WAS IST GEWALT?

Version für Kinder und Jugendliche

Wir alle haben Grenzen. Das bedeutet, es gibt Dinge, die wir nicht okay finden. Wenn jemand absichtlich oder immer wieder Sachen tut, die nicht okay sind, nennt man das Gewalt. Du findest hier Beispiele für Gewalt und auf der nächsten Seite steht, was du tun solltest, wenn dir so etwas passiert.

Psychische Gewalt

- Eine Trainerin sagt vor der ganzen Gruppe, wie schlecht du geschwommen bist und macht sich darüber lustig.
- Andere Kinder kommentieren deinen Körper und sagen dir zum Beispiel, dass deine Badeanzüge zu klein sind und du darin aussiehst wie ein Wal.
- Jemand sagt, dass Schwarze Kinder nichts im Schwimmverein verloren haben. Das ist Rassismus.
- Du fängst an, an dir zu zweifeln wegen dem, was andere über dich sagen.

Körperliche Gewalt

- Ein anderes Kind drückt dich immer wieder unter Wasser, wenn der Trainer nicht hinschaut, sodass du keine Luft mehr bekommst.
- Bei einem Wettkampf schubsen dich andere Kinder, sodass du dich verletzt.
- Eine Trainerin zwingt dich, weiter zu schwimmen, obwohl du dich verletzt hast oder es dir sehr schlecht geht.

Sexualisierte Gewalt

- Dein Trainer möchte deine Körperhaltung korrigieren und fasst dir dabei ungefragt an den Po.
- Ein anderes Kind filmt dich beim Umziehen oder in der Dusche.
- Ein fremder Mann zieht sich vor euch aus und zwingt euch, ihn dabei anzuschauen oder anzufassen.
- Eine Person vom anderen Geschlecht kommt unangekündigt beim Umziehen in die Umkleide.

NEIN HEISST NEIN

Was tun, wenn jemand übergriffig mir gegenüber war, sich verletzend oder diskriminierend verhalten hat

Du findest hier einige Situationen und an wen du dich in diesen Situationen wenden kannst. Du kannst dich auch an Vertrauenspersonen im Verein wenden, wenn dir etwas Ähnliches schon mal woanders passiert ist (Z.B. zu Hause, in der Schule oder bei einem Ausflug.). Wenn dir etwas anderes passiert ist, was du nicht okay findest, kannst du dich ebenfalls an die genannten Kontakte oder eine Vertrauensperson im Verein wenden.

Ein Trainer oder eine Trainerin hat mich vor den anderen bloßgestellt, sich über mich lustig gemacht oder mich gezwungen, weiter zu trainieren, obwohl es mir schlecht ging.

1. Du darfst dem Trainer oder der Trainerin klar sagen, dass du das nicht okay findest. Vielleicht hat er oder sie gar nicht gemerkt, dass sie sich blöd verhalten haben.
2. Wenn du dich damit komisch fühlst oder unwohl, oder der Trainer/die Trainerin dich nicht ernst nimmt, darfst du dich immer an andere Trainer/innen im Verein wenden, denen du vertraust. Du kannst auch die Ansprechperson für Gewalt um Hilfe bitten.
3. Dasselbe gilt, wenn ein anderes Kind sich dir gegenüber nicht okay verhält.

Ein Trainer, eine Trainerin, ein anderes Kind oder jemand von einem anderen Verein hat mich angefasst oder Fotos von mir gemacht, obwohl mir das unangenehm war. Oder jemand hat mich gezwungen, ihn oder sie nackt anzusehen oder anzufassen.

1. Das ist verboten. Die andere Person hat sich falsch verhalten und du trägst dafür nicht die Schuld.
2. Sprich mit deinen Eltern, einer Trainerin oder einem Trainer, dem oder der du vertraust. Wenn darüber reden schwierig ist, kannst du auch aufschreiben, was passiert ist. Du kannst auch die Ansprechperson für Gewalt um Hilfe bitten oder mit einer Beratungsstelle Kontakt aufnehmen.

Hier findest du hilfreiche Kontakte:

- Ansprechpersonen des Vereins bei Gewalt: Maya, Denis, Coraly, Louis A. (schutzteam@sg-bochum-ost.de)
- Beratungsstelle für Gewalt im Sport: https://ansprechstelle-safe-sport.de
- Bei Problemen zu Hause: http://www.neuewege-caritas-bochum.de/
- Anonymes Hilfetelefon (Nummer gegen Kummer): 116111 (erreichbar Mo-Sa 14-20 Uhr)
- Online-Beratung der Nummer gegen Kummer: https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendberatung/