



# Athlet\*innen- Befragung 2025

**Ethik-Anamnese**

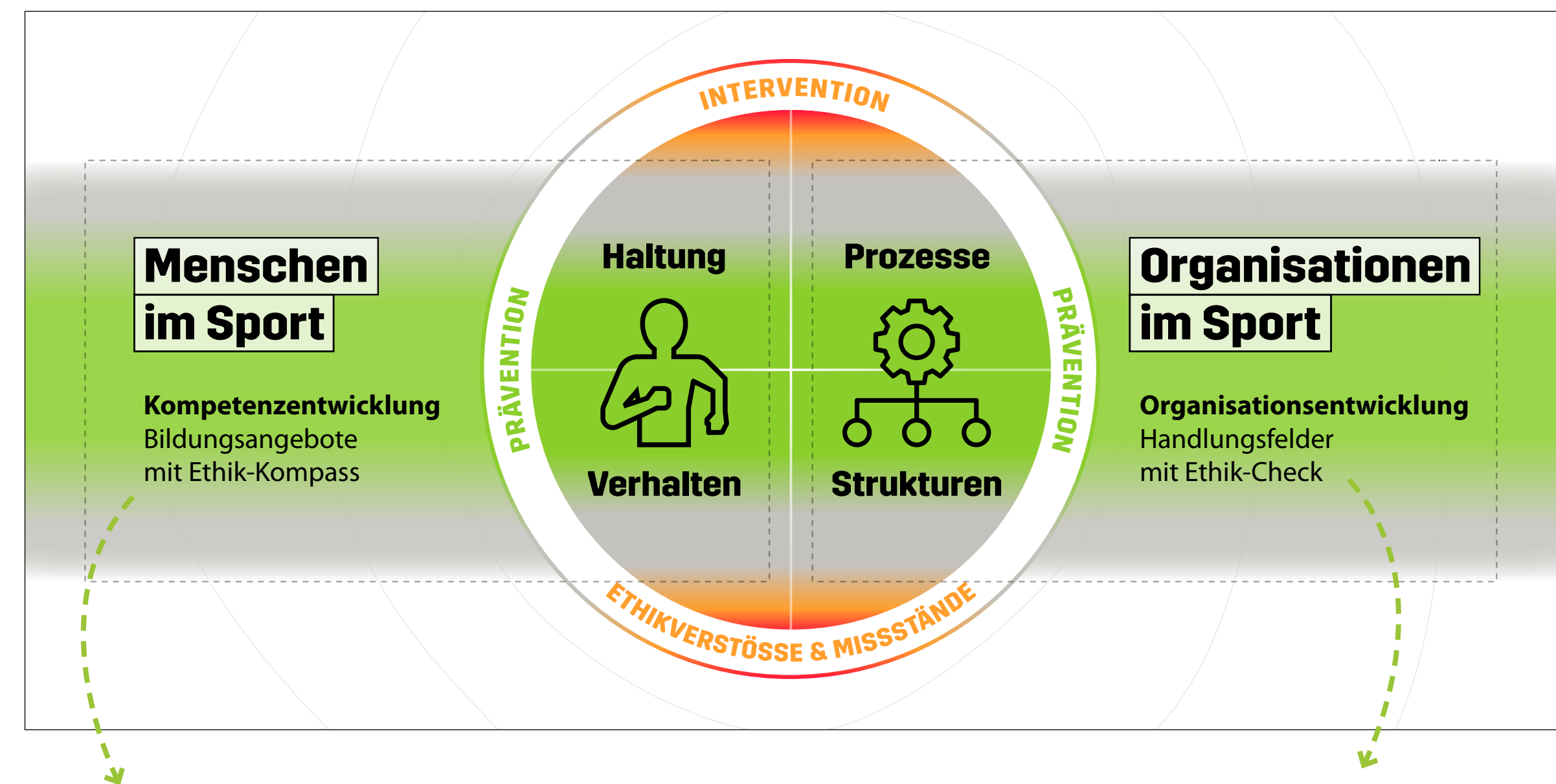
# Anpfiff – und Ethik ist mit im Spiel

## Ethik-Anamnese

Swiss Olympic will wissen, wie es den unterschiedlichen Zielgruppen des Schweizer Sports geht und die **Wirksamkeit** der **Ethik-Massnahmen** beurteilen. Dazu werden alle vier Jahre verschiedene **Befragungen** durchgeführt.

