

TEAM DANMARK TRIVSELS- UNDERSØGELSE 2024

Rapport om de Team Danmark-støttede atleters trivsel
og mentale sundhed

Rapport / Maj 2025



Christian Gjersing Nielsen
& Rasmus K. Storm



Idrættens
Analyseinstitut

TEAM DANMARK TRIVSELSUNDERSØGELSE 2024

Titel

Team Danmark trivselsundersøgelse 2024. Rapport om de Team Danmark-støttede atletes trivsel og mentale sundhed

Forfatter

Christian Gjersing Nielsen & Rasmus K. Storm

Andre bidragsydere

Niels Anton Toftgård

Rekvirent

Team Danmark

Layout

Idrættens Analyseinstitut

Forsidefoto

Lars Møller

Udgave

1. udgave, Aarhus, maj 2025

Pris

Rapporten kan downloades gratis i vidensbanken på www.idan.dk

ISBN

978-87-94468-52-7 (pdf)

Udgiver

Idrættens Analyseinstitut

Frederiksgade 78B, 2.

DK-8000 Aarhus C

T: +45 3266 1030

E: idan@idan.dk

W: www.idan.dk

Gengivelse af denne rapport er tilladt med tydelig kildehenvisning.

Indhold

Resumé	6
Atleternes generelle trivsel	6
Grænseoverskridende adfærd og problematiske konflikter	7
Funktionen EliteSupport	7
Overvejelser om karrierestop	8
Indledning, baggrund og datagrundlag	9
Rapportens opbygning og indhold	11
Datagrundlag	11
1. Atleternes generelle trivsel	13
2. Atleternes daglige træningsmiljø	15
3. Atleternes trænere og ledere	17
4. Atleternes hverdagsliv	19
5. Grænseoverskridende og problematisk adfærd i eliteidrætten	21
Problematiske konflikter	23
Funktionen EliteSupport	25
6. Overvejelser om elitekarrierestop	28
Bilag 1: Undersøgelsens datagrundlag	30
Bilag 2: Øvrige tabeller	32

Resumé

Idrættens Analyseinstitut (Idan) fremlægger hermed resultaterne af Team Danmark trivselsundersøgelse 2024. Det er den fjerde undersøgelse af sin slags og søger at give et overordnet billede af danske Team Danmark-atleters trivsel med udgangspunkt i en nuanceret model om mental sundhed og trivsel, som er udviklet af Team Danmarks stab af sportspsykologer.

Undersøgelsen dækker alle eliteatleter, der er omfattet af Team Danmarks støttekoncept, via en spørgeskemaundersøgelse gennemført i perioden medio november 2024 til medio februar 2025.

Atleternes generelle trivsel

Resultaterne viser, at de danske atleter over en bred kam trives og har det godt. Som det var gældende i undersøgelsen fra 2023, har atleterne gode relationer til deres trænere og ledere og er tilfredse med deres respektive træningsmiljøer. Det generelle billede er desuden, at de danske eliteatleter har et sundt og godt hverdagsliv. Overordnet set er der ikke sket nævneværdige udsving i atleternes trivsel siden 2023-undersøgelsen.

Atleternes trivsel kommer blandt andet til udtryk ved, at 89 pct. af atleterne er 'meget enige' eller 'enige' i, at de overordnet set – i løbet af det seneste år – har været i stand til at håndtere udfordringer, de har mødt. Tilsvarende har 87 pct. haft en hverdag fyldt med ting, der interesserer dem.

Når det gælder atleternes daglige træningsmiljø, svarer 90 pct. af atleterne, at de er 'meget enige' eller 'enige' i, at de – inden for det seneste år – har følt sig trygge i det daglige træningsmiljø. Tilsvarende svarer 88 pct. af atleterne, at de har en god relation til andre atleter, der er en del af deres daglige træningsmiljø.

Der er også atleter, som udtrykker en mindre grad af trivsel på disse parametre, men det er relativt få. F.eks. svarer blot 3 pct. 'uenig' eller 'meget uenig' til, at de har følt sig trygge i træningsmiljøet.

Hvad angår forholdet til trænere og ledere viser årets resultater, at 82 pct. af atleterne er 'meget enige' eller 'enige' i, at de har et godt forhold til deres nærmeste træner, mens 80 pct. angiver, at deres træner har forståelse for deres liv uden for sporten.

Som det var tilfældet i de tidligere trivselsundersøgelser, stikker særligt ét forhold ud: Væsentligt færre atleter er enten 'enige' eller 'meget enige' i, at den sportslige ledelse tager hånd om uhensigtsmæssig adfærd i den gruppe, de er en del af, sammenlignet med de øvrige spørgsmål vedrørende tilfredshed med trænere/ledere.

Grænseoverskridende adfærd og problematiske konflikter

Et fokuspunkt i trivselsundersøgelserne har været spørgsmålet om grænseoverskridende adfærd. I 2021-undersøgelsen angav 22 pct. i varierende udstræk, at de inden for det seneste år havde oplevet grænseoverskridende adfærd. I 2022-undersøgelsen var andelen faldet til 17 pct., og i 2023 angav 15 pct. af atleterne, at de havde oplevet grænseoverskridende adfærd. I denne undersøgelse ligger andelen på 14 pct. Og altså på niveau med året før.

Karakteren af den grænseoverskridende adfærd koncentrerer sig om nedladende kommentarer, nedvurderinger, kommentarer om krop og vægt fra trænere, ledere og andre atleter samt aggressiv/truende adfærd fra trænere og ledere. Det sker dog sjældent – og for få. I alt angiver 1,6 pct. af atleterne, at de ugentligt oplever grænseoverskridende. Langt de fleste af de atleter, der oplever grænseoverskridende adfærd, oplever det sjældnere end månedligt.

De sidste tre års undersøgelser peger på, at der siden den første trivselsundersøgelse i 2021 er sket forbedringer i adfærdskulturen i eliteidrætten herhjemme. Samtidig er grænseoverskridende adfærd langt fra noget, majoriteten af de danske atleter oplever. Der er imidlertid stadig problemer, der skal adresseres, hvor det i særlig grad synes at være forholdet internt mellem atleterne, der skal arbejdes med.

Atleterne er også blevet spurgt ind til, om de har oplevet problematiske konflikter inden for det seneste år. Her er der tale om 'mildere' konfliktforhold end egentlig grænseoverskridende adfærd, men det er alligevel problematikker, der kan påvirke atleternes trivsel og præstationer.

Årets undersøgelse viser, at 33 pct. svarer, at de på et tidspunkt i løbet af året har oplevet problematiske konflikter med enten andre atleter, trænere, ledere eller staben. Set i forhold til undersøgelserne i 2022 (35 pct.) og 2023 (36 pct.) er niveauet nogenlunde tilsvarende.

Dette indikerer, at der er en problematik, man fortsat bør være opmærksom på. Dog angiver atleterne, at problematiske konflikter i hovedsagen opstår sjældent.

Funktionen EliteSupport

Atleterne er i årets undersøgelse blevet bedt om at forholde sig til funktionen 'Elite-Support', der er oprettet i regi af Anti Doping Danmark i 2023. Atleter og trænere kan indberette adfærd, som kan være i strid med eliteidrættens etiske kodeks til EliteSupport.

Resultaterne viser, at atleterne endnu ikke har stort kendskab til funktionen, men de har til gengæld stor tillid til, at funktionen kan håndtere sagerne fortroligt og hensigtsmæssigt.

Således svarer blot hver femte (20 pct.), at de kender funktionen. De atleter, der angiver, at de ikke kender til funktionen, er herefter blevet informeret om formålet med EliteSupport.

På den baggrund svarer 65 pct. i kategorierne '4' eller '5' på en skala fra 1-5, hvor '1' indikerer, at atleterne slet ikke er trygge, og '5' indikerer, at de er meget trygge ved, at EliteSupport behandler henvendelser fortroligt og anonymt.

På et spørgsmål om, hvorvidt EliteSupport kan behandle sagerne hensigtsmæssigt, svarer i alt 63 pct. af atleterne '4' eller '5' til udsagnet 'Jeg har meget stor tiltro til, at EliteSupport kan bidrage med at løse denne type sager'. Meget få atleter svarer, at de slet ikke er trygge eller har tiltro til EliteSupport på de to spørgsmål.

Overvejelser om karrierestop

Det øgede fokus på atletes mentale trivsel skal blandt andet være med til at fastholde dem i elitesporten på længere sigt. Atleternes svar på spørgsmål om overvejelser vedrørende karrierestop kan samtidig give indblik i, om atleterne trives i deres elitesportskarriere.

Svarerne på spørgsmålene vedrørende karrierestop viser overordnet set, at 57 pct. af atleterne har overvejet at stoppe med deres elitesport inden for det seneste år, hvilket er på niveau med 2023 (59 pct.). I 2022-undersøgelsen var andelen 55 pct.

Ligesom i tidligere undersøgelser er økonomi og manglende motivation de udfordringer, der giver flest atleter anledning til at overveje at indstille elitesportskarrieren. Det indikerer, at der fortsat er grund til at fokusere på atleternes forhold.

Indledning, baggrund og datagrundlag¹

Mental sundhed og trivsel i dansk eliteidræt har gennem de senere år fået øget opmærksomhed. Formålet med denne trivselsundersøgelse er at danne et overordnet billede af den aktuelle trivselssituation blandt de atleter, der er omfattet af Team Danmarks støttekoncept. Det sker konkret gennem et spørgeskema udsendt til alle støttede atleter opdelt i en række tematiske nedslagspunkter.

