

# «Die Leidenschaft wird missbraucht»

**Nachwuchssport** Die Sportpsychologin Katharina Albertin sagt, dass die Anforderungen des Spitzensports Kinder und Jugendliche nicht zwingend überfordern – vorausgesetzt, das Kindeswohl wird geschützt. Diesbezüglich habe die Schweiz Nachholbedarf.

Interview: Moritz Bill

**Katharina Albertin, was ging Ihnen während der Lektüre der «Magglingen-Protokolle» durch den Kopf?**

**Katharina Albertin:** Dasselbe wie wahrscheinlich vielen: Es wühlte mich unglaublich auf. Und es machte mich auch sehr betroffen – dies meine ich auch im wörtlichen Sinn. Denn die Verantwortung dafür betrifft in irgendeiner Form uns alle, die mit dem Leistungssport zu tun haben. Wir müssen nun handeln und Verantwortung übernehmen.

**Die öffentliche Resonanz fiel stärker aus als in der Vergangenheit bei ähnlichen Fällen. Warum?**

Die journalistische Aufarbeitung ist dieses Mal eine andere. Sie deckt anhand einer Sammlung von Fällen ein System dahinter auf. Zuvor waren sowohl in der Schweiz wie auch andernorts «nur» Einzelfälle an die Öffentlichkeit gekommen. Die nicht ausreichende Selbstkontrolle hinsichtlich Sicherung der psychischen und physischen Gesundheit im Kinder- und Jugendsport kann jetzt niemand mehr bestreiten. Warum das immer noch so ist, ist eine interessante Frage, denn es gab ja immer wieder Bemühungen für eine Verbesserung. Andere Gesellschaftssysteme, wie beispielsweise die öffentlichen Schulen, haben schon vor Dekaden diesen Weg einschlagen müssen. Der Spitzensport hinkt da hinterher und muss aufholen.

**In der Führungsetage des Turnverbandes kommt es zu Wechsell. Zudem hat sich die Politik eingeschaltet. Es soll eine Meldestelle geschaffen werden, an die sich Athletinnen und Athleten sowie deren Umfeld melden können. Ist das Problem damit gelöst?** Eine verbandsübergreifende Ombudsstelle ist wichtig, das steht ausser Frage – aber das allein reicht nicht. Das System Nachwuchssport sichert seine Qualität nicht einzig damit, indem es seine Notfälle löst. Solche können auch in Zukunft nicht gänzlich verhindert werden, das ist in anderen Bereichen nicht anders. Weitere Anpassungen auf anderen Ebenen sind nötig.

**Welche?**

Das Wohl der Kinder, aber auch jenes der Trainer müssen zwingend geschützt werden. Eine Trainerin darf nicht aufgrund eines Erfolgsdrucks in ein fehlbares Handeln getrieben werden. Es muss schriftlich klar festgehalten sein, was von einem Trainer verlangt wird und wie das umzusetzen ist, auch auf der pädagogischen Ebene. Es braucht Strukturen, damit alle Beteiligten ihre Handlungen kritisch reflektieren und sich fragen müssen, ob diese im Sinne des sportlichen Erfolgs und gleichzeitig im Sinne des Kindeswohls erfolgen.

**Spitzensport ist nun mal streng und fordernd. Kann sich das mit sogenannten Kindersportarten wie Rhythmische Gymnastik oder Kunstturnen, in denen der Leistungspeak im deutlich tieferen Alter als anderswo erreicht wird, überhaupt vertragen?**

Diese Kombination ist vulnerabel, ja. Dessen muss man sich bewusst sein. Ihr steht aber die Lust eines begabten und motivierten Kindes gegenüber, das zeigen will, was es kann. Es bedarf die richtige Mischung, das ist die grosse Challenge.

**Was heisst das konkret?**

Die Athletinnen müssen an die Anforderungen eines Wettkampfs herangeführt werden, ohne dass ihre Begeisterung für den Sport darunter leidet. Ohne dass sie dabei physisch und psychisch unterversorgt werden. Die Leidenschaft für den Sport darf unter keinen Umständen gebrochen werden. Denn sie ist es, die einen Sportler durch schwierige Zeiten



**Junge Athletinnen in Aktion** während der Schweizer Meisterschaften der Rhythmischen Gymnastik 2018 in Biasca.

KEYSTONE/FA

trägt. Handkehrum ist genau diese Leidenschaft dafür verantwortlich, dass man sich lange Zeit nicht gegen Missstände wehrt. Die Leidenschaft wird missbraucht.

**Missbräuchliche Trainingsmethoden lassen sich auch mit einer Überlieferung von Generation zu Generation erklären: «Das war schon immer so, also kann es nicht falsch sein.» Warum setzt sich diese Tradition schon so lange fort, obschon man sich ihrer Gefährlichkeit bewusst ist?**

Das ist wirklich etwas Eigenartiges, das System beisst sich sozusagen in den eigenen Schwanz. Zwar werden Traditionen immer wieder kritisiert, aber diese psychisch belastende Drill-Kultur wird wiederum mit den Traditionen legitimiert. Deshalb ist jetzt ein Kulturwandel unabdingbar, die Traditionen müssen gebrochen werden. Das sportwissenschaftliche Wissen, wie man gesunde, selbstständige Sportler trainiert, ist vorhanden. Doch wird es zu wenig genutzt.

**Man befürchtet wohl einen ausbleibenden Erfolg, wenn man im internationalen Vergleich neue Wege einschlägt.**

Befürchtung ist eine gutes Stichwort. Vor zu autonomen Athleten fürchtet man sich vielleicht. Man denkt, sie nur mit Drill und Unterordnung zum Erfolg führen zu können. Ich habe grosse Zweifel, ob ein solcher Führungsstil, der unterordnet und entwertet, wirklich ein Erfolgsgarant ist. Damit meine ich nicht, dass nicht streng trainiert werden soll. Aber man kann gleichzeitig streng trainieren und das Selbstvertrauen der Athletinnen stärken. Hierzu muss man aber auch mal etwas individualisieren können, dass jeder und jede für sich in physischer und psychischer Balance bleibt.

**Mittels einer Athletenvereinbarung geben die Turnerinnen zum Beispiel ihr Einverständnis, dass sie sich «bemühen, ein für die Sportart Rhythmische Gymnastik zwingendes Körpergewicht zu halten». Was sagen Sie als Sportpsychologin dazu?**

Mit unsorgfältigen Äusserungen bezüglich des Gewichts riskiert man ohnehin schon ein gestörtes Essverhalten. Wird das auch noch vertraglich festgehalten, vergrössert das den Druck zusätzlich. Kommt hinzu, dass sich die Mädchen während ihres Aufenthalts im Leistungs-

**«Ich habe grosse Zweifel, ob ein Führungsstil, der unterordnet und entwertet, wirklich ein Erfolgsgarant ist.»**

zentrum zu jungen Frauen entwickeln, was zu einer Gewichtszunahme führen kann. Hier fehlt es an einer Sensibilisierung. Ja, das Körpergewicht ist in diesen Sportarten wichtig, hat Einfluss auf die Leistung. Aber über diesen Aspekt kann ein Trainer doch mit der Athletin in einer respekt- und würdevollen Art sprechen. Ansonsten ist das nicht zielführend.

**Müssten bei den Eltern, die diese Verträge ihrer minderjährigen Kinder ja kennen, nicht die Alarmglocken läuten?**

Natürlich. Aber die Erwachsenen geraten schnell einmal in denselben Sog, obwohl sie eigentlich freier und kritischer denken könnten. Sie wollen ihrem Kind nicht die Möglichkeit einer Erfolgslaufbahn verbauen oder sie glauben vielleicht, dass diese «harte Schule» halt dazugehört. Nur den Eltern die Schuld zuzuschreiben, wäre indes falsch. Auch für sie ist das keine einfache Situation. Sie vertrauen auf eine Kompetenz, die man in einem Leistungszentrum auch erwarten kann.

**Neben der elterlichen Verantwortungszuweisung sind auch Stimmen zu hören, die die anfällige Verwundbarkeit und Überforderung der jungen Frauen thematisieren, anstatt die Machtpositionen der Trainerinnen und Verbandsfunktionäre zu verurteilen. Warum kommt es zu einem**

**solchen «Victim blaming», einer Opferbeschuldigung?**

Wie in anderen Bereichen gilt auch hier: Man tut das, weil man die Wahrheit dahinter nicht aushalten kann. Aber ich denke, das ist nicht der einzige Grund. Es gibt auch die Argumentation: «Wer das nicht durchhält, gehört nicht in den Spitzensport.» Natürlich, wer im Spitzensport bestehen will, benötigt enorme Robustheit. In jungen Jahren auf vieles zu verzichten, dem Sport fast alles unterzuordnen – das sind hohe Anforderungen, für die nicht jede und jeder geschaffen ist. Aber: Muss man psychische und physische Verletzungen aushalten können? Nein. Deshalb ist diese Argumentation absurd. Diese Athletinnen sind robust, sonst hätten sie es nicht bis ins Nationalkader geschafft.

**Aber es reagieren nicht alle gleich. Können sich manche einfach besser durchbeissen?**

Menschen sind verschieden. Und Beziehungen variieren ein Stück weit in jeder Konstellation. Das ist normal, und das muss Platz haben. Natürlich kann nicht jeder Mensch gleich gut mit dem strengen, fordernden Ton einer Vorgesetzten oder eines Trainers umgehen. Aber streng führen ist überhaupt nicht das gleiche, wie verletzend, beleidigend und psychisch verunsichernd führen. Streng, fordernd und fair – das geht sehr gut miteinander. Und das ist auch ein Muss im Spitzensport. Profitrainer müssen eine psychisch und physisch sichere Umgebung garantieren können, in denen sich junge Menschen in ihrer Persönlichkeit optimal entfalten können.

**Die jüngsten Enthüllungen waren nicht die ersten. Glauben Sie, dass die Reaktionen dieses Mal nachhaltiger ausfallen werden?**

Das hoffe ich doch schwer. Die Betroffenheit ist gross und wir alle, die in irgendeiner Art und Weise mit dem Schweizer Leistungssport zu tun haben, sind gefordert. Denn kaum jemand hat eine ganz weisse Weste in dieser Sache. Jetzt geht es nicht mehr darum, mit dem Finger auf jemanden zu zeigen, sondern seinen Beitrag zur Veränderung zu leisten. Wichtig wird sein, dass die betroffenen Stellen auch gewillt sind, Hilfe anzunehmen.



**Katharina Albertin**  
Sportpsychologin

## Zur Person

**Katharina Albertin** (47) ist seit 2017 Präsidentin der **Swiss Association of Sport Psychology (SASP)**. Die promovierte **Psychologin** und **Psychotherapeutin** arbeitet in ihrer Praxis oft mit Kindern, jungen Sportlern und deren Eltern. Zuvor war die **Zürcherin** unter anderem als Schulpädagogin tätig. Die frühere **NLA-Volleyballerin** gehörte verschiedenen Nationalkadern an. *bil*

## Die «Magglingen-Protokolle»

In einer Titelgeschichte im «Magazin» haben vor zwei Wochen acht ehemalige Rhythmische Gymnastinnen und Kunstturnerinnen über die **unwürdigen Trainingsmethoden** beim Schweizerischen Turnverband (STV) gesprochen. Anhand zahlreicher **Gesprächsprotokolle** werden Belästigungen, Erniedrigungen und seelischer Missbrauch aufgedeckt, die im Leistungszentrum in Magglingen stattfanden. In der **aufwendigen Recherche** erzählen die jungen Frauen von Angst- und Essstörungen, Depressionen und Suizidgedanken. Es ist nicht das erste Mal, dass der STV mit Vorwürfen dieser Art kritisiert wird. Die Verbandsführung reagierte in der Vergangenheit jedoch einzig mit Entlassungen von Trainerinnen und Trainern, an der Kultur änderte sich nichts. Das dürfte dieses Mal anders sein. Felix Stingelin, Chef Spitzensport, ist bereits weg. Geschäftsführer Ruedi Hediger tritt Ende Jahr ab. *bil*