

Mitbestimmung durch Kinder und Jugendliche im Breitensport

7. Mai 2026

Natalie Barker-Ruchti

Florian Peiry



Kurzinput Mitbestimmung

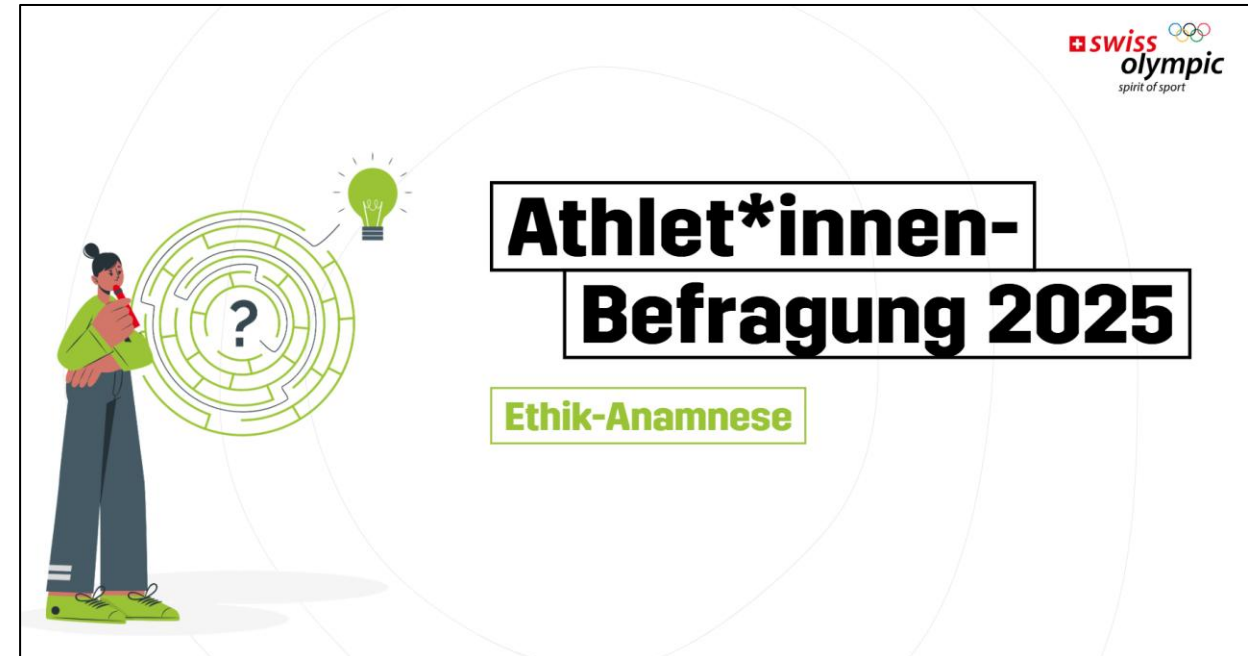


Überblick

- Kurzinput Mitbestimmung durch Sportler*innen unter 18 Jahren
- Reflexion und Diskussion Situationsbeispiele
- Zusammentragen von Handlungsmöglichkeiten für die Förderung der Mitbestimmung durch Sportler*innen unter 18 Jahren