So soll bei den Menschen im Sport und den Organisationen im Sport mit einer **systematisch erarbeiteten Grundlage** regelmässig der Puls gefühlt werden. Diese Bestandesaufnahme – hier Anamnese genannt – hat zum **Ziel**, den Status Quo aufzuzeigen, Handlungsbedarf zu erkennen und entsprechende Präventions- und Veränderungs-massnahmen zu entwickeln.

## Geplante Erhebung der Zielgruppen



Athlet\*innen: Frühjahr 2025  
Trainer\*innen: Herbst 2025

Sportverbände: Ende 2026

## Das Regelwerk

# Was genau wurde erhoben?

Wir erheben die Befindlichkeit der Card-Holder-Athlet\*innen mit einem standardisierten Online-Fragebogen. Die Befragung orientiert sich an den vier Kernthemen des Ethik-Kompasses: Macht, Ideale, Nähe und Druck.

### Macht

- » Chancengleichheit
- » Beteiligung
- » Zwang

### Ideale

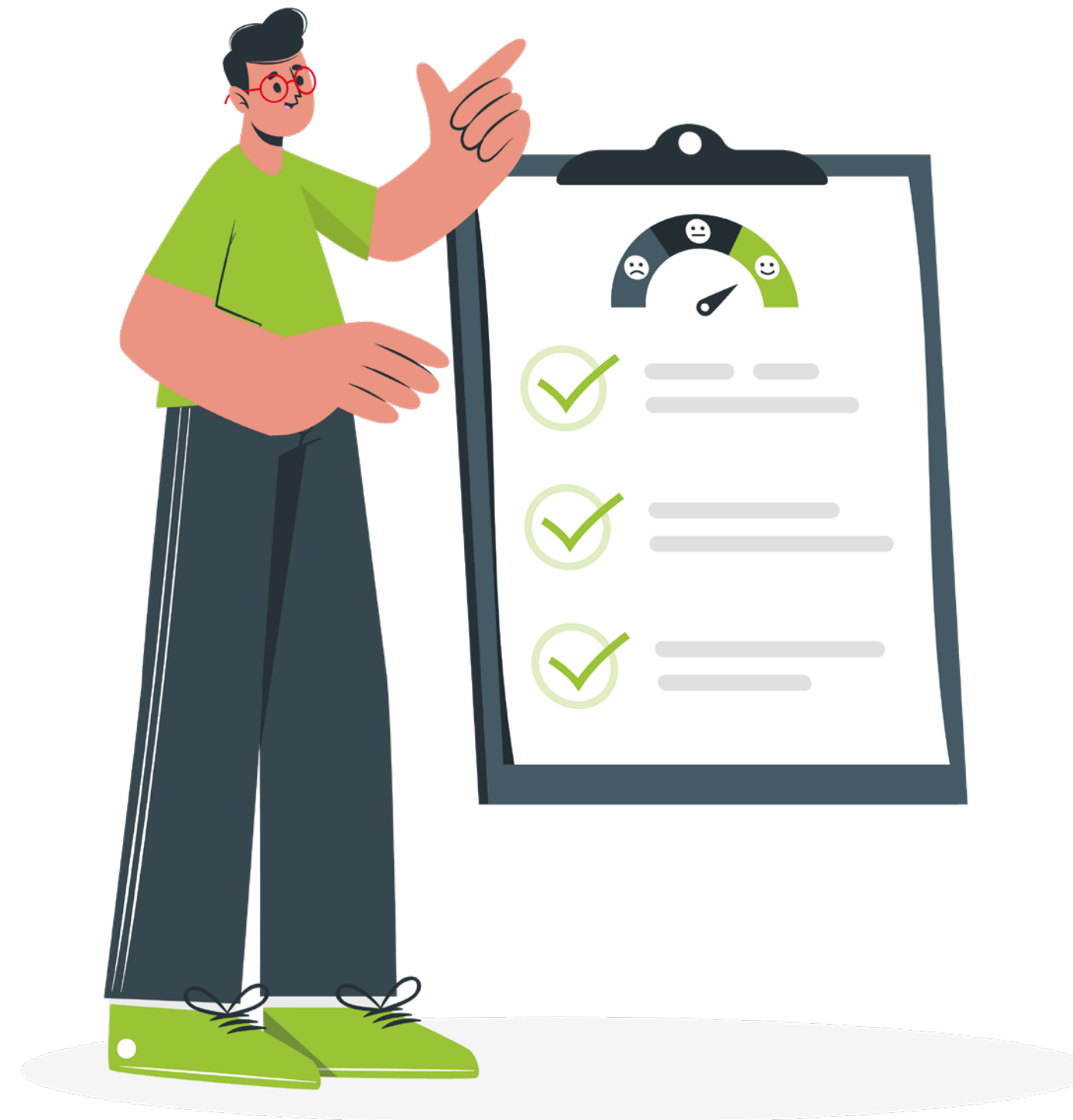
- » Freude
- » Leistungsideale
- » Körperideale