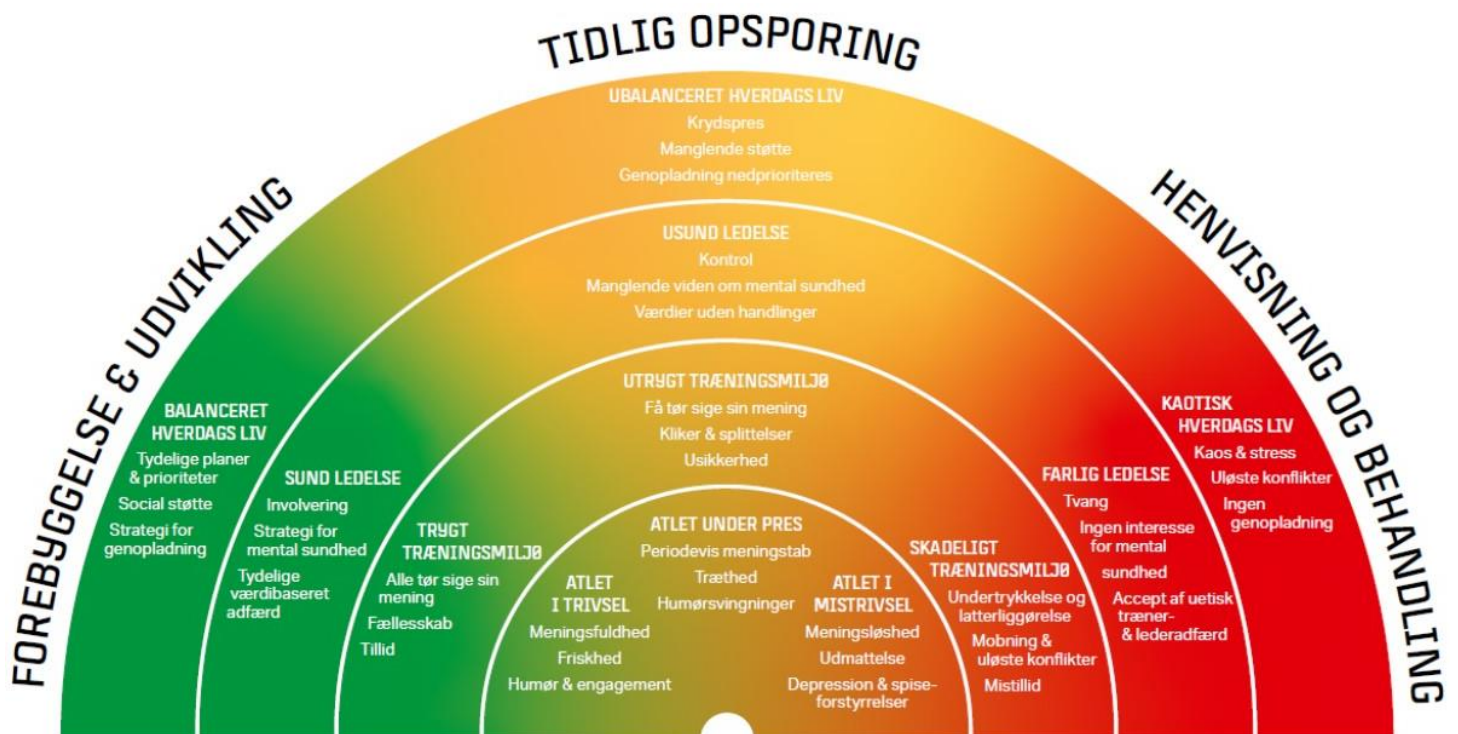
Spørgsmålene under de enkelte temaer er udviklet i samarbejde med Team Danmark og organisationens sportsspsykologiske stab og tager udgangspunkt i en konceptuel model vedrørende mental sundhed og trivsel, som Team Danmark arbejder med i det daglige.

Modellen er illustreret i figur 1 og opererer med fire niveauer:

1. **Atlet:** Atleten ligger i centrum af modellen, som er omgivet af de tre andre niveauer. På dette niveau kan atleterne trives, deres trivsel kan være under pres, eller de kan mistrives som resultat af forholdene på de øvrige niveauer.
2. **Træningsmiljø:** Atleterne er næsten altid en del af et nært træningsmiljø sammen med hold- eller træningskammerater, som i nogle situationer også er deres konkurrenter. Der er mange faktorer i et træningsmiljø, som kan påvirke atleternes mentale sundhed og trivsel, og derfor kan træningsmiljøet være støttende, uengageret eller skadeligt.
3. **Ledelse:** Atleternes trænere og ledere spiller en vigtig rolle i at skabe et sundt miljø, og derfor kan den sportslige ledelse være sund, usund eller decideret farlig for atleternes trivsel.
4. **Hverdagsliv:** Atleterne befinder sig tit i en travl hverdag med mange bolde i luften, hvor de skal være i stand til at kombinere sport, uddannelse, arbejde, økonomi, familieliv og andre sociale relationer. Derfor er der også mange personer, som spiller en rolle i atletens mentale sundhed og trivsel (f.eks. lærere, venner, kæreste, børn, forældre, arbejdsgiver, osv.). En atlets hverdag kan være balanceret, ubalanceret eller kaotisk.

¹ Denne rapport er bygget op om samme undersøgelsesdesign som de tilsvarende trivselsundersøgelser fra 2021, 2022 og 2023. Rapporten gentager derfor i vid udstrækning tekst – med nødvendige justeringer på baggrund af årets resultatdata – fra de tidligere rapporter, hvortil der er i øvrigt henvises. De tidligere trivselsundersøgelser kan downloades fra www.idan.dk eller www.teamdanmark.dk.

Figur 1: Model for mental sundhed



Kilde: Team Danmark

På alle fire niveauer er der tre farver, som repræsenterer forskellige grader af mental sundhed – fra trivsel til mistrivsel:

- **Grøn – trivsel:** Atleten er en del af et sundt træningsmiljø med sund sportslig ledelse og har en balanceret hverdag.
- **Gul – under pres:** Atleten er en del af et uengageret træningsmiljø med usund ledelse og har en ubalanceret hverdag.
- **Rød – mistrivsel:** Atleten er en del af et skadeligt træningsmiljø med farlig ledelse og har en kaotisk hverdag.

En atlets trivsel eller mentale sundhed er en dynamisk størrelse, hvor atleten over et tidsforløb kan bevæge sig mentalt og trivselsmæssigt i forskellige farvezoner. Dynamikken kan endvidere bestå i, at det kan ske på tværs af de skitserede niveauer. F.eks. kan atleten opleve et velfungerende hverdagsliv, men samtidig være i et usundt træningsmiljø. Eller omvendt.

Det er desuden naturligt i en tilværelse som eliteatlet, at man f.eks. til tider kan opleve fravær af mening eller forskellige grader af glæde ved sin tilværelse. Derfor opstår der primært mentale og trivselsmæssige problemstillinger, hvis atleterne gennem længere tid bevæger sig i de gule (under pres) og røde (mistrivsel) zoner af modellens niveauer.

Rapportens opbygning og indhold

Rapportens fire første hovedafsnit belyser på baggrund af modellens tilsvarende niveauer atleternes tilstand med henblik på at spore, hvordan atleterne som gruppe overordnet trives. Det sker i afrapporteringen ved at angive farvezoner, hvor farveskalaen går fra grøn, der modsvarer (højere) grad af trivsel, til rødlige farver, der modsvarer mindre grad af trivsel. Den gule farve svarer til den pressede situation.

I undersøgelsen spørges der til atleternes overordnede oplevelse af en række forhold 'inden for det seneste år'. Derved forsøges atleternes trivsel at blive afdækket på en måde, der bedst favner dynamikken i deres tilværelse. Tilgangen er at identificere problemstillinger, der er mere vedvarende end dem, der er korte og midlertidige.

Det er i den forbindelse vigtigt at understrege, at afrapporteringen ikke udtrykker et forsøg på at 'diagnosticere' atletgruppen i klinisk forstand. Det er modellen eller undersøgelsesdesignet ikke i stand til.

Der er, som nævnt ovenfor, tale om et generelt undersøgelsesværktøj, der – på et så kvalificeret grundlag som muligt – søger at vurdere atletgruppens overordnede mentale trivselsniveau, så Team Danmark og organisationens sportspsykologiske stab kan arbejde videre med at håndtere de identificerede problemstillinger i nærmere bestemt omfang.

Designet muliggør desuden, at undersøgelsen kan gentages i fremtiden med henblik på at vurdere, om der er sket en udvikling til det værre eller bedre i atleternes trivsel.

Ud over de fire hovedtemaer indeholder undersøgelsen også nogle konkrete spørgsmål om, hvorvidt atleterne har oplevet grænseoverskridende adfærd fra andre atleter, trænere, ledere mv. Det sker med henblik på at få et indblik i, hvorvidt der i den henseende er tale om et generelt problem i dansk eliteidræt. Ydermere spørges der til problematiske konflikter, der er 'mildere' former for adfærdsproblematikker, der kan opstå mellem atleterne og de mennesker, de møder i deres hverdag.

Endelig spørger undersøgelsen til, om atleterne har overvejet at stoppe pga. en række konkrete årsager – f.eks. økonomi, skader eller sygdom, manglende motivation eller lignende.

Datagrundlag

Trivselsundersøgelsen blandt atleterne er gennemført fra 26. november 2024 til 16. februar 2025. Undersøgelsen omfatter et spørgeskema, som er udsendt til samtlige 1.208 atleter, der er omfattet af Team Danmarks støttekoncept. 46 pct. af atleterne har gennemført spørgeskemaet, hvilket er på et lidt lavere niveau end undersøgelserne fra 2022 (52 pct.) og 2023 (52 pct.).

I sammenligning med 2022-undersøgelsen er enkelte spørgsmål justeret i undersøgelserne for 2023 og 2024 med henblik på at få mere præcise svar.²

Svarsamplet er repræsentativt for hele atletgruppen, der er omfattet af Team Danmarks støttekoncept, dog med visse afvigelser i enkelte undergrupper. I bilag 1 præsenteres en kort redegørelse herfor.

² Det gælder primært spørgsmålet om grænseoverskridende adfærd, hvor formuleringen i 2023 er "Har du inden for det seneste år været udsat for grænseoverskridende adfærd fra...". I 2022 var formuleringen: "Har du inden for det seneste år oplevet grænseoverskridende adfærd fra...". Det sker med henblik på at præcisere, at der spørges til om atleten *selv* er blevet udsat for grænseoverskridende adfærd. Ikke om atleten har oplevet, at andre er blevet udsat for noget, der er grænseoverskridende.

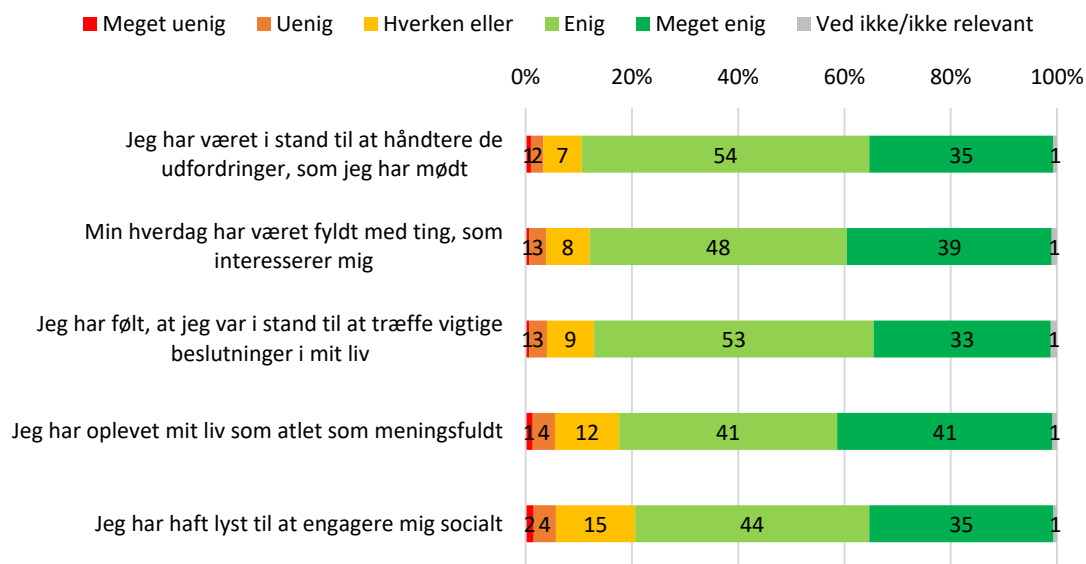
1. Atleternes generelle trivsel

Langt de fleste atleter har det godt (grønlig zone) (se figur 2). Samlet set er 89 pct. af atleterne 'meget enige' eller 'enige' i, at de overordnet set – inden for det seneste år – har været i stand til at håndtere de udfordringer, de har mødt. Tilsvarende har 87 pct. haft en hverdag fyldt med ting, der interesserer dem.