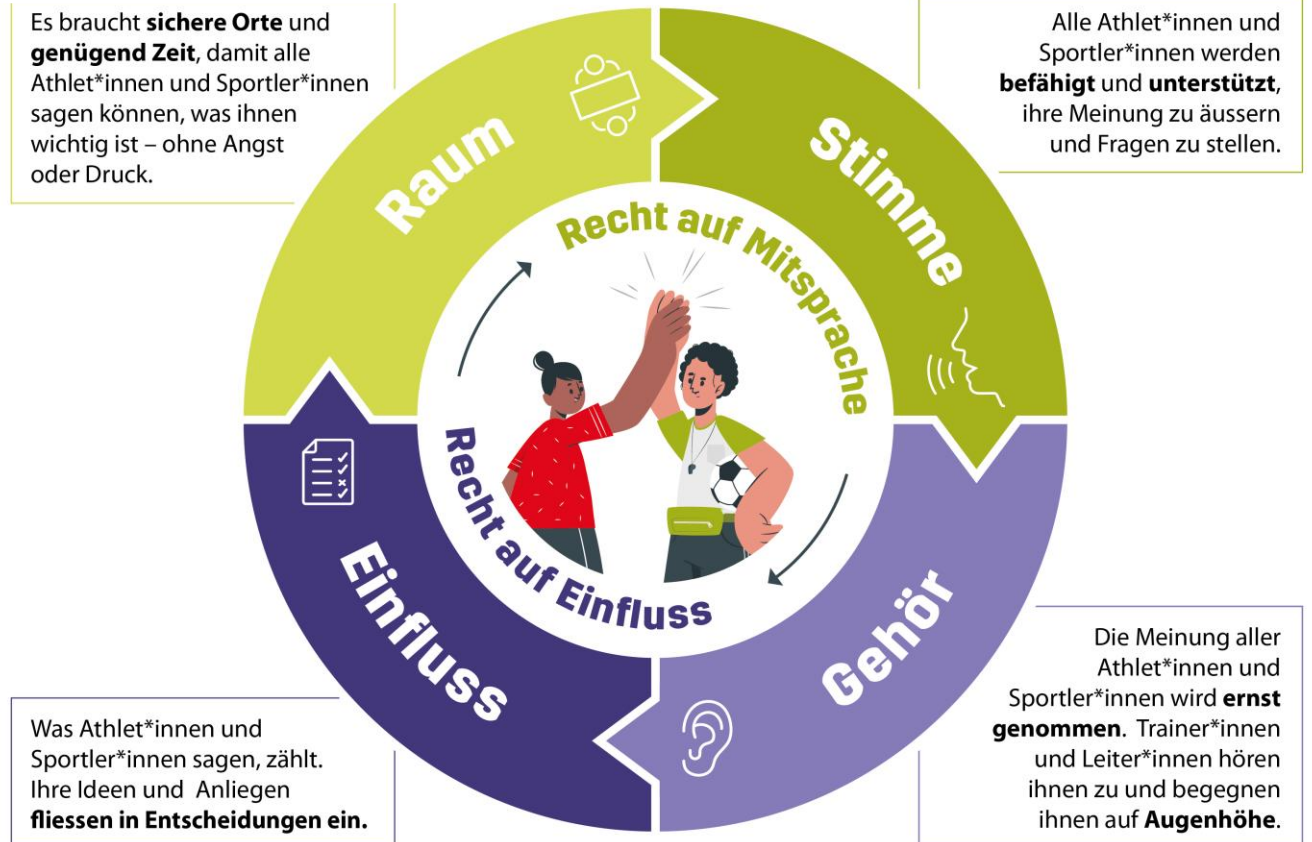
Kurzinput Mitbestimmung

- **Ethik Anamnese 2025:**
Veränderungsbedarf Mitbestimmung durch unter 20-jährige Athlet*innen zwischen im Trainings- und Wettkampftag
- Mitbestimmung wahrt die **Würde** der Menschen
- Anerkanntes **Präventionsmittel**



Swiss Olympic Verständnis zu Mitbestimmung

- Athlet*innen und Sportler*innen, unter 18 Jahren
- Die **aktive Mitsprache und Mitgestaltung** der die Sportler*innen unter 18 Jahren betreffenden Belange
- **Der Schutz** der Sportler*innen und ihre Sicherheit **geht immer vor**



Wirkung von Mitbestimmung

- Vielfältige Wirkung auf Kompetenz- und Persönlichkeitswirkung und Kooperation und Gemeinsamkeit

