

Präventives Handeln: Engagiert gegen Gewalt

In deinem Team läuft es nicht rund. Dass die sportlichen Resultate mässig sind, könntest du ja noch verkraften. Doch es sind die Ereignisse neben dem Spielfeld, die dich beschäftigen. Die Stimmung im Team hat sich in letzter Zeit zunehmend verschlechtert. Wenn Spiele verloren gehen, werden Schuldige gesucht, Mitspielende manchmal aggressiv beschimpft oder gar ausgegrenzt.

- Ist dieses Verhalten bereits eine Form von Gewalt?
- Welche Verantwortung trägst du, um Schwächere (im Team) zu schützen?
- Bist du Erzieher oder Trainer?
- Wie kannst du in deinem Team Respekt untereinander, aber auch gegenüber anderen fördern?
- Wie kannst du auf grenzverletzendes Verhalten reagieren?



Hintergrundinformationen

Was ist Gewalt?

Gewalt hat viele Formen. Häufig versteht man darunter die körperliche Gewalt (z. B. Schlägerei). Im Sportalltag sind Leiterpersonen jedoch viel öfter mit anderen Formen von problematischem Verhalten konfrontiert. J+S geht von einem erweiterten Gewaltbegriff aus und versteht darunter alle Formen von Grenzverletzungen, destruktivem Verhalten, Zwängen und Übergriffen. Dazu zählen ausser der physischen Gewalt auch psychische Formen (z. B. Mobbing), verbale (z. B. Drohungen) und nonverbale Gewalt (z. B. Gesten), sexualisierte Grenzverletzungen (z. B. anstössige, verletzende Bemerkungen), strukturelle Gewalt (z. B. ungerechtfertigte Nicht-Selektion) oder auch rassistisch gefärbte Diskriminierung und Ausgrenzung. Gewalt kann sich sowohl gegen Personen als auch gegen Sachen richten (z. B. Vandalismus).

Aggressiv oder gewalttätig?

Sport weckt Emotionen. Ein gesundes Mass an Aggressivität setzt emotionale Energie frei und ist vom Sport nicht wegzudenken. Problematisch wird es dann, wenn die Kontrolle darüber verloren geht und die Emotionen in Gewalt umschlagen. Gewalt hat im Sport nichts verloren. Die Grenze zwischen unerwünschter Gewalt und regelkonformer, zielführender Aggressivität wird durch unterschiedliche, sportartspezifische Verhaltens- und Spielregeln bestimmt. Leiterpersonen können Kinder und Jugendliche dabei unterstützen, sich in der erwünschten Bandbreite von Aggressivität zu bewegen.

Warum gibt es Konflikte im Sport?

Zum Erwachsenwerden gehört dazu, dass Kinder und Jugendliche Grenzen ausloten. Gruppendruck und Nachahmungseffekte können dazu führen, dass Grenzen über das tolerierbare Mass verletzt werden. In jeder Gruppe können Konflikte entstehen oder Ausgrenzungen stattfinden. Weitere Auslöser für Gewalt können unkontrollierte Emotionen, eine geringe Frustrationstoleranz oder eine besonders kompetitive Situation sein. Manchmal reicht für die Eskalation ein Körperkontakt oder eine verbale Grenzverletzung. Ausserdem spielt die Wechselwirkung mit der Leiterperson oder den Zuschauenden (z. B. Eltern) eine Rolle. Die Art und Weise, wie ein Wettkampf inszeniert, Zuschauende geführt oder Regeln und Rituale gefördert werden, kann auf die Stimmung Einfluss nehmen.

Was kannst Du als J+S-Leiterperson, -Trainerin, -Coach, -Experte tun, um problematischem Verhalten entgegenzuwirken?

Wie dein Team funktioniert, ist kein Zufall. Deine Haltung und dein Verhalten in Bezug auf das Thema Gewalt beeinflussen das Verhalten der Kinder und Jugendlichen in deinem Team und können schützend oder risikosteigernd wirken. **Deshalb ist es an dir, vorbeugend zu handeln!**

- **Sei Vorbild** und zeige im (Sport-)Alltag, wie Erwachsene fair und respektvoll mit anderen umgehen.
- **Definiere klare, gemeinsame Regeln**, welches Verhalten in deinem Team (nicht) toleriert wird, und fordere dieses Verhalten ein. Reagiere auf Regelverstösse und konfrontiere Kinder und Jugendliche mit ihrem Verhalten.
- **Fördere einen guten Teamzusammenhalt**, z. B. durch das Schaffen von Gelegenheiten für ein gegenseitiges Kennenlernen – auch ausserhalb des Trainingsalltags.
- **Installiere eine konstruktive Konfliktkultur**. Stelle sicher, dass Konflikte – auch solche, die auf den ersten Blick unerheblich wirken – fair angesprochen und ausgeräumt werden. Unterstütze die Kinder und Jugendlichen, wenn sie einen Konflikt nicht alleine respektvoll lösen können.
- **Fördere die Kooperationsfähigkeit unter den Kindern und Jugendlichen**, z. B. durch das Einführen von Ritualen (Begrüssung, Abschied, Aufräumen, Shakehands bei Fouls), gemeinsam definierte, gruppenorientierte Ziele und Aufgabenstellungen, das Ermöglichen von Erfolgserlebnissen oder dadurch, dass jedes Teammitglied seinen Anteil an der Lösung und am Erreichen des Gruppenziels beitragen kann.
- **Ermögliche Kommunikation und Partizipation in deinem Team**, z. B. durch das Installieren eines «Gruppenrats», in welchem gemeinsam das Funktionieren der Gruppe überprüft und über allfällige Schwierigkeiten geredet wird, oder durch freundliches Begrüssen und Einbeziehen der Eltern, proaktives Informieren und Ernstnehmen ihrer Anliegen.
- **Sprich dich bei brenzligen Situationen und Interventionen mit anderen Leiterpersonen und der Vereinsleitung ab und hole dir Rat bei Fachpersonen** (vgl. weitere Informationen).
- **Erweitere dein Wissen zum Thema konstruktiver Umgang mit Konflikten im Sport**, z. B. durch den Besuch des sportartenübergreifenden Moduls (vgl. weitere Informationen).

Wo findest du weitere Informationen und Unterstützung?

- <https://jugendleiter.projuventute.ch>: Pro Juventute Jugendleiter-Beratung, 058 618 80 80
- www.jugendundgewalt.ch: Präventionsprogramm von Bund, Kantonen, Städten und Gemeinden; Factsheet Gewaltprävention im Sport
- www.swissolympic.ch > Ethik > keine sexuellen Übergriffe > Beratungs- und Fachstellen
- www.unschlagbar.ch: Prävention von Gewalt in Zürcher Vereinen
- www.a-pps.ch: Literatur und Trainer-Tools, z. B. «Das Sixpack»

Sportartenübergreifende Module zum Thema

Nutze die Gelegenheit und vertiefe dein Wissen über den konstruktiven Umgang mit Konflikten im Sport mit dem Besuch des sportartenübergreifenden Moduls.

- www.jugendundsport.ch > Sportart > Sportartenübergreifende Module > Präventivmodule

Kontakt Jugend+Sport

Fachperson Prävention

Bundesamt für Sport BASPO

Jugend- und Erwachsenensport JES

2532 Magglingen

- www.jugendundsport.ch > Ethik > Prävention > Gewalt
- praevention@baspo.admin.ch