Der er imidlertid enkelte atleter, der angiver, at de ikke har været i stand til at træffe vigtige beslutninger i deres liv, eller ikke oplever, at deres liv som atlet er meningsfuldt. Det er dog få, der befinder sig i den rødlige zone på de stillede spørgsmål. F.eks. er det blot 6 pct., der er 'meget uenige' eller 'uenige' i, at de har haft lyst til at engagere sig socialt.

I alt har fire atleter i samplet svaret 'meget uenig' eller 'uenig' på alle fem spørgsmål, hvoraf tre ud af de fire atleter har svaret 'meget uenig' til alle fem spørgsmål.

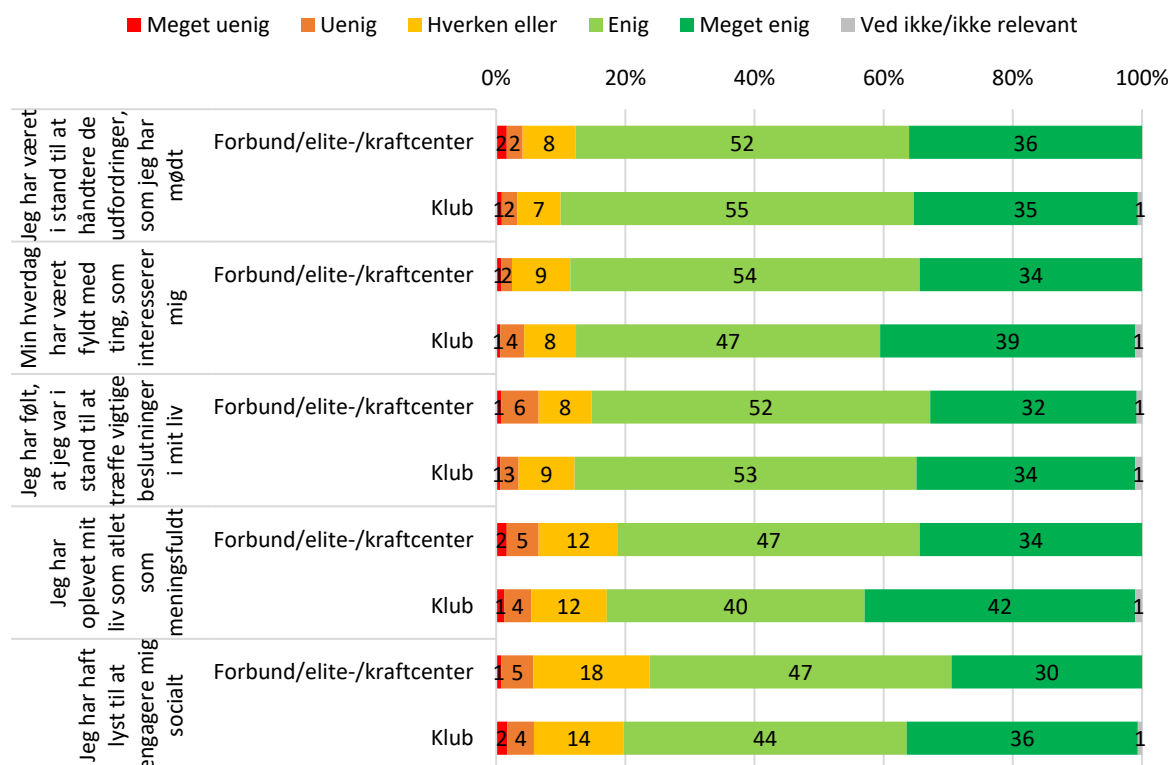
Figur 2: Atleternes generelle trivsel (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år' (n=597).

Der er ingen signifikante forskelle på svarfordelingen på tværs af træningsmiljø, dvs. om den primære træning foregår i regi af forbundet (på elitecenter, kraftcenter eller lignende), eller i egen klub (se figur 3).

Figur 3: Atleternes generelle trivsel på tværs af træningsmiljø (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år', opdelt på atleter, der har deres primære træningsmiljø i hhv. deres forbund på elitecenter, kraftcenter eller lignende (n=122) og i egen klub (n=461).

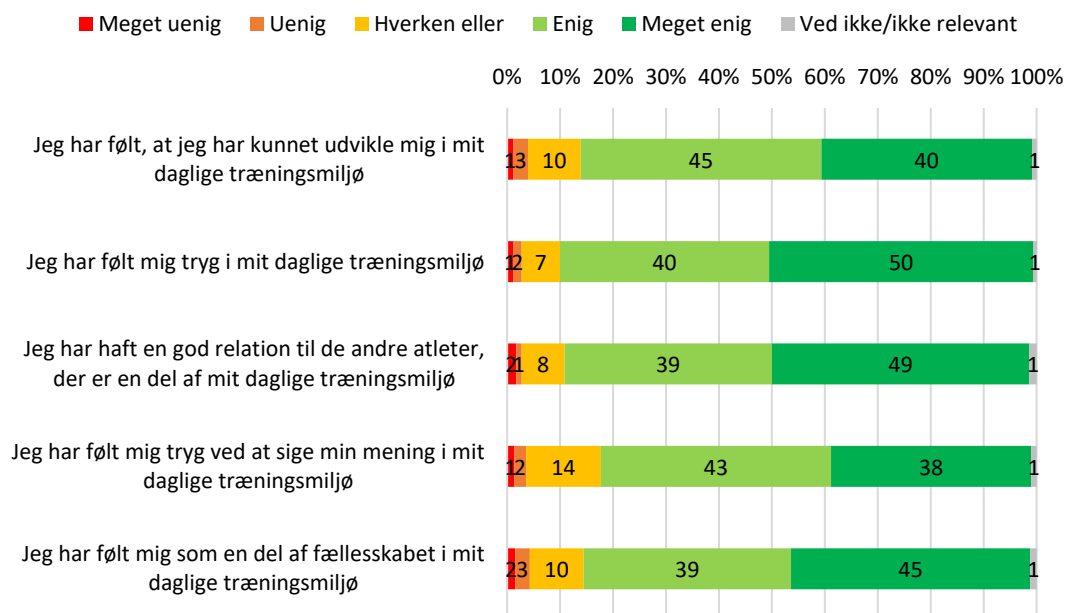
Gennemsnitsværdierne på tværs af de enkelte atletkategorier (brutto-, elite- eller verdensklasseatleter), forbundstyper (fodbold, håndbold og ishockey vs. øvrige) og undersøgelsesperioder fremgår af bilag 2, tabel 3. Gennemsnitsscoren for spørgsmålene har ligget stabilt over undersøgelsesperioderne.

2. Atleternes daglige træningsmiljø

Atleternes mentale sundhed og trivsel påvirkes af deres omverden og de miljøer, de færdes i. Størstedelen af atleterne oplever, at de har et udviklende og trygt dagligt træningsmiljø med venskaber og støtte (grøn zone), hvor 90 pct. af atleterne angiver, at de er 'meget enige' eller 'enige' i, at de inden for det seneste år har følt sig trygge i deres daglige træningsmiljø (se figur 4). Tilsvarende svarer 88 pct. af atleterne, at de har en god relation til andre atleter, der er en del af deres daglige træningsmiljø.

Der er dog også enkelte atleter, der udtrykker generel utilfredshed med deres daglige træningsmiljø, men få atleter er i den rødlige zone set over de fem spørgsmål på dette niveau i trivselsmodellen (træningsmiljø). Konkret har seks atleter (1 pct.) svaret 'meget uenig' eller 'uenig' på alle fem spørgsmål, mens fire atleter har svaret 'meget uenig' til alle fem spørgsmål.

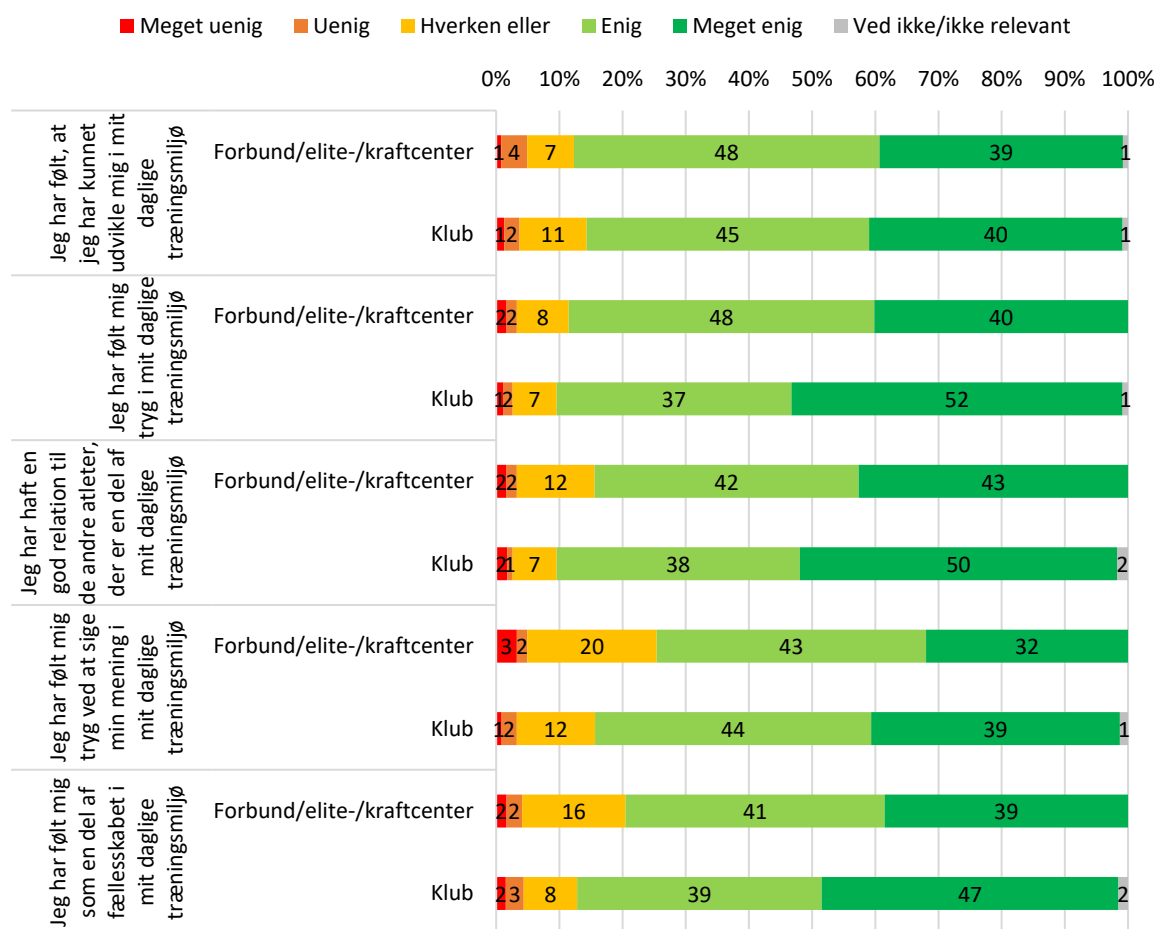
Figur 4: Atleternes tilfredshed med det daglige træningsmiljø (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år' (n=583).