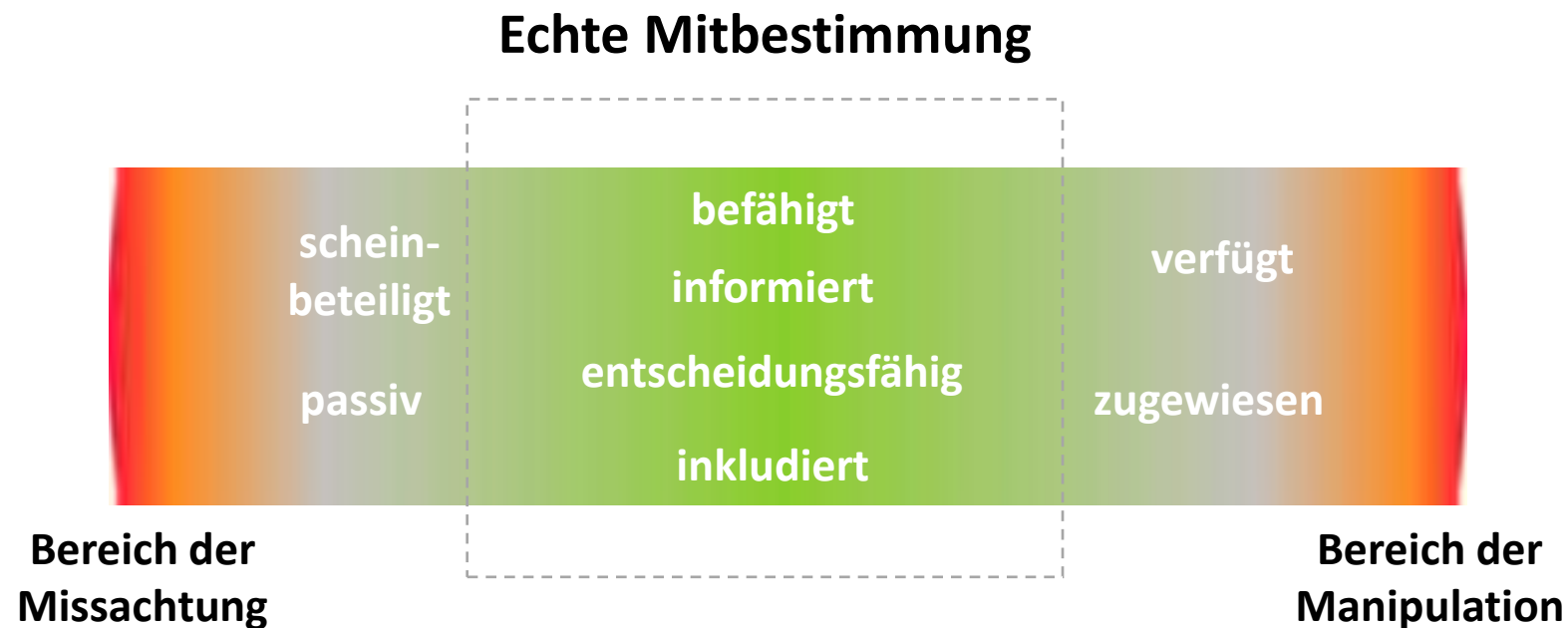
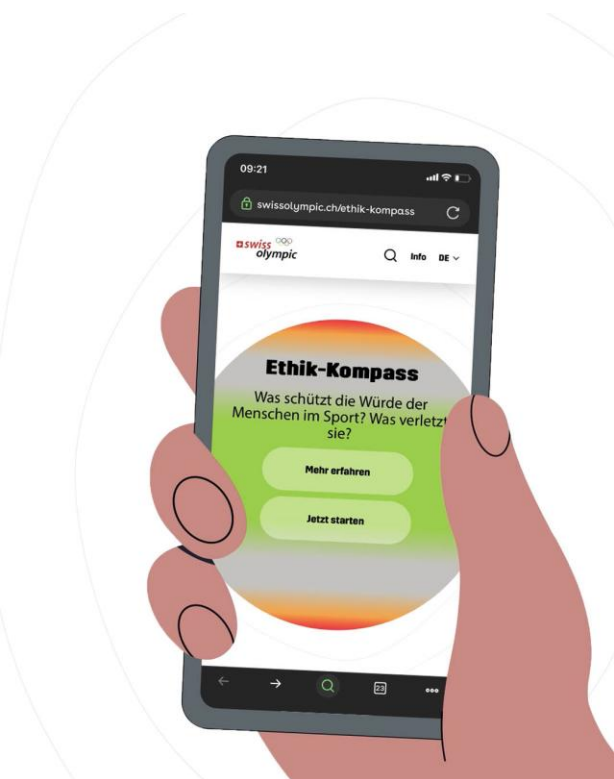
*Athlet*innen/Sportler*innen:*

- soziale & emotionale Kompetenzen
- Selbstvertrauen & Selbstwirksamkeit
- intrinsische Motivation
- Körperwahrnehmung & Gesundheitsregulation
- langfristiges Engagement im Sport, auch über die aktive Karriere hinaus