### Nähe

- » Fürsorge
- » (sexuelle) Belästigung

### Druck

- » Psychischer Druck
- » Physischer Druck
- » Medikamentenkonsum



## REPRÄSENTATIVE STICHPROBE

**4301**

der gesamten Card-Holder-Athlet\*innen ab 14 Jahren (das sind 27%)

**80%**

der befragten Athlet\*innen sind 14–19 Jahre alt

**114**

Sportarten (von insgesamt 132 Sportarten der Mitgliedsverbände)

**64**

Verbände (von 86 Mitgliedsverbänden)

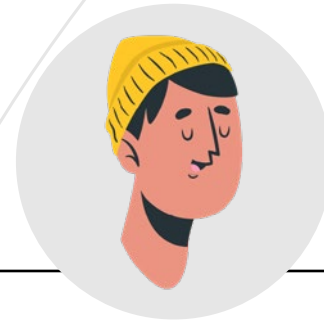
**26**

Kantone – schweizweit

## Fairplay bei Einfluss und Autorität

# Resultate «Macht»

### Die Ergebnisse zeigen, dass ...



... nicht ganz jede\*r zweite Athlet\*in bei **wichtigen sportlichen Entscheidungen** und gut jede\*r dritte Athlet\*in bei der **Planung und Gestaltung des Trainings** mitreden kann.»

... Athlet\*innen unter 16 Jahren im Trainings- und Wettkampfalltag weniger **Mitbestimmungs- und Mitsprachemöglichkeiten** haben als die älteren Athlet\*innen.



... jede\*r zehnte Athlet\*in **Strafmassnahmen** in Form von zusätzlichen physischen Übungen wie Krafttraining oder Wiederholung einer Übung erlebt hat.

... die **minderjährigen Athlet\*innen** fünfmal häufiger angeben, als Strafe physische Übungen ausführen zu müssen als die erwachsenen Athlet\*innen.

# Resultate «Ideale»

Die Ergebnisse zeigen, dass...



... die allermeisten Athlet\*innen mit Freude ins Training gehen und **Spass an ihrer Sportart** haben.



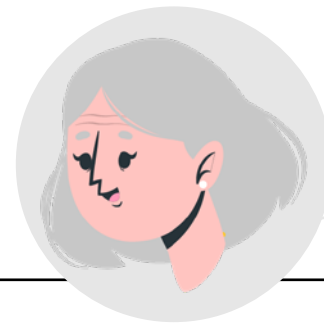
...jeweils eine\*r von zehn Athlet\*innen sich häufig nicht wertgeschätzt fühlt oder **Angst erfährt** und sich 10% der Athlet\*innen bei Fehlern als totale\*r Versager\*in fühlen oder finden, dass die eigenen Leistungen trotz vollem Einsatz enttäuschend sind.

...die Angst meist von den **Athlet\*innen selbst** ausgeht, aber auch Trainer\*innen ein Auslöser von Angst sind.

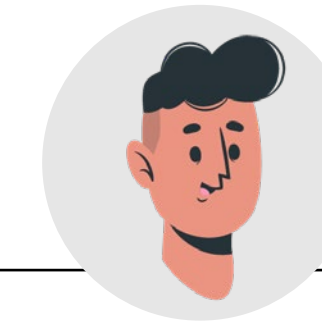
... Athletinnen **doppelt so oft Angst** erfahren wie Athleten.

## Resultate «Nähe»

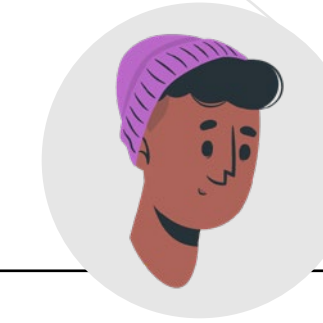
Die Ergebnisse zeigen, dass ...



... die allermeisten Athlet\*innen keine anzüglichen Bemerkungen, sexistische Witze und unsittliche Berührungen wahrgenommen haben.



... jede\*r zehnte Athlet\*in das Gefühl hat, dass ihr\*e Trainer\*in sich nicht ausreichend **Zeit** nimmt, sie nicht positiv motiviert und sie bei Fehlern nicht unterstützt.



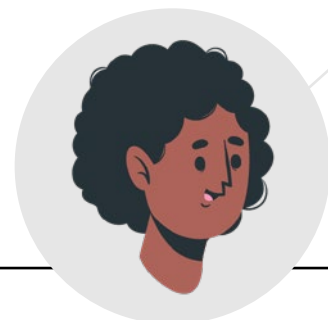
... etwa 7% der Athlet\*innen sich **schämten und blossgestellt fühlten**, Vertrauensmissbrauch erlebten oder Einmischung ins Privatleben erfuhren.

## Resultate «Druck»

Die Ergebnisse zeigen, dass...



... jede\*r zweite Athlet\*in nicht immer genügend **Zeit für Schlaf und Erholung** hat.



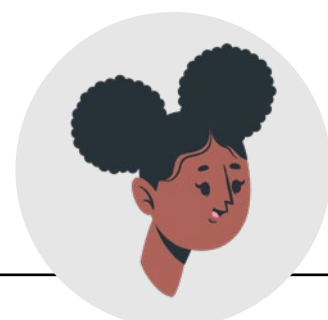
... den Athlet\*innen ganz selten übermäßige körperliche Schmerzen zugefügt werden.



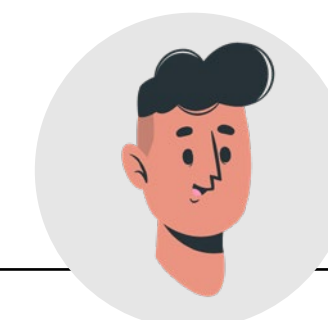
... 27% der Athlet\*innen es schwierig finden, **Ausbildung/ Beruf und Sport** unter einen Hut zu bringen.



... rund 7 von 100 Athlet\*innen selbst **Medikamente** einnehmen, um ihr Training zu ermöglichen oder zu verbessern.



... 53% der Athlet\*innen in den letzten zwölf Monaten mindestens eine **Verletzung** erlitten haben und davon ein Drittel mehr als vier Wochen ausgefallen ist.



... gut 15% der Athlet\*innen zu hohe **Erwartungen** und entsprechenden **Leistungsdruck** verspürt haben.

# Das bedeutet der Spielstand

# Die Erkenntnisse

Für jedes der vier Themen – Macht, Ideale, Nähe, Druck – gibt es einen Ergebnis-Indikator. Diese Zahl zwischen 1 und 5 zeigt, wie das Thema von den Athlet\*innen bewertet wurde. Eine tiefe Zahl ist ein gutes Ergebnis, eine hohe Zahl ein schlechtes. Im Durchschnitt stellen die befragten Athlet\*innen dem Schweizer Leistungssport ein gutes Zeugnis aus. Die Erkenntnisse der Erhebung zeigen aber auch auf, wo es Verbesserungspotenzial gibt.



## Nähe

Der Indikator «Nähe» ist dank dem geringen Wert zu «Belästigung» tief. Jedoch ist der Wert zum Thema «Fürsorge» etwas hoch. Ein noch sorgfältigerer Umgang mit den Athlet\*innen ist notwendig, um diesen Indikator zu senken.

Belästigung 1.3 | Fürsorge 2.1



## Ideale

Der Indikator «Ideale» besteht aus den Themen «Freude», «Leistungsideale» und «Körperideale». Massnahmen rund um die Wertschätzung werden diesen Indikator weiter senken.

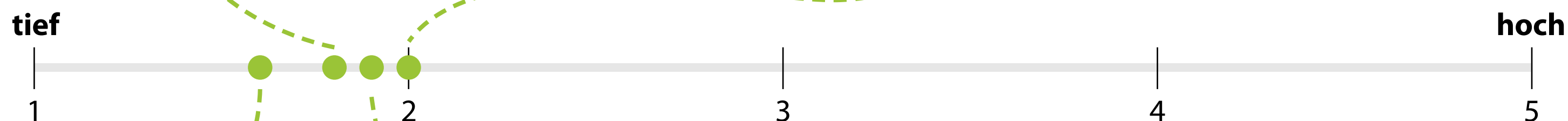
Freude 1.8 | Leistungsideale 2.1 | Körperideale 1.4



## Macht

Der Indikator «Macht» ergibt sich aus den Themen «Chancengleichheit», «Beteiligung» und «Zwang». Verstärkter Fokus auf Massnahmen zur Förderung einer positiven Feedbackkultur im Trainings- und Wettkampfalltag und der Mitbestimmung durch Athlet\*innen ist angemessen.

Chancengleichheit 2.1 | Beteiligung 2.6 | Zwang 1.5



## Druck

Der Indikator «Druck» besteht aus dem tiefen Wert zu «Physischer Druck», dem bedeutend höheren Wert zu «Psychischer Druck» und dem Wert zu «Medikamentenkonsum». Es braucht weitere Massnahmen, um die Gesundheit, das Wohlbefinden und die ganzheitliche Entwicklung der Athlet\*innen zu schützen.

Physischer Druck 1.5 | Psychischer Druck 2.5 | Medikamentenkonsum 1.3

# Die nächste Spielrunde

# So geht es weiter

Swiss Olympic nimmt die Rückmeldungen der Card-Holder-Athlet\*innen sehr ernst.

## Es folgen diverse Massnahmen:

- » Die Vermittlung der Ergebnisse und Entwicklung von Massnahmen in Gesprächen mit Verbänden
- » Weitere Massnahmen von Swiss Olympic
- » Aufschaltung der Ergebnisse auf dem «Schweizer Sportobservatorium»
- » Befragung Card-Holder-Trainer\*innen Herbst 2025
- » Auswertung Ethik-Check der Verbände Ende 2026

In vier Jahren folgt die nächste Athlet\*innen-Befragung. Anschliessend wird es möglich sein, Entwicklungen zu erkennen.

Erhebung durchgeführt von:



LAMPRECHT UND STAMM · SOZIALFORSCHUNG UND BERATUNG AG

## Nützliche Links:

### Resultate Athlet\*innen-Befragung:

Für detaillierte Informationen zu den Resultaten und Erkenntnissen der Athlet\*innen-Befragung:  
[Schweizer Sportobservatorium](#)

### Weitere Links:

[System «Wertvoller Schweizer Sport»](#)  
[Ethik-Check](#)  
[Ethik-Kompass](#)  
[Ethik Podcasts](#)  
[Athlete Hub](#)  
[Schmerzmittelkonsum](#)