Opdelt på, hvor atleterne har deres daglige træningsmiljø, fremgår det, at atleter, der primært har træningsmiljø i klubberne, i lidt større udstrækning erklærer sig 'meget enig' på tværs af spørgsmålene (se figur 5). Tilsvarende er der en lidt større andel af atleter med primært træningsmiljø i regi af forbundet, der placerer sig i den mere gullige og rødlige zone af svarkategorierne.

Figur 5: Atleternes tilfredshed med det daglige træningsmiljø på tværs af forbund og egen klub (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år', opdelt på atleter, der har deres primære træningsmiljø i hhv. deres forbund på elitecenter, kraftcenter eller lignende (n=122) og i egen klub (n=461).

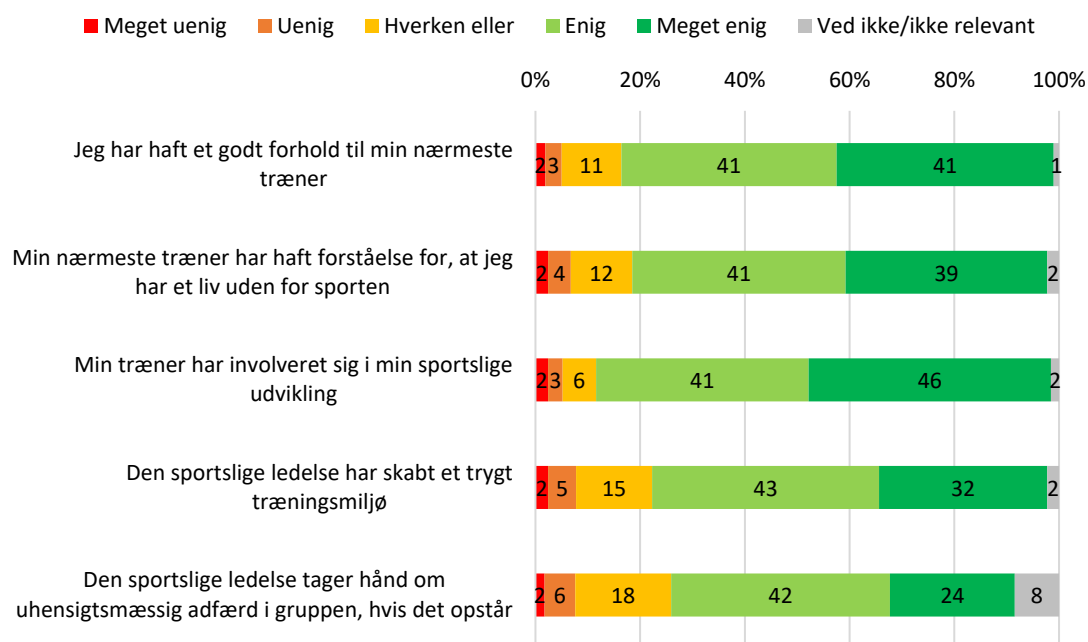
Gennemsnitsværdierne på tværs af de enkelte atletkategorier (brutto-, elite- eller verdensklasseatleter), forbundstyper (fodbold, håndbold og ishockey vs. øvrige) og undersøgelsesperioder fremgår af bilag 2, tabel 4. Gennemsnitsscoren for spørgsmålene har ligget stabilt over undersøgelsesperioderne.

3. Atleternes trænere og ledere

Den sportslige ledelse, dvs. trænere og sportschefer, spiller en afgørende rolle i at skabe sunde sportsmiljøer, hvor atleterne trives. De udgør det tredje niveau i trivselsmodellen.

Årets undersøgelse viser, ligesom tidligere år, at størstedelen af atleterne oplever en sund træner- og ledelsesadfærd, og at forholdet til træneren er godt, at trænerne har forståelse for atleternes liv uden for sporten, og at træneren involverer sig i spørgsmål om deres sportslige udvikling (grønlig zone). Det fremgår af figur 6.

Figur 6: Atleternes tilfredshed med trænere og ledere (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år' (n=579).

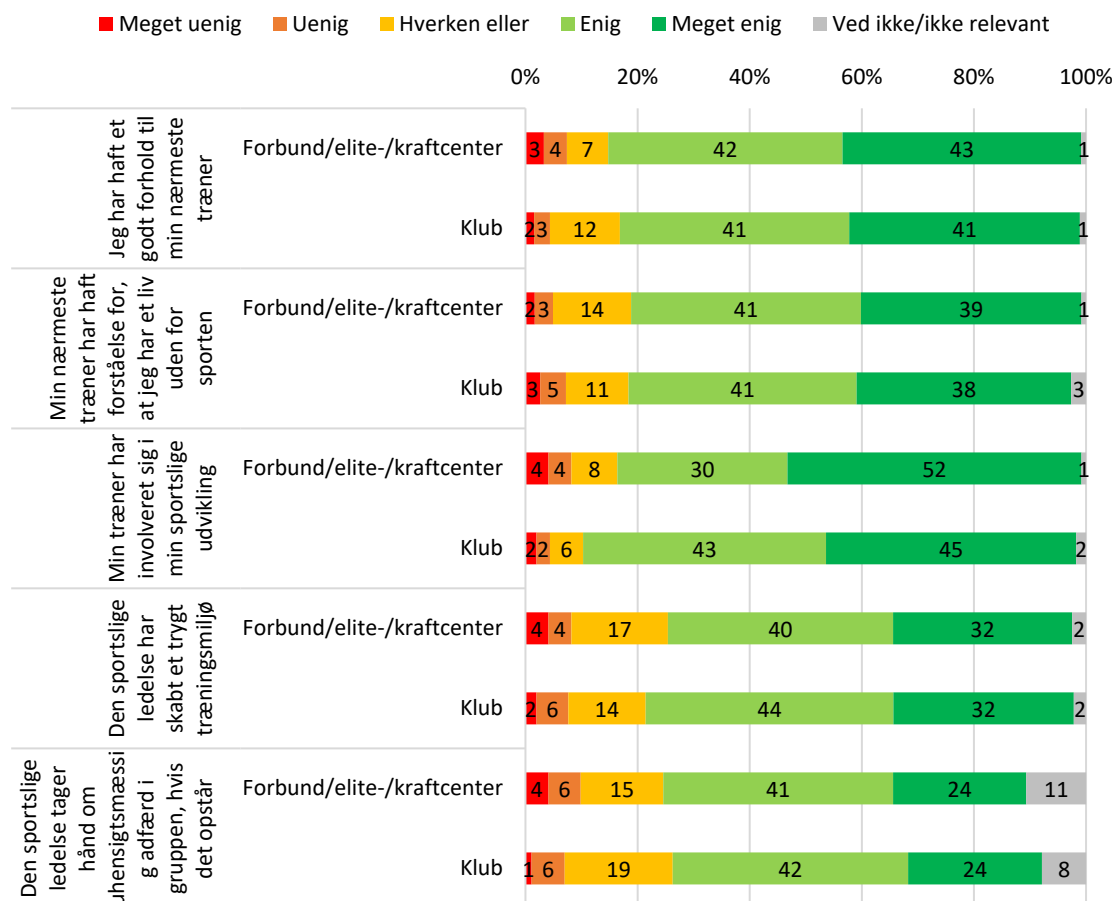
82 pct. af atleterne er således 'meget enige' eller 'enige' i, at de har et godt forhold til deres nærmeste træner, mens 80 pct. på samme måde har en træner, der har forståelse for atleternes liv uden for sporten.

Som det har været tilfældet i de tidligere målinger, stikker særligt ét forhold ud: Der er således væsentligt færre atleter, der er 'meget enige' (24 pct.) i, at den sportslige ledelse tager hånd om uhensigtsmæssig adfærd i gruppen, end det er tilfældet på de øvrige spørgsmål på dette niveau af trivselsmodellen (ledelse). Samtidig svarer 8 pct. 'meget uenig' eller 'uenig' til spørgsmålet.

I alt er der fem atleter (1,4 pct.), der har svaret 'meget uenig' eller 'uenig' på alle fem spørgsmål, og fire af atleterne (0,7 pct.) har svaret 'meget uenig' til alle fem spørgsmål.

Svarfordelingen på tværs af atleter, hvis primære træningsmiljø er henholdsvis forbund og klub, fremgår af figur 7. Der er ingen signifikante forskelle imellem de to grupper, om end færre atleter, som primært træner i forbundsregi, tenderer til at erklære sig 'enige'/'meget enige' i, at deres træner har involveret sig i deres sportslige udvikling.

Figur 7: Atleternes tilfredshed med trænere og ledere på tværs af forbund og egen klub (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år', opdelt på atleter, der har deres primære træningsmiljø i hhv. deres forbund på elitecenter, kraftcenter eller lignende (n=122) og i egen klub (n=457).

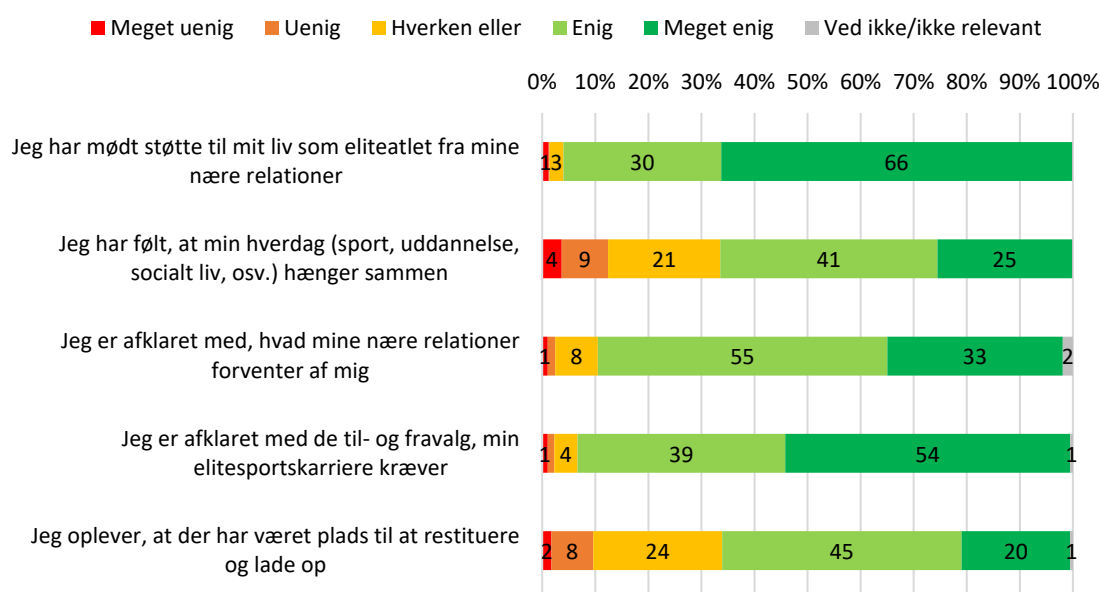
Gennemsnitsværdierne på tværs af de enkelte atletkategorier (brutto-, elite- eller verdensklasseatleter), forbundstyper (fodbold, håndbold og ishockey vs. øvrige) og undersøgelsesperioder fremgår af bilag 2, tabel 5. Gennemsnitsscoren for spørgsmålene har ligget stabilt over undersøgelsesperioderne.

4. Atleternes hverdagsliv

Der er mange forhold, der kan påvirke atleternes trivsel. Det er blandt andet vigtigt at være opmærksom på, hvilken belastning og støtte atleterne oplever i forbindelse med deres sport, uddannelse, arbejde, familieliv og andre sociale relationer.

Når det kommer til atleternes hverdagsliv, oplever de fleste atleter, at de får støtte fra deres nære relationer, og at hverdagen hænger sammen (grønlig zone) (se figur 8). Majoriteten er ligeledes afklaret med forventninger fra nære relationer samt de til- og fravalg, som elitekarrieren kræver.

Figur 8: Atleternes tilfredshed med hverdagslivet (pct.)



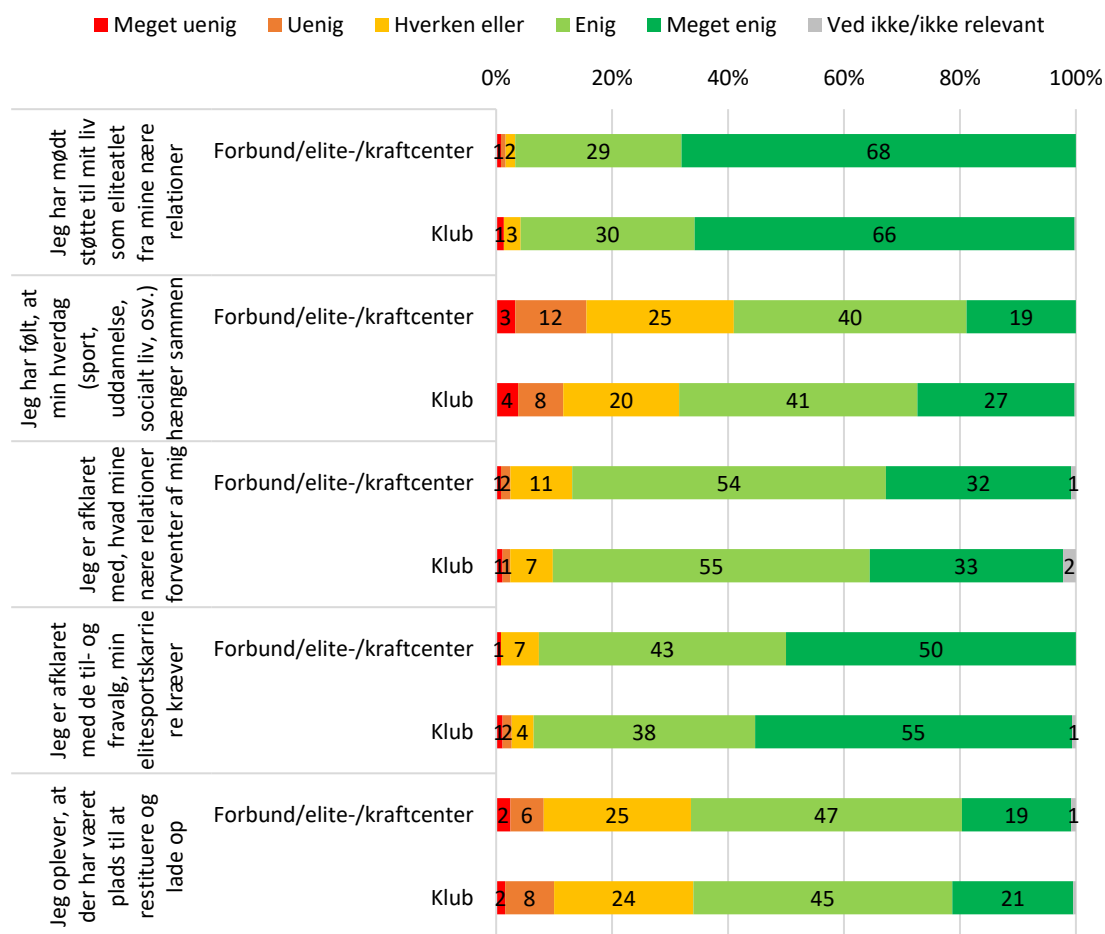
Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år' (n=572).

Der er dog også områder, hvor hverdagslivet ser ud til at befinde sig mere i den gullige eller rødlige zone. Det gælder f.eks. spørgsmålet om, hvorvidt atleterne har følt, at deres hverdag hænger sammen, men også i forhold til om der er plads til at restituere og lade op. Ved de to spørgsmål er der forholdsvis mange, der svarer 'hverken/eller' og 'uenig' eller 'meget uenig'.

I alt er der tre atleter (0,5 pct.), der har svaret 'uenig/meget uenig' til alle fem spørgsmål, og alle tre har svaret 'meget uenig'.

Der er ingen signifikante forskelle på svarfordelingen i forhold til de fem spørgsmål, om end atleter, der primært træner i forbundsregi, på elite-, kraftcenter eller lignende, tenderer til at føle sig mere udfordret i forhold til at få deres hverdag til at hænge sammen (se figur 9).

Figur 9: Atleternes tilfredshed med hverdagslivet på tværs af træningsmiljø (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år', opdelt på atleter, der har deres primære træningsmiljø i hhv. deres forbund på elitecenter, kraftcenter eller lignende (n=122) og egen klub (n=450).

Gennemsnitsværdierne på tværs af de enkelte atletkategorier (brutto-, elite- eller verdensklasseatleter), forbundstyper (fodbold, håndbold og ishockey vs. øvrige) og undersøgelsesperioder fremgår af bilag 2, tabel 6. Gennemsnitsscoren for spørgsmålene har ligget stabilt over undersøgelsesperioderne.

5. Grænseoverskridende og problematisk adfærd i eliteidrætten

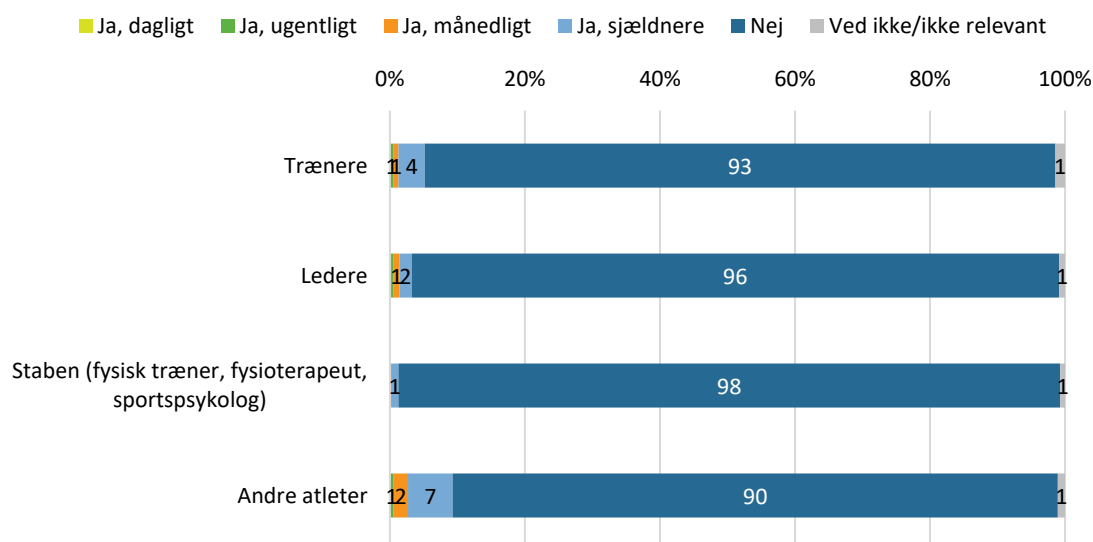
Der har gennem de senere år været stigende fokus på grænseoverskridende adfærd i eliteidrætten. Senest har Team Danmark i regi af Anti Doping Danmark (ADD) oprettet en hotline, hvor atleter, der er omfattet af Team Danmarks støttekoncept, og trænere kan indberette adfærd, som kan være i strid med eliteidrættens etiske kodeks.

Denne rapport indeholder tre nye spørgsmål vedr. Elitesupport, der er indføjet i spørgeskemaet i årets undersøgelse. Spørgsmålene afrapporteres efter spørgsmålene vedr. grænseoverskridende og problematisk adfærd.

I denne undersøgelse skelnes der mellem grænseoverskridende adfærd og problematiske konflikter, der kan påvirke trivslen. Det er vigtigt at være opmærksom på, at alle typer af oplevelser i henseende til begge kategorier er subjektive. Uanset er oplevelser af grænseoverskridende eller problematisk adfærd noget, der bør adresseres.

Årets undersøgelse viser, at 14 pct. samlet set svarer, at de i løbet af året har oplevet grænseoverskridende adfærd fra enten andre atleter, trænere, ledere eller staben. Det er lavere end i 2021-undersøgelsen (22 pct.), men på niveau med 2022-undersøgelsen (17 pct.) og 2023-undersøgelsen (15 pct.). Fordelingen på de enkelte svarkategorier fremgår af figur 10.³

Figur 10: Andelen af atleter, der har oplevet grænseoverskridende adfærd (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Har du inden for det seneste år været udsat for grænseoverskridende adfærd (f.eks. mobning, krænkelser m.fl.) fra...' (n=560).

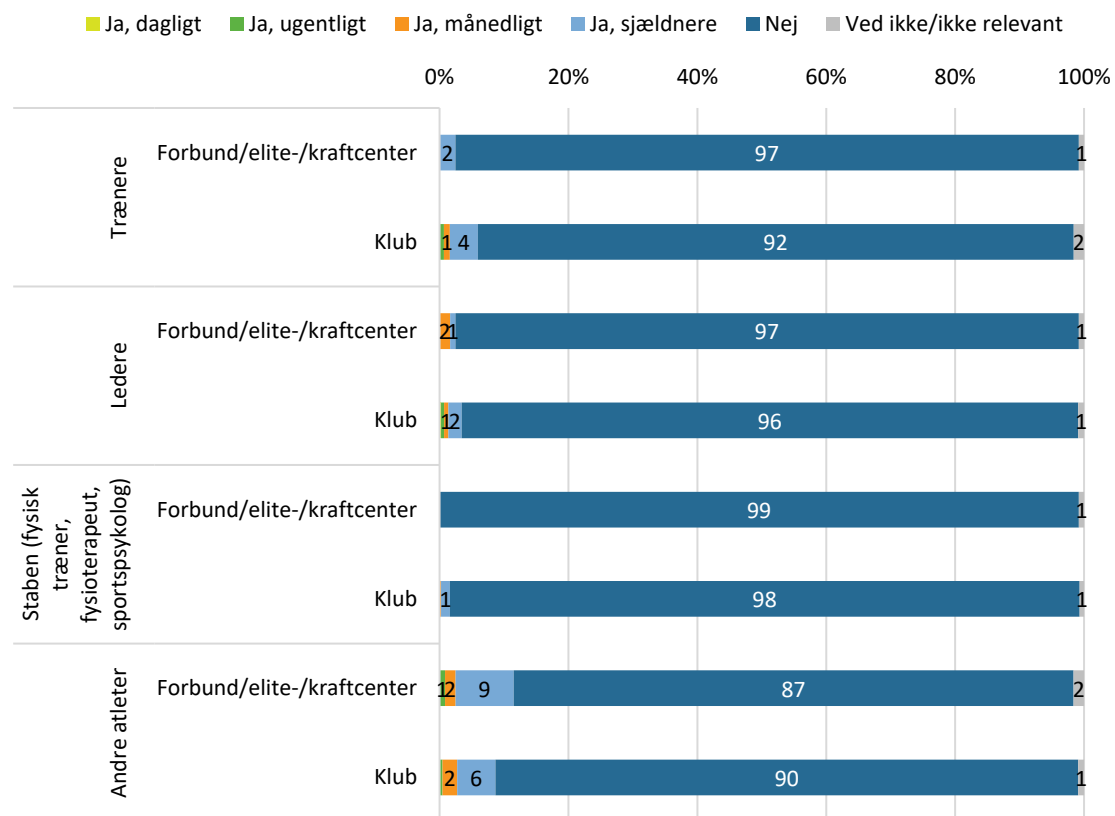
³ Spørgsmålsformuleringen er ændret en smule fra 'Har du inden for det seneste år oplevet grænseoverskridende adfærd fra...' (2022) til 'Har du inden for det seneste år været udsat for grænseoverskridende adfærd fra...' (2023 og 2024).

Det kan også ses, at atleterne, der har oplevet grænseoverskridende adfærd, oftest svarer i kategorien: 'ja, sjældnere'. Konkret angiver mindre 1,6 pct. af alle atleterne (i alt ni) at have oplevet grænseoverskridende adfærd enten dagligt (én respondent) eller ugentligt (otte respondenter) i løbet af året. Desuden kan det ses, at den grænseoverskridende adfærd i de fleste tilfælde er fra andre atleter.

Uanset at atleterne set under ét sjældent oplever grænseoverskridende adfærd, så er enhver form for grænseoverskridende adfærd imidlertid problematisk. Undersøgelsen peger, udover problematikken om grænseoverskridende adfærd blandt atleterne, også på, at der er tilfælde af problematisk adfærd blandt trænere og ledere. Der er imidlertid kun ganske få tilfælde af grænseoverskridende adfærd blandt medlemmer af staben.

Der er ikke forskel på besvarelsene mellem de atleter, der har deres primære træningsmiljø i klub (14 pct.), versus dem, der har det i forbundsregi (14 pct.), ligesom der ikke kan bekræftes nogen signifikante forskelle inden for de enkelte kategorier (se figur 11).

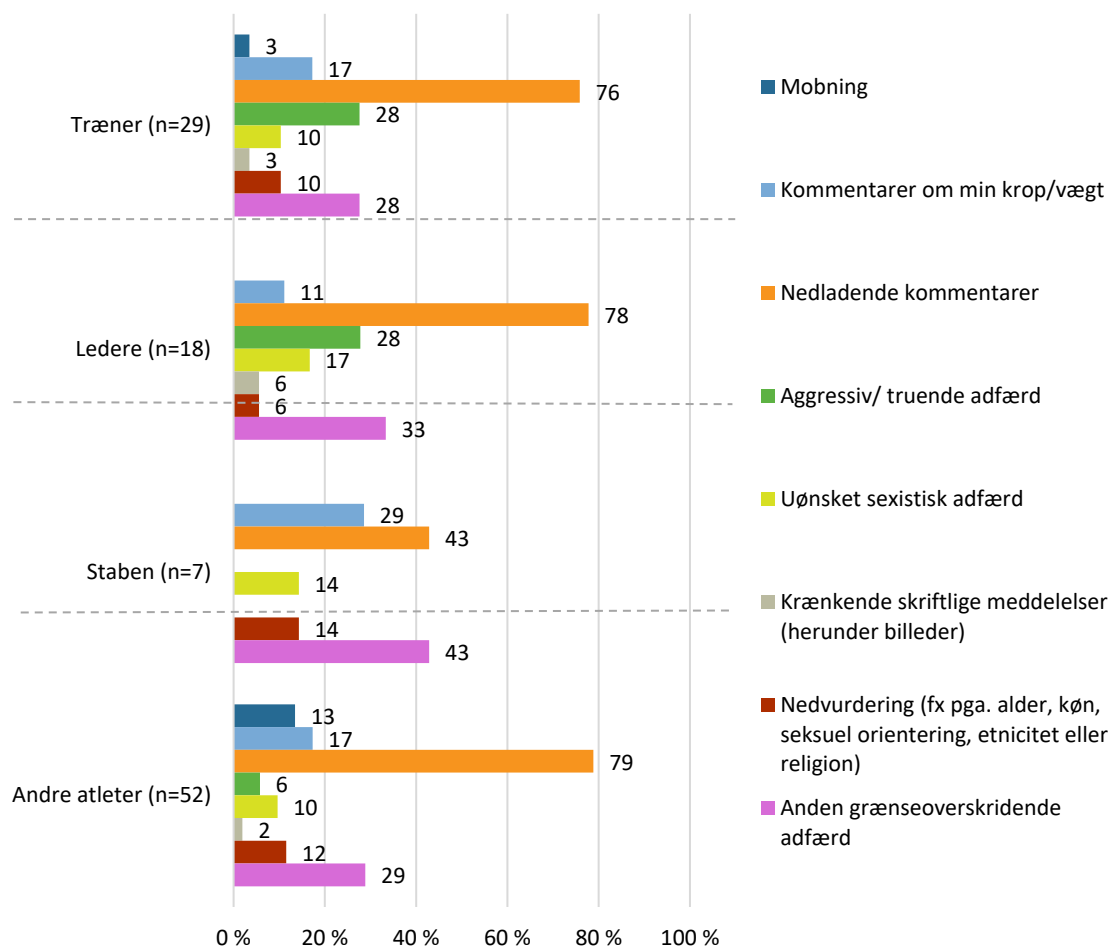
Figur 11: Andelen af atleter, der har oplevet grænseoverskridende adfærd på tværs af træningsmiljø (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Har du inden for det seneste år været udsat for grænseoverskridende adfærd (f.eks. mobning, krænkelse m.fl.) fra...?' (n=560), opdelt på atleter, der har deres primære træningsmiljø i hhv. deres forbund på elitecenter, kraftcenter eller lignende (n=122) og egen klub (n=438).

Atleterne, der har oplevet grænseoverskridende adfærd, har desuden angivet, hvilke former for grænseoverskridende adfærd de har oplevet, og hvem de har oplevet det fra (se figur 12). Det er i særlig grad nedladende kommentarer, som atleterne oplever på tværs af relationer, samt nedvurdering, kommentarer om krop og vægt samt anden grænseoverskridende adfærd fra både trænere, ledere og andre atleter. På træner-/ledersiden opleves også aggressiv/truende adfærd.

Figur 12: Fordelingen af forskellige typer af grænseoverskridende adfærd (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Hvilke former for grænseoverskridende adfærd har du oplevet?' blandt de atleter, der har oplevet grænseoverskridende adfærd (trænere: n=29, ledere: n=18, staben (fysisk træner, fysioterapeut, sportspsykolog): n=7, andre atleter: n=52).

Problematiske konflikter

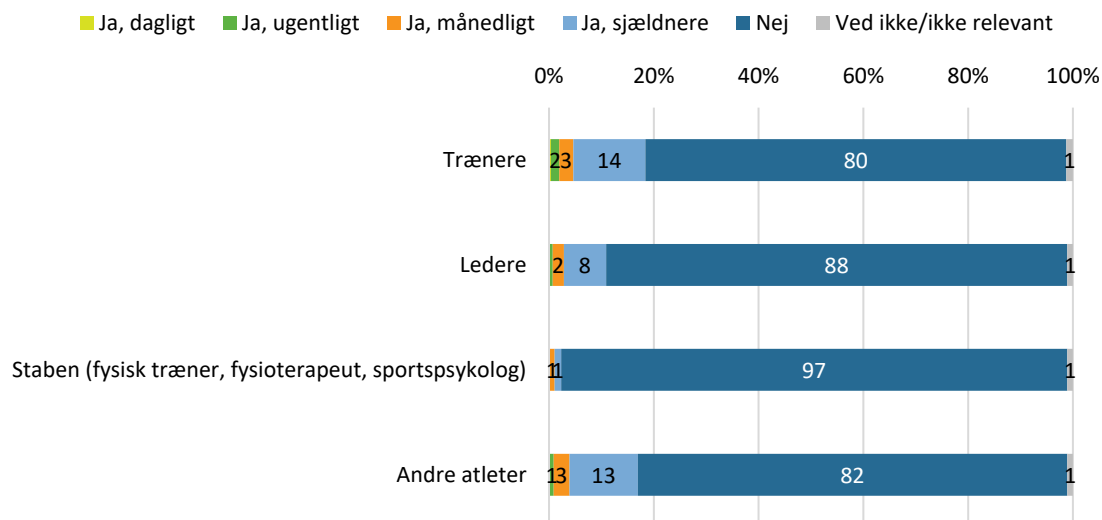
Ud over at spørge til grænseoverskridende adfærd er atleterne blevet spurgt ind til, om de i løbet af det seneste år har oplevet problematiske konflikter med andre, der en del af deres trænings- eller konkurrencemiljø. Her er der ikke tale om decideret grænseoverskridende forhold, men 'mildere' problematikker, som også kan påvirke atleternes trivsel og præstationer.

I årets undersøgelse har 33 pct. svaret, at de på et tidspunkt i løbet af året har oplevet problematiske konflikter med enten andre atleter, trænere, ledere eller staben. Set i forhold til undersøgelsen fra 2023, er det nogenlunde tilsvarende (36 pct.).

Ud af alle respondenterne er det 9 pct., der angiver, at de har oplevet problematiske konflikter enten dagligt, ugentligt eller månedligt, hvoraf 3 pct. angiver, at de har oplevet problematiske konflikter dagligt eller ugentligt. For langt størstedelen af atleterne er denne type konflikter altså ikke hverdagsproblematikker. Ikke desto mindre forekommer der at være en problematik vedr. denne type konflikter, der bør adresseres.

For de atleter, der angiver at have oplevet problematiske konflikter i løbet af året, falder de fleste af deres besvarelser i kategorien 'ja, sjældnere' (se også figur 13). Få svarer desuden i kategorierne 'ja, dagligt' eller 'ja, ugentligt' over de fire typer af relationer.

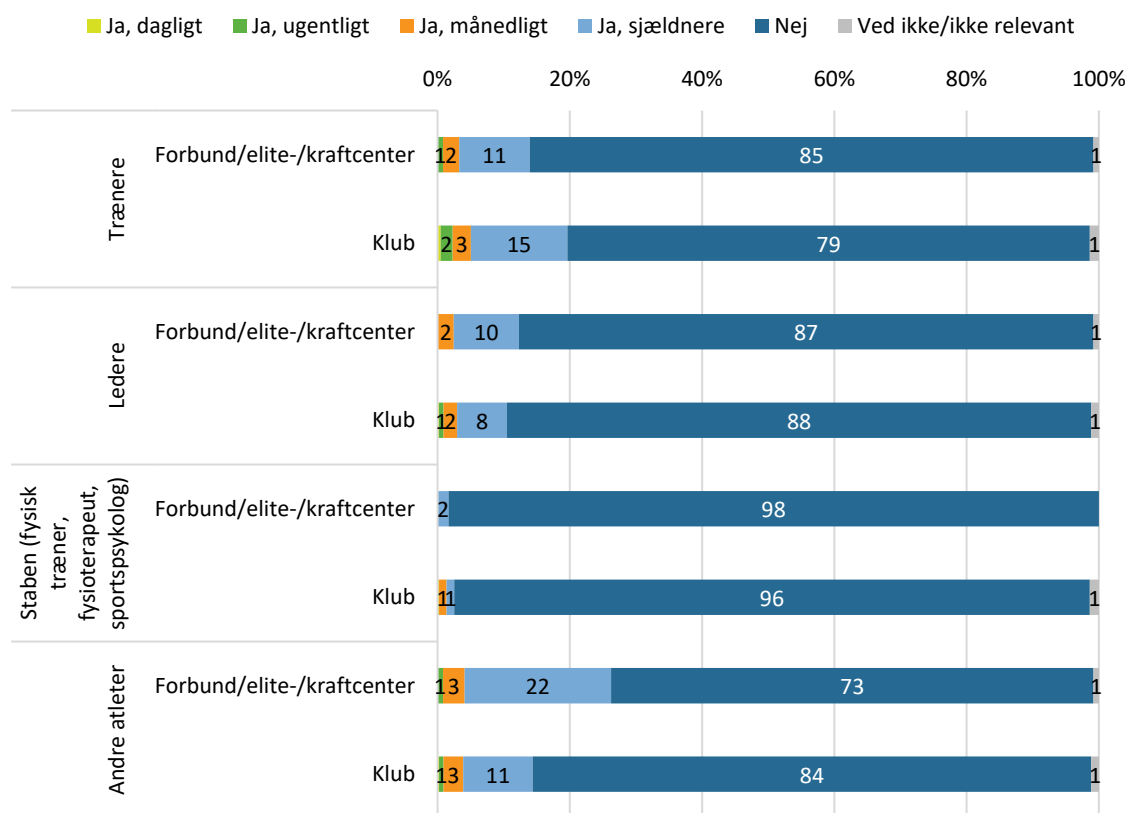
Figur 13: Andelen af atleter, der har oplevet problematiske konflikter (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Har du inden for det seneste år oplevet andre problematiske konflikter (der påvirker din trivsel eller evne til at præstere) med....?' (n=560).

Der er en tendens til, at atleter, der primært træner i forbundsregi (26 pct.), i højere grad oplever konflikter med andre atleter end dem, der træner i klubregi (14 pct.), mens der ikke kan bekræftes nogen signifikante forskelle i forhold til de tre andre relationer (se figur 14).

Figur 14: Andelen af atleter, der har oplevet problematiske konflikter på tværs af træningsmiljø (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Har du inden for det seneste år oplevet andre problematiske konflikter (der påvirker din trivsel eller evne til at præstere) med....', opdelt på atleter, der har deres primære træningsmiljø i hhv. deres forbund på elite-center, kraftcenter eller lignende (n=122) og egen klub (n=438).

Funktionen EliteSupport

Atleterne i årets undersøgelse er blevet bedt om at forholde sig til oprettelsen af EliteSupport, der er en funktion, hvor atleter og trænere kan indberette adfærd, som kan være i strid med eliteidrættens etiske kodeks (mere herom nedenfor). Herunder spørges der til atleternes kendskab til ordningen, samt hvor trygge atleterne er ved henvende sig til ordningen. Endelig spørges der til, om atleterne mener, at EliteSupport kan behandle deres eventuelle sag på en professionel og god måde.

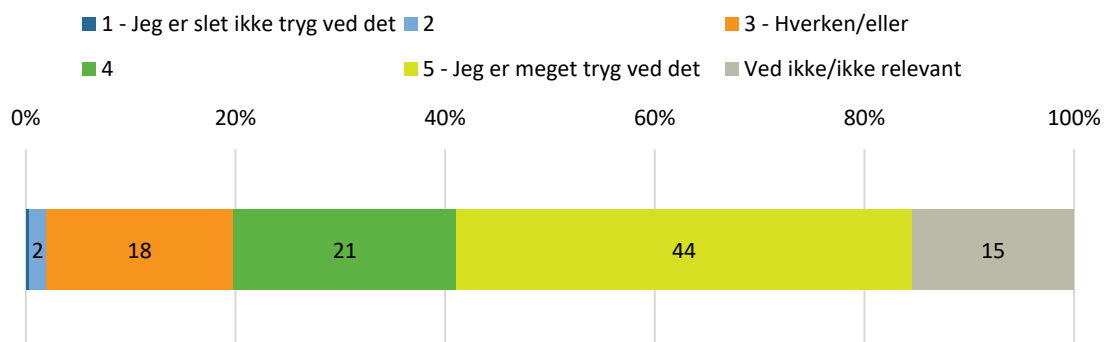
Atleternes kendskab til EliteSupport

I alt angiver blot hver femte atlet (20 pct.), at de kender til EliteSupport. De atleter, der angiver, at de ikke kender til funktionen, er herefter blevet informeret om, at 'EliteSupport giver atleter og trænere mulighed for at indberette uacceptabel adfærd, der kan være i strid med eliteidrættens etiske kodeks. Funktionen er placeret hos Anti Doping Danmark for at sikre uafhængighed af forbund og Team Danmark', som det er formuleret i spørgeskemaet.

Atleternes tryghed ved EliteSupport

Atleterne er derefter blevet spurgt ind til, hvor trygge de er i forhold til, om EliteSupport behandler henvendelser fortroligt og anonymt. Her svarer 44 pct., at de er meget trygge (se figur 15). Desuden svarer 21 pct. '4' på skalaen, der går fra 1-5. Kun ganske få (under 2 pct.) svarer, '1 – Jeg er slet ikke tryk ved det' eller '2'.

Figur 15: Atleternes tryghed ved, at EliteSupport behandler eventuelle henvendelser vedr. alvorlig og grænseoverskridende adfærd i eliteidrætten fortroligt og anonymt (pct.)



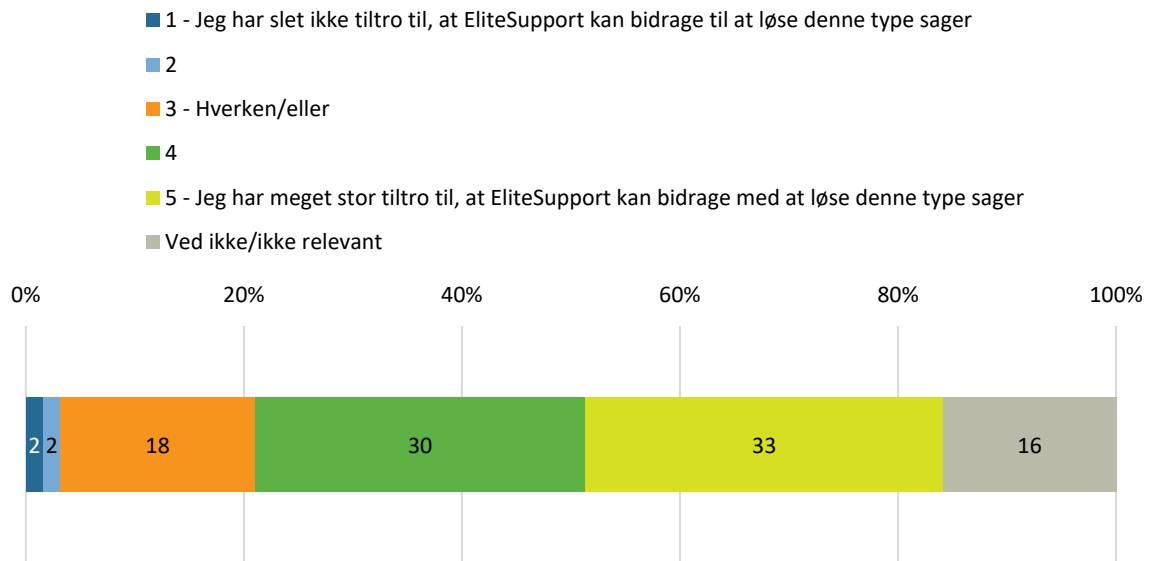
Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Hvor tryk er du ved, at EliteSupport behandler eventuelle henvendelser vedr. alvorlig og grænseoverskridende adfærd i eliteidrætten **fortroligt og anonymt**?' (n=570).

Kan EliteSupport behandle sagerne hensigtsmæssigt?

Endelig er atleterne blevet spurgt om, hvorvidt de tror, at EliteSupport kan bidrage til, at sager vedrørende alvorlig grænseoverskridende adfærd bliver behandlet hensigtsmæssigt, dvs. på en professionel og god måde.

Til det svarer i alt svarer 63 pct. af atleterne '4' eller '5' – Jeg har meget stor tiltro til, at EliteSupport kan bidrage med at løse denne type sager' (se figur 2). Kun 3 pct. svarer '1 – Jeg har slet ikke tiltro til, at EliteSupport kan bidrage til at løse denne type sager' eller '2' på fempunktsskalaen. Det kan ses i figur 16.

Figur 16: Atleternes tiltro til, at EliteSupport kan bidrage til at håndtere og behandle eventuelle sager vedr. alvorlig og grænseoverskridende adfærd i eliteidrætten på en professionel og god måde?’ (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'I hvilken grad har du tiltro til, at EliteSupport kan bidrage til at håndtere og behandle eventuelle sager vedr. alvorlig og grænseoverskridende adfærd i eliteidrætten, på en **professionel og god måde**?' (n=567).

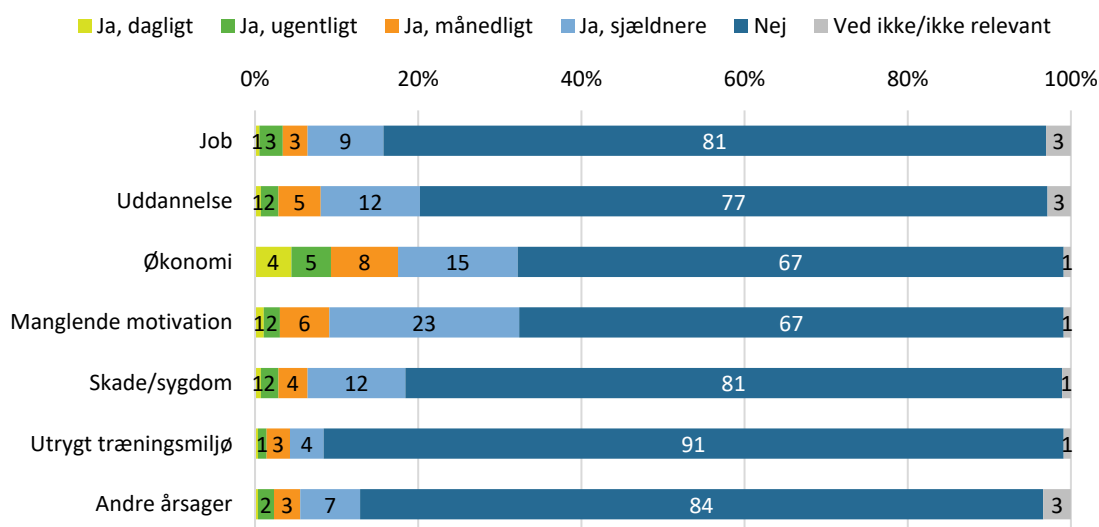
6. Overvejelser om elitekarrierestop

Det øgede fokus på atletes mentale trivsel skal blandt andet være med til at fastholde dem i elitesporten på længere sigt. Derfor er det interessant at få nærmere indsigt i, hvorvidt atleter løbende overvejer at indstille deres elitesportskarriere. Atleternes svar på spørgsmålet om overvejelser vedrørende karrierestop kan også indirekte give indblik i, om atleter trives i deres elitesportskarriere.

Svarerne viser overordnet set, at 57 pct. af atleterne inden for det seneste år har overvejet at stoppe med deres elitesport. Til sammenligning var det 59 pct. i 2023-undersøgelsen og 55 pct. i 2022-undersøgelsen. De 57 pct. dækker over atleter, der enten dagligt, ugentligt, månedligt eller sjældnere har overvejet at indstille deres elitesportskarriere på grund af job, uddannelse, økonomi, manglende motivation, skade eller sygdom, utrygt træningsmiljø eller andre årsager.

Ligesom de tidligere undersøgelser viser, er økonomi og manglende motivation de udfordringer, der giver flest atleter anledning til at overveje at indstille elitesportskarrieren.

Figur 17: Andelen af atleter, der har overvejet at indstille deres elitesportskarriere på grund af udfordringer med... (pct.)



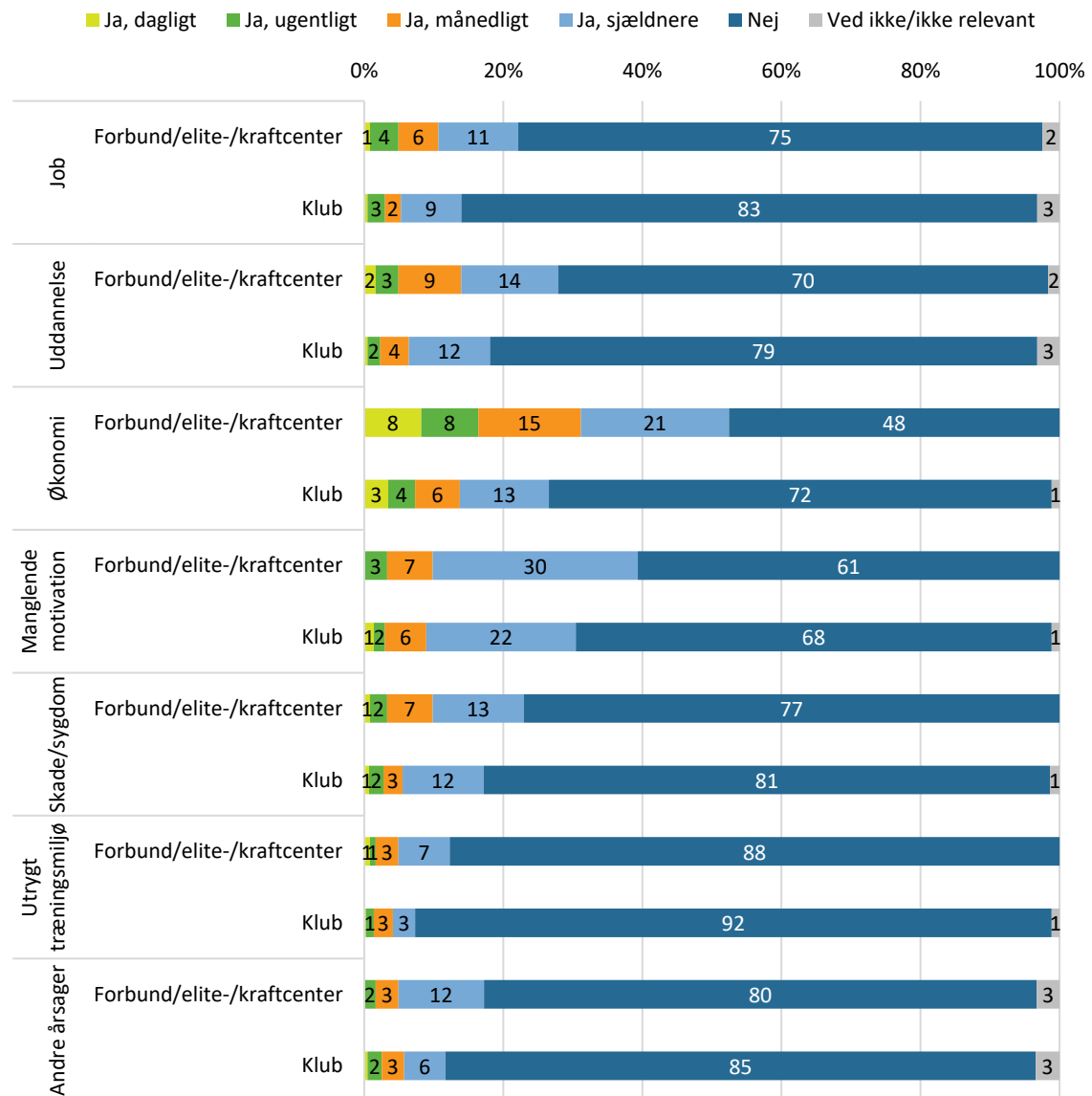
Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Har du inden for det seneste år overvejet at stoppe med at dyrke elitesport på grund af udfordringer med...?' (n=559).

Kun få atleter oplever et utrygt træningsmiljø, der ugentligt (1 pct.), månedligt (3 pct.) eller sjældnere (4 pct.) giver anledning til at stoppe.

Som det fremgår af figur 16, er det i størst udstrækning de atleter, som primært træner i regi af forbund, der har overvejet at stoppe inden for det seneste år. Her angiver hele 73 pct., at de har overvejet at stoppe, mens det til sammenligning er 53 pct. for de atleter, som

primært træner i klub. Det er særligt i forhold til økonomi og uddannelse, hvor atleterne, som træner i regi i af forbund, oplever større udfordringer.

Figur 18: Andelen af atleter, der har overvejet at indstille deres elitesportskarriere på tværs af træningsmiljø (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Har du inden for det seneste år overvejet at stoppe med at dyrke elitesport på grund af udfordringer med...', opdelt på atleter, der har deres primære træningsmiljø i hhv. deres forbund på elitecenter, kraftcenter eller lignende (n=122) og egen klub (n=437).

Bilag 1: Undersøgelsens datagrundlag

Andelen, der har gennemført spørgeskemaet, ligger på 46 pct., hvilket fremgår af nedenstående tabel, mens godt 49 pct. har besvaret mindst ét spørgsmål. Alle deltagerne i trivselsundersøgelsen er sikret anonymitet. Derfor afrapporteres der ikke svar på forbundsniveau eller på andre måder, der kan kompromittere anonymiteten.

Tabel 1: Atletbesvarelser fordelt på støttekategori

	Total	Bruttogruppe	Elite	Verdensklasse
Modtog spørgeskema	1.208	617	455	136
Gennemførte spørgeskema	559	346	165	48
Svarprocent	52	56	36	35

Tabellen viser undersøgelsens datagrundlag. Total og på tværs af støttekategorier.

Tabel 2: Besvarelser fordelt på specialforbund

	Modtog spørgeskema (antal)	Besvarede spørgeskema (antal)	Svarprocent 2024 (pct.)
Badminton Danmark	55	29	53
Bordtennis Danmark	7	3	43
Danmarks Bowling Forbund	21	20	95
Danmarks Brydeforbund	6	2	33
Danmarks Cykle Union	76	37	49
Danmarks Ishockey Union	134	47	35
Danmarks Motor Union	17	9	53
Dans Danmark	24	13	54
Dansk Atletik Forbund	40	13	33
Dansk Automobil Sports Union	37	10	27
Dansk Boldspil-Union	218	75	34
Dansk Curling Forbund	6	4	67
Dansk Forening for Rosport	36	14	39
Dansk Golf Union	66	34	52
Dansk Håndbold Forbund	187	92	49
Dansk Kano og Kajak Forbund	44	31	70
Dansk Orienterings-Forbund	13	3	23
Dansk Ride Forbund	26	9	35
Dansk Sejlunion	53	26	49
Dansk Skytte Union	15	6	40
Dansk Skøjte Union	3	3	100
Dansk Tennis Forbund	7	3	43
PL Paris 2024	2	1	50
Parasport Danmark	50	33	66
SvømDanmark	44	30	68
Triathlon Danmark	21	12	57

Tabellen viser undersøgelsens datagrundlag fordelt på forbund.

På baggrund af de deltagende Team Danmark-atlethers tilhørsforhold til specialforbundene kan man vurdere, om enkelte idrætter er over- eller underrepræsenterede i undersøgelsen.

Generelt er alle specialforbund godt repræsenterede i svarsamplet. Af de store forbund er fodbold- (DBU) og ishockey spillerne de grupper, der stikker mest ud ved at være en smule underrepræsenteret i samplet.

Herudover er der nogen variation i de forskellige forbunds svarprocenter, hvilket i høj grad hænger sammen med, at der er relativt få atