewalt: Jede Form von Belästigung, Nötigung oder Missbrauch – verbal, nonverbal oder körperlich.

Übergriffe: Unangemessene Berührungen, aufdringliches Verhalten oder das Erzwingen von Nähe.

Grenzverletzungen: Respektlose Kommentare, unangemessene Fragen oder digitale Übergriffe (z. B. Nachrichten, Bilder, Videos).

Machtausnutzung: Täter:innen sind oft Vertrauenspersonen (Trainer:innen, Betreuende, Sportler:innen), die ihre Position missbrauchen, um Kinder und Jugendliche zu manipulieren.

Wichtig: Sexuelle Gewalt beginnt nicht erst bei körperlichen Übergriffen! Auch unangemessene Bemerkungen oder Grenzüberschreitungen sind problematisch.



For more safety in sports

Du findest alle Informationen auf unserer Homepage www.nwtu.de.
Lass uns gemeinsam gegen interpersonale Gewalt arbeiten!



© 2025 [Funda Gül]

SAFE SPORT

Grenzen setzen, Respekt wahren!



Broschüre für Athletinnen und Athleten:

Schütze dich und andere - Wissen und Prävention für Athlet:innen



Code of Conduct

Sprache: Wir benutzen eine respektvolle Sprache, die niemanden aufgrund von Geschlecht oder sexueller Orientierung verletzt.

Persönlicher Raum: Wir respektieren den persönlichen Raum anderer. Jede:r entscheidet also selbst, wie nah ihr/ihm jemand kommen darf. Niemand darf gegen den Willen berührt werden.

Einwilligung: Jede:r hat das Recht, zu jedem Zeitpunkt 'NEIN' zu sagen und wir respektieren dieses 'NEIN'; egal ob durch Worte, Blicke oder Körpersprache - wir hören sofort auf.

Unterstützung: Wir unterstützen unsere Athlet:innen, die sexualisierte Gewalt oder Diskriminierung erleben und ermutigen sie, Hilfe und Unterstützung zu suchen. Wir sind eine Gemeinschaft, die füreinander einsteht.

Null-Toleranz: Belästigung, Grenzüberschreitungen oder sexistisches oder diskriminierendes Verhalten werden in unserer Sportgemeinschaft nicht toleriert und haben Konsequenzen.

Schutzstrategien für Athlet:innen



- Setze klare Grenzen und akzeptiere die von anderen.
- Vertraue auf dein Bauchgefühl und spreche mit einer Vertrauensperson.
- Melde unangemessenes Verhalten frühzeitig an.
- Sei solidarisch mit Betroffenen und unterstütze sie.
- Nutze anonyme Meldewege oder Beratungsstellen.



Hilfe & Anlaufstellen

- Hilfetelefon bei sexuellem Missbrauch: 0800 22 55 530 (Kostenlos & anonym)
- Beratungsstelle für Kinderschutz: www.kinderschutzbund-nrw.de
- Kontaktstelle des Landessportbundes

Dein Recht:
Niemand darf dich zu etwas drängen, das du nicht willst!