Sportorganisationen

- gemeinsam getragene Ziele
- neue Perspektiven und Innovation
- psychologische Sicherheit
- individualisierte Planung & individualisiertes Coaching
- Reduktion von Machtgefällen
- aktive Förderung der Kinderrechte im Sport

Swiss Olympic Ethik-Kompass



Köbi 12, Fussball

Köbi hat heute Abend Fussballtraining. Die Temperaturen sind für die Jahreszeit ungewöhnlich kühl. Er überlegt sich, ob er mit seinem Klubtenü genügend warm haben wird. Sein Trainer erwartet, dass seine Spieler sich selbst um geeignete Trainingskleider kümmern. Köbi entscheidet sich, unter dem kurzärmligen Top und den kurzen Hosen langärmlige Unterwäsche zu tragen. Er wählt auch eine Mütze und nimmt seine Handschuhe mit. Diese sind zwar nicht Teil des Tenüs, aber er ist froh, seine Kleidung selbst bestimmen zu können.

Köbi 12, Fussball

Köbi hat heute Abend Fussballtraining. Die Temperaturen sind für die Jahreszeit ungewöhnlich kühl. Er überlegt sich, ob er mit seinem Klubtenü genügend warm haben wird. Sein Trainer erwartet, dass seine Spieler sich selbst um geeignete Trainingskleider kümmern. Köbi entscheidet sich, unter dem kurzärmeligen Top und den kurzen Hosen langärmlige Unterwäsche zu tragen. Er wählt auch eine Mütze und nimmt seine Handschuhe mit. Diese sind zwar nicht Teil des Tenüs, aber er ist froh, seine Kleidung selbst bestimmen zu können.

Maura 17, Eishockey

Mauras Team beendet den Match mit einem knappen Sieg. In der Garderobe berichtet die Leiterin, wieso sie findet, dass ihr Team nicht mit einer höheren Tordifferenz gewonnen hat. Das fehlende Abspielen um die Torlinie stört sie besonders. Am Schluss ihrer Einschätzung sagt sie, dass sie beim nächsten Spiel erwartet, dass die Spielerinnen vermehrt als Team arbeiten. Maura ist klar, wieso die Leistung ihres Teams ungenügend war. Sie ist enttäuscht, dass sie und ihre Teamkolleginnen bei der Einschätzung ihrer Leistungen nicht mitreden dürfen.

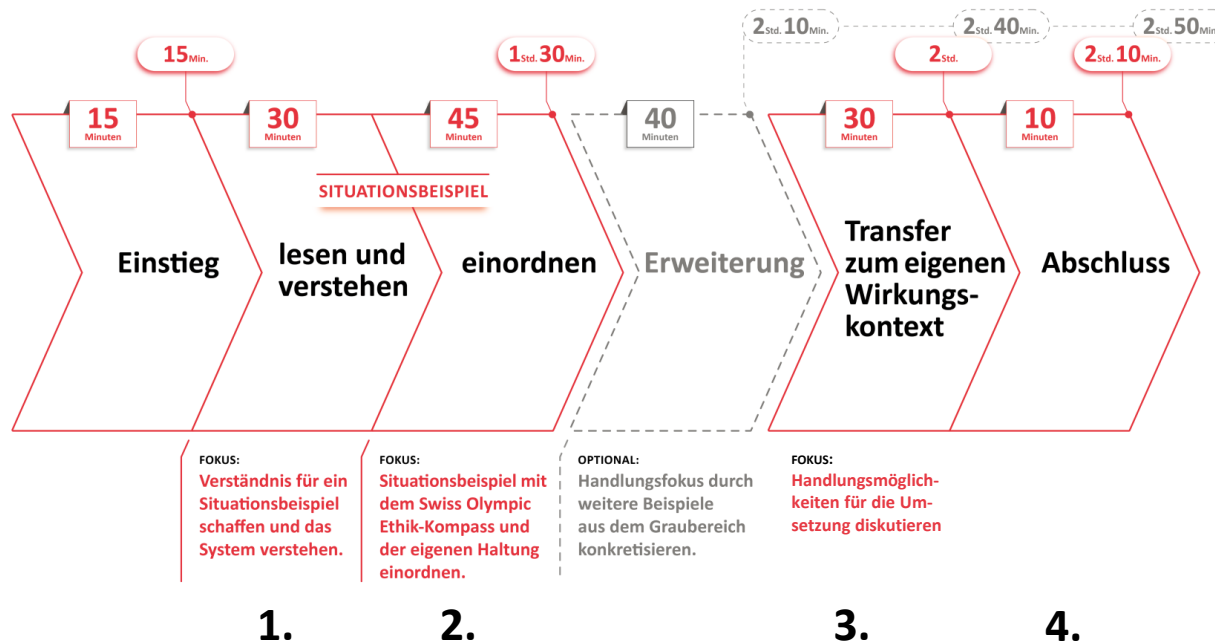
Maura 17, Eishockey

Mauras Team beendet den Match mit einem knappen Sieg. In der Garderobe berichtet die Leiterin, wieso sie findet, dass ihr Team nicht mit einer höheren Tordifferenz gewonnen hat. Das fehlende Abspielen um die Torlinie stört sie besonders. Am Schluss ihrer Einschätzung sagt sie, dass sie beim nächsten Spiel erwartet, dass die Spielerinnen vermehrt als Team arbeiten. Maura ist klar, wieso die Leistung ihres Teams ungenügend war. Sie ist enttäuscht, dass sie und ihre Teamkolleginnen bei der Einschätzung ihrer Leistungen nicht mitreden dürfen.

Reflexion und Diskussion Situationsbeispiel

«Ethik im Sport»

Lernprozesse



1. Reflexion Situationsbeispiel aus der Praxis
2. Einordnung der Situation und Erkennung Risiken
3. Handlungsmöglichkeiten
4. Abschluss

Kim, 13 Jahre, Volleyball

Was sind eure Impressionen?

- Was sind eure Reaktionen zu Kims Geschichte?
- Wie denkt ihr ist die Situation für Kim?



lesen und
verstehen

1.

Wie kann so etwas passieren?

- Wie konnte sich die Situation von Kim so entwickeln?
- Was ist aus ethischer Sicht im Beispiel problematisch?
- Wo gibt es «blinde Flecken»? Was beinhalten diese? (Macht, Ideale, Nähe, Druck)



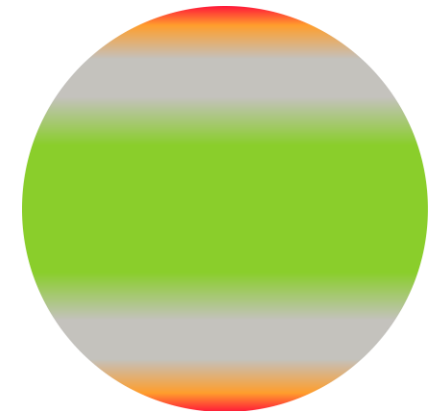
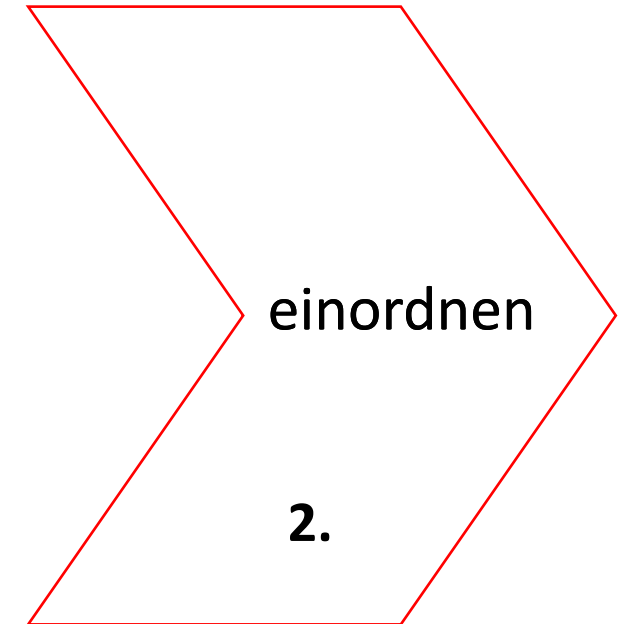
lesen und
verstehen

1.

Einordnung der Situation und Erkennung der Risiken

Was ist gut, wo gibt es Risiken und wo kippt es allenfalls ins orange oder sogar rote?

- Welche Teile des Situationsbeispiels sind grün, grau, orange oder rot? Zu viel oder zu wenig?
- Begründet eure Einschätzungen
- Warum könnten eure Einschätzungen unterschiedlich ausfallen?



Kim 13 Jahre, Volleyball

Kim spielt seit vier Jahren Volleyball im Dorfverein. Sie ist technisch begabt, ehrgeizig und vor allem: leidenschaftlich. Zweimal pro Woche trainiert sie zusammen mit acht Mädchen im Alter von 12 bis 14 Jahren unter der Leitung von Linda. Kim schätzt Linda – auch wenn sie sich manchmal wünscht, im Trainingsalltag mehr mitreden zu können.

Im Training am Dienstagabend erklärt Linda nach dem Aufwärmen was heute geübt wird: Aufschlag, Zuspiel, dann Spielformen. Der Plan steht, die zwei Stationen, an denen die Spielerinnen üben sollen, hat die Trainerin bereits vor dem Aufwärmen bereitgestellt. Linda klatscht ein paar Mal in die Hände, die Mädchen gehen zu den zugewiesenen Stationen.

Kims erste Station ist der Aufschlag. Eigentlich hatte sie sich vorgenommen, die neue Angriffskombination, welche das Team letzte Woche nicht zum Laufen bringen konnte, anzusprechen. Sie beginnt die Aufschlagsübungen trotzdem; sie weiss, dass ihr Team mit besseren Aufschlägen viel herausholen kann.

Als Linda in ihre Pfeife bläst, um den Wechsel zur anderen Station anzukündigen, geht Kim zu ihr und fragt: «Linda, könnten wir vielleicht irgendwann nochmals die Angriffs-kombination üben?» Linda nickt verständnisvoll und antwortet: «Das kommt sicher nochmals dran, aber heute haben wir das Programm schon voll. Los geht's zur nächsten Station.»

Kim nickt und begibt sich zur Zuspiel Übung. Linda hat ja recht – aber wann ist «nächstes Mal»? lamentiert Kim über Lindas übliche Ausweichantwort, während sie den ersten Ball aufnimmt.

Jetzt üben die Spielerinnen die Spielformen. Eine der Übung läuft für Kim und ihre beiden Mitspielerinnen Mia und Lori nicht besonders gut. Mia schlägt Linda vor, die Seiten zu wechseln, damit das Team eine andere Perspektive bekommt. Linda schüttelt den Kopf: «Nein, wir machen diese Übung nicht so. Stellt euch zurück, ihr müsst einfach konzentrierter sein.» Mia, Lori und Kim tauschen einen kurzen Blick aus, sagen aber nichts.

Um 20.00 Uhr ist das Dienstagtraining fertig. Nach dem Wegräumen des Materials schliesst Linda das Training wie immer mit der Frage, ob noch jemand etwas habe, ab. Die Frage ist gut gemeint, die Spielerinnen melden sich aber auch heute nicht. Sie sind müde, möchten duschen gehen und haben Hunger. Auch Hausaufgaben warten noch.

Heute überlegt Kim kurz. Sie würde eigentlich gerne wissen, ob das Team bei der Trainingsplanung manchmal mitreden könnte – welche Spielsituationen sie üben und worauf sie gemeinsam hinarbeiten. Aber die Frage fühlt sich seltsam an, fast unangebracht. Linda ist ehrenamtliche Trainerin und mit Herzblut dabei. Eigentlich bin ich froh, dass ich spielen kann, und Linda meint es ja gut. Mit diesem Gedanken lässt Kim ihre Frage bleiben.

Auflösung und Expertisensicht

Ethikstatut:

- Keinen Verstoss gegen das Ethik-Statut

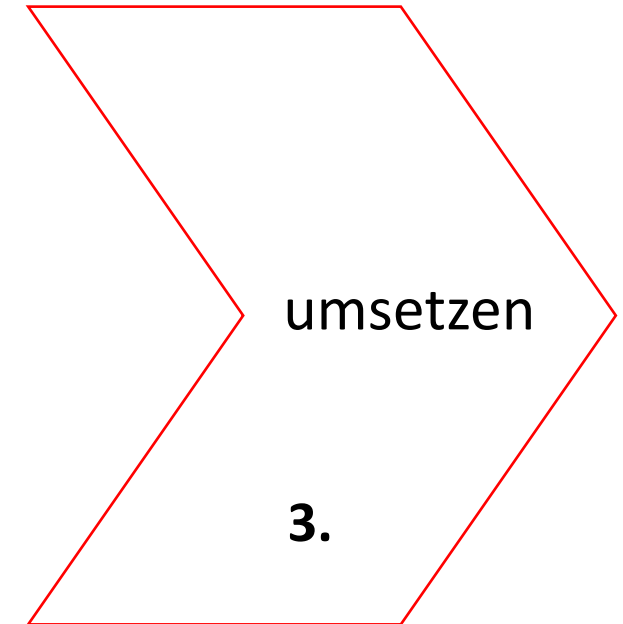
Branchenstandard Anforderungen und Empfehlungen für Vereine und Sportorganisationen mit Bundesbeiträgen

- Verankerung der Mitbestimmung auf strategischer und operativer Ebene in den Statuten
- Ausarbeitung und Festigen von Strukturen und Prozessen für die aktive Mitbestimmung

Handlungsmöglichkeiten

Wie können Linda und ihr Verein die Mitbestimmung durch ihre Spielerinnen unter 18 Jahren fördern?

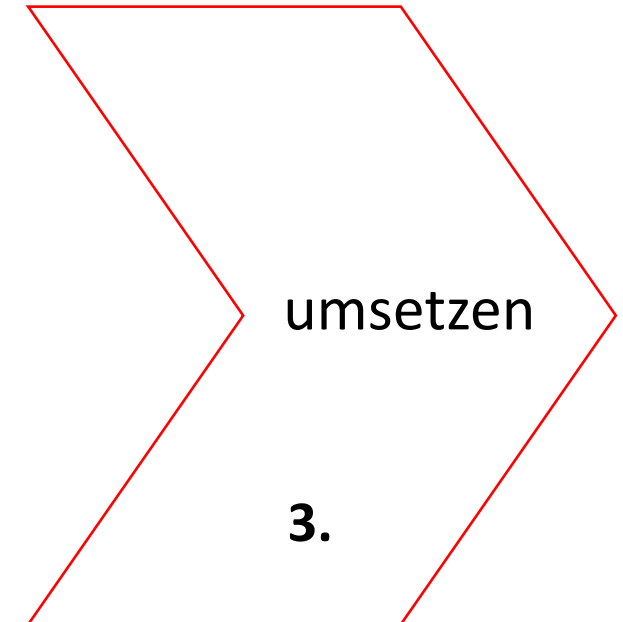
- 1-2-4-all Liberating Structure
- **1'**: Alleine – notiert eure Gedanken auf **grüne** Post-its
- **2'**: Zu zweit – entwickelt eure Massnahmen und notiert diese auf **orange** Post-its



Handlungsmöglichkeiten

Wie können Linda und ihr Verein die Mitbestimmung durch ihre Spielerinnen unter 18 Jahren fördern?

- **4'**: 2 Paare zusammen – verfeinert eure Massnahmen und notiert eure wichtigsten Fördermassnahmen auf **blaue** Post-its
- **5'**: Tragt eure konsolidierten Fördermassnahmen auf dem Flipchart zusammen



FÖRDERMÖGLICHKEITEN LINDA

FÖRDERMÖGLICHKEITEN VEREIN

Raum für Wünsche & Feedback schaffen.
→ einfließen lassen

• anderes Gefüge für Inputs / Feedback
• bewusst Slots einplanen für Vorklärung aus dem Team
• dem Team mitteilen, was Sie diese Trainingsplanung erstellt hat

Jugendvorstand

Gemeinsame Zielformulierung der Saison

Flexibilität im Trainingsalltag

Gedanke Teambesprechungen

Mitsprache ermöglichen & umsetzen

Trainingsgestaltung durch Kids

Verantwortung auf Vereinsführungsebene: kleines Konzept unter Einbezug aller Funktionäre und Trainer/innen

Kultur auf Vereins Ebene leben und kommunizieren.

Möglichkeit zur Mitwirkung schaffen.

Informationsvermittlung → warum? Kommunikation.

Bewusstwerden mit Außenperspektive, wo und wie Mitbestimmung überall zu beachten ist

häufigste / übliche Situationen im Vereinsalltag erfassen

Ausblick

- 3T Aktivitäten 2026
- Aufarbeitung als Informations- und Schulungsmaterial für SOA-Webseite
- Ethik-Kompass und Ethik-Check
- Diskussion mit J&S betr. Schulung zu Mitbestimmung



DANKE für ihr Engagement!

