

# Gewaltschutzkonzept

Stand: 02/2025

## 1. Grundlagen (Ziele) des Schutzkonzeptes

Das Gewaltschutzkonzept unseres Boxgyms dient dazu, einen geschützten Rahmen für alle Teilnehmenden zu schaffen – insbesondere für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, die im **normalen Boxtraining** oder in unseren **Anti-Aggressionskursen „Inner Warrior“** gefördert werden. Das Konzept verfolgt zwei zentrale Ziele:

- **Gewaltprävention** – Durch klare Regeln, professionelle Trainingsgestaltung und pädagogische Begleitung sollen Gewalt und Grenzüberschreitungen vermieden werden.
- **Intervention** – Sollte es zu Vorfällen von Gewalt oder Grenzüberschreitungen kommen, regelt dieses Konzept den Umgang damit, um schnell und angemessen zu handeln.

Unser Boxgym ist ein Ort der sportlichen Entwicklung, an dem Disziplin, gegenseitiger Respekt und körperliche wie mentale Stärke gefördert werden. Gleichzeitig muss sichergestellt werden, dass das Training nicht zur Normalisierung von Gewalt führt, sondern einen bewussten und verantwortungsvollen Umgang mit körperlicher und emotionaler Kraft vermittelt.

Dieses Schutzkonzept stellt sicher, dass sich alle Beteiligten – Teilnehmende, Trainer und Mitarbeitende – ihrer Verantwortung bewusst sind und sich an verbindliche Verhaltensrichtlinien halten. **Besondere Vorkommnisse werden gemäß unserer internen Richtlinie dokumentiert und entsprechend behandelt.**

1

## 2. Risikoanalyse

### 2.1 Gewalt unter Teilnehmenden

#### Vor dem Training

Viele Teilnehmer nutzen dieselbe U-Bahn, um zum Training zu kommen. Dabei kann es bereits zu Spannungen oder Konflikten kommen, die sich auf das Training auswirken. Besonders Gruppenstrukturen oder bereits bestehende Rivalitäten können eine Rolle spielen. Zudem ist das Treppenhaus des Gyms ein möglicher Ort für Auseinandersetzungen, obwohl es gut einsehbar und hell ist. Häufig zeigen sich Spannungen erst nach Betreten des Gyms, sodass Trainer nicht immer frühzeitig eingreifen können.

#### Hauptgefahren:

- Konflikte oder Provokationen bereits auf dem Weg zum Gym
- Begegnungen im Treppenhaus ohne direkte Traineraufsicht
- Emotionale Anspannung durch externe Faktoren wie Schule oder Familie

#### Maßnahmen:

- Trainer beobachten die Stimmung beim Betreten des Gyms
- Sensibilisierung für potenzielle Konfliktsituationen vor dem Training
- Offene Gesprächsangebote für Teilnehmer mit sichtbarem Stress

#### Im Training

Sparring birgt – wie jeder Sport – immer ein gewisses Verletzungs- und Konfliktpotenzial. Um dies zu minimieren, gelten klare Regeln für den Ablauf und die Ausrüstung. Neue Teilnehmer durchlaufen eine Einführung, in der sie lernen, wie Sparrings abgebrochen werden können. Erstes Sparring erfolgt ausschließlich mit Trainern oder besonders vorsichtigen, erfahrenen Sportlern.

### **Sicherheitsmaßnahmen im Sparring:**

- Klare Schutzausrüstungsvorgaben (14- oder 16-Unzen-Handschuhe, Kopfschutz, Mundschutz)
- Regelkommunikation vor jedem Sparring
- Kinder unter 12 Jahren dürfen nur mit dem Kindertrainer sparren

### **Umgang mit Regelverstößen:**

- Erste Verwarnung durch den Trainer
- Bei Wiederholung: Ausschluss aus der Session
- In schweren Fällen: Ausschluss von allen Sparringseinheiten

Besonders in den Anti-Aggressionskursen fällt auf, dass Teilnehmer oft Schwierigkeiten haben, mit Niederlagen oder Frustration umzugehen. Diese Situation kann sich in aggressivem Verhalten äußern, weshalb eine erhöhte Wahrscheinlichkeit besteht, dass es in diesem Bereich zu Grenzüberschreitungen kommt. Konflikte werden daher aktiv reflektiert und alternative Umgangsstrategien erarbeitet.

### **Risikofaktoren:**

- Übermäßige Härte durch Teilnehmer, um Dominanz zu zeigen
- Frustration durch Niederlagen kann in Aggression umschlagen

### **Prävention:**

- Direkte Reflexion durch Trainer nach hitzigen Situationen
- Fokus auf Selbstkontrolle und Respekt
- Strukturierte Gespräche im Rahmen des Anti-Aggressionsprogramms

2

### **Nach dem Training**

Konflikte könnten sich theoretisch nach dem Training fortsetzen, etwa durch Verabredungen zu Auseinandersetzungen oder Social-Media-Problematiken. Im regulären Boxtraining gibt es solche Vorfälle bisher nicht. In den Anti-Aggressionskursen besteht jedoch eine erhöhte Wahrscheinlichkeit, dass Spannungen nach dem Training in anderen Kontexten weiterbestehen.

### **Potenzielle Risiken:**

- Fortsetzung von Konflikten außerhalb des Gyms
- Gruppendruck oder Rivalitäten, die sich in sozialen Medien verstärken
- Unsicherheit auf dem Heimweg

### **Präventionsmaßnahmen:**

- Trainer greifen nach hitzigen Sessions deeskalierend ein
- Keine bekannten Fälle von Social-Media-Konflikten, dennoch Bewusstseinsbildung
- Kinder bis 12 Jahren verlassen das Gym nur mit elterlicher Zustimmung oder Abholung

## **2.2 Gewalt durch Mitarbeitende**

### **Machtmisbrauch und unangemessener Druck**

Da Trainer in einer Autoritätsposition stehen, besteht die Gefahr, dass diese bewusst oder unbewusst ausgenutzt wird. Die Wahrscheinlichkeit, dass emotionale Manipulation oder übertriebene Härte im Training vorkommen kann, ist nicht wahrscheinlich, aber auch nicht komplett auszuschließen.

### **Risiken:**

- Machtmisbrauch durch emotionale Manipulation

- Bewusste Vertuschung von Fehlverhalten
- Übertriebene Härte oder unangemessene Anforderungen

#### **Prävention:**

- Sorgsame Personalauswahl
- Klare Regeln für Trainerverhalten
- Direkte Beschwerdemöglichkeit bei der Leitung
- Beschwerden über Trainerverhalten ist bei neutralen Personen möglich

### **2.3 Sexualisierte Gewalt**

#### **Körperliche Selbstinszenierung**

Im Kampfsport besteht eine starke körperliche Komponente, die dazu führen kann, dass sich Teilnehmer nach dem Training bewusst oberkörperfrei präsentieren. Dies geschieht regelmäßig und kann für andere Teilnehmer unangenehm sein.

#### **Präventionsmaßnahmen:**

- Nicht oberkörperfrei trainieren
- Sensibilisierung der Teilnehmer für den respektvollen Umgang mit allen Gruppen
- Trainer greifen ein, wenn sich jemand unwohl fühlt

#### **Gemeinsame Umkleide & Schutzmaßnahmen**

3

- Das Gym hat eine gemeinsame Umkleide für alle Geschlechter.
- Wer sich allein umziehen möchte, hat die Möglichkeit, dies in den getrennten Dusch- oder WC-Bereichen für Damen oder Herren zu tun.
- Kindertrainings werden immer von einem männlichen und einer weiblichen Trainerperson geleitet.
- Kein Trainer ist mit einzelnen Kindern.
- Gleichgeschlechtliche Betreuung bei Toilettensituationen oder anderen sensiblen Momenten.

## **3. Prävention**

### **3.1 Personalmanagement**

Ein starkes Personalmanagement stellt sicher, dass alle Trainer und Mitarbeitenden die notwendigen fachlichen und sozialen Kompetenzen mitbringen, um in einem sportlichen Umfeld mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen professionell und verantwortungsvoll zu arbeiten.

#### **Einstellungsverfahren:**

- Stellenausschreibung mit **klaren Anforderungen** an sportliche, pädagogische und soziale Kompetenzen
- Bewerbungsgespräch, in dem der **Umgang** mit Konflikten, Nähe-Distanz-Fragen und gewaltpräventive Maßnahmen **thematisiert** werden
- Vorlage eines **erweiterten Führungszeugnisses** für alle Mitarbeitenden, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten
- Einarbeitung durch **Hospitalitation**, gezielte **Schulungen** zu Gewaltprävention und Notfallintervention
- Neue Mitarbeitende werden über das **Gewaltschutzkonzept** informiert und verpflichten sich zur Einhaltung der festgelegten Regeln
- **Regelmäßige interne Schulungen** für neue und bestehende Mitarbeitende, um sicherzustellen, dass das Schutzkonzept verstanden und aktiv umgesetzt wird

### 3.2 Professionelle Beziehungsgestaltung

Trainer und Mitarbeitende befinden sich in einer Vorbildfunktion und müssen eine klare professionelle Grenze zwischen sich und den Teilnehmenden wahren. Alle Trainer und Mitarbeitende werden daher auf den Verhaltenskodex verpflichtet.

## Verhaltenskodex für Trainer und Mitarbeitende

### 1. Sicherheit und Gewaltprävention stehen an erster Stelle

- Wir stellen sicher, dass das Gym ein **geschützter Raum** ist, in dem sich alle Teilnehmenden sicher fühlen können.
- Gewalt wird **nicht geduldet** – weder zwischen Teilnehmenden noch durch Trainer oder Mitarbeitende.
- **Risiken werden frühzeitig erkannt**, um Eskalationen zu vermeiden.
- **Notfallpläne** und **Deeskalationsstrategien** sind allen Trainern bekannt und werden regelmäßig geschult.

### 2. Klare Regeln für Trainingssituationen und Wettkampfverhalten

- **Sparring ist keine Schlägerei.** Jeder Trainer sorgt für klare Regeln, schützt schwächere Teilnehmende und achtet auf Fairness.
- Die **Härte des Sparrings wird vorher festgelegt** und individuell abgestimmt.
- **Keine Kinder unter 12 Jahren im freien Sparring.** Kinder trainieren nur mit speziell geschulten Trainern.
- Wer sich nicht an die Regeln hält, wird verwarnt – bei wiederholten Verstößen erfolgt ein **Ausschluss vom Sparring**.
- **Schutzausrüstung** ist verpflichtend:
  - Handschuhe (mind. 14 Unzen, ab 80 kg: 16 Unzen)
  - Mundschutz immer Pflicht
  - Kopfschutz, wenn Kopftreffer erlaubt sind
  - MMA-Handschuhe nur für Grappling/Bodenkampf auf Matten
  - Keine Sparringseinheiten ohne vollständige Ausrüstung

4

### 3. Respektvoller Umgang und professionelle Kommunikation

- Wir begegnen allen Teilnehmenden mit **Respekt und auf Augenhöhe**.
- Unsere Sprache ist **klar, wertschätzend und nicht abwertend**. Wir verzichten auf Beleidigungen, abfällige Kommentare oder unnötige Härte in der Kommunikation.
- **Wir sind Vorbilder.** Unser Verhalten beeinflusst die Teilnehmenden, daher agieren wir professionell, fair und selbstbeherrscht.
- **Grenzüberschreitungen werden nicht geduldet** – weder durch Worte noch durch Taten.
- **Wir achten die Intimsphäre** aller Personen, insbesondere in sensiblen Situationen wie in der Umkleide oder bei körperlichen Korrekturen im Training.
- **Wir lösen Konflikte durch Gespräch und Deeskalation**, nicht durch Einschüchterung oder Strafen.

### 4. Nähe und Distanz professionell gestalten

- Trainer und Teilnehmende stehen in einem **professionellen Verhältnis**, das klare Grenzen wahrt.
- **Nähe ist notwendig, aber nicht beliebig.** Körperkontakt erfolgt nur, wenn er aus sportlicher oder sicherheitstechnischer Sicht erforderlich ist.
- **Emotionale Abhängigkeiten oder persönliche Verstrickungen** zwischen Trainer und Teilnehmenden sind zu vermeiden.
- **Kein Trainer ist allein mit einem Kind oder Jugendlichen** in einem geschlossenen Raum.

- **Bei Toilettensituationen oder medizinischer Hilfe** wird sichergestellt, dass eine gleichgeschlechtliche Betreuungsperson anwesend ist.
- Trainer pflegen **keine privaten oder freundschaftlichen Beziehungen mit Teilnehmenden** außerhalb des Trainings.
- **Social-Media-Kontakt zwischen Trainern und minderjährigen Teilnehmenden ist nicht erlaubt.**
- **Verbot von unangemessenen Foto-/Videoaufnahmen.**
- **Datenschutz** bei der Veröffentlichung von Bildern **sicherstellen**.

## 5. Macht und Verantwortung bewusst nutzen

- Wir sind uns unserer **Autoritätsposition bewusst** und setzen diese niemals für Druck oder Manipulation ein.
- **Emotionale Erpressung** („Ich bin enttäuscht von dir!\") oder Machtdemonstrationen sind **nicht erlaubt**.
- Kritik an Teilnehmenden wird **respektvoll und konstruktiv** formuliert.
- **Verbale und psychische Gewalt haben keinen Platz** im Training.

## 6. Keine sexualisierten Grenzüberschreitungen

- Wir dulden **keine unangemessenen Berührungen oder sexualisierte Sprache** – weder durch Trainer noch durch Teilnehmende.
- **Keine Körperliche Selbstinszenierung (z. B. oberkörperfrei zeigen)**
- Es gibt **klare Umkleide- und Duschregelungen**, damit sich alle sicher fühlen können.

## 7. Offene Kommunikation und Beschwerden ernst nehmen

- Beschwerden von Teilnehmenden oder Eltern werden **ernst genommen und an die Leitung weitergegeben** – sie dürfen nicht intern abgefangen werden.
- Jeder Trainer verpflichtet sich, **Verstöße gegen den Verhaltenskodex zu melden** – unabhängig von persönlichen Beziehungen.
- Es gibt **klare und transparente Meldewege**, die allen bekannt sind.
- Das **Gym verfügt über ein strukturiertes Beschwerdemanagement**, das sich an alle Beteiligten richtet. Beschwerden werden vertraulich behandelt und gemäß den internen Abläufen geprüft.
- **Besondere Vorkommnisse werden gemäß der internen Richtlinie dokumentiert und ausgewertet.**  
Alle Mitarbeitenden sind verpflichtet, sich mit den Richtlinien vertraut zu machen und sie konsequent anzuwenden.

### 3.3 Regelmäßige Reflexion und Supervision

Um eine kontinuierlich hohe Qualität im Umgang mit Teilnehmenden sicherzustellen und mögliche Probleme frühzeitig zu erkennen, sind regelmäßige Reflexionsprozesse und Fortbildungen für alle Trainer und Mitarbeitenden essenziell.

#### Interne Reflexion und Teamsitzungen:

- **Regelmäßige Teamsitzungen** zur Reflexion von Nähe-Distanz-Themen sowie dem Umgang mit herausfordernden Situationen im Training.
- **Austausch über Grenzfälle und Konfliktsituationen**, um gemeinsam Lösungen zu entwickeln und das eigene Verhalten zu hinterfragen.
- **Interne Fallbesprechungen**, insbesondere in den Anti-Aggressionskursen, um Gruppendynamiken frühzeitig zu erkennen und konstruktiv zu steuern.

#### Externe Supervision und Fortbildung:

- **Externe Supervision für Trainer:innen**, insbesondere bei schwierigen Gruppendynamiken oder problematischen Vorfällen.
- **Interne Schulungen und Workshops** zu Gewaltprävention, Nähe-Distanz-Gestaltung, Deeskalation und dem Umgang mit traumatisierten oder verhaltensauffälligen Teilnehmenden.
- **Sensibilisierung für Machtstrukturen und professionellen Umgang mit Autorität**, um unbewusste Grenzüberschreitungen zu vermeiden.

6

## 4. Kommunikation des Schutzkonzepts

Damit alle Beteiligten das Schutzkonzept kennen und verstehen, wird es an zentralen Stellen kommuniziert und zugänglich gemacht.

#### Maßnahmen:

- Aushang im Gym zur Einsicht für alle Mitglieder
- Bereitstellung des Schutzkonzepts auf der Homepage des Gyms
- Hinweis auf das Schutzkonzept in den Anmeldeunterlagen für die "Inner Warrior"-Kurse
- Regelmäßige Erinnerung an das Schutzkonzept in Teambesprechungen und Teilnehmenden-Informationen