

Angst vor Handyaufnahmen: Kids duschen nach Schulsport nicht mehr



[Elena Hatebur](#)

[Bern](#), 11.09.2025 - 14:02

In Schweizer Schulen ist das Duschen nach der Sportlektion nicht mehr selbstverständlich. Viele Kinder weigern sich — aus Angst vor intimen Handyaufnahmen.



Die Dusche nach der Sportlektion ist zunehmend mit Scham verbunden. (Symbolbild) - keystone

Das Wichtigste in Kürze

- Viele Kinder duschen nach dem Schulsport nicht mehr.
- Mehr als ein Drittel schämt sich bereits beim Umziehen.
- Auch das Handy ist ein Problemfaktor.

Nach dem Schulsport verschwitzt zurück in die Garderobe und dann gleich wieder die normalen Kleider anziehen: Für viele Schulkinder selbstverständlich.

Der Gedanke, gemeinsam mit den Schulkameraden nach der Sportlektion unter dem Wasser zu stehen, löst oft Unbehagen aus. Noch grösser ist die Angst, dabei ausgelacht, gemobbt oder gefilmt zu werden, wie die «Aargauer Zeitung» berichtet.

Eine aktuelle Studie der Universität Lausanne im Auftrag des Schweizerischen Verbands für Sport in der Schule (SVSS) zeigt: Garderoben und Duschen sind für viele Jugendliche Angstzonen.



Der grösste Teil der Schülerinnen und Schüler verzichtet auf das Duschen. (Symbolbild) - keystone

Fast 70 Prozent der Kinder schämen sich beim Duschen. Mehr als ein Drittel schon beim Umziehen. Der grösste Teil verzichtet deshalb ganz auf das Duschen nach dem Sportunterricht.

Die Debatte darüber entbrannte bereits vor zweieinhalb Jahren. Damals weigerten sich zwei Berner Schülerinnen, nach dem Sportunterricht vor anderen nackt zu duschen, wie [Nau.ch](#) berichtete.

Kinder haben Angst, gefilmt zu werden

Ein entscheidender Faktor: Handys. In rund drei Viertel der Schulen dürfen Schülerinnen und Schüler diese in die Garderobe mitnehmen.

Damit steigt die Angst, heimlich fotografiert oder gefilmt zu werden. Bis hin zur Gefahr, dass intime Bilder im Netz landen.



Verschwitzte Gesichter und Kleider: Eigentlich ist die Dusche nach der Sportlektion selbstverständlich. (Symbolbild) - keystone

«Das ist eine Problematik, die es vor zehn Jahren in dieser Form noch nicht gab.» Das sagt Jonathan Badan, Co-Präsident des SVSS, gegenüber der Zeitung.

Sollten Handys in der Schul-Garderobe verboten werden?

1 | Ja.

2 | Nein.

Mit der Nacktheit sind immer stärkere Schamgefühle verbunden. Die individuelle körperliche Entwicklung im Jugendalter macht diese Situationen nur noch komplexer.

Garderobe wird zum Konfliktpunkt

Die ständige Präsenz von Kameras verstärkt die ohnehin vorhandene Unsicherheit in der Pubertät weiter. Jugendliche vergleichen sich nicht nur direkt mit ihren Schulkameraden, sondern auch mit den oftmals unrealistischen Körperidealen auf Social Media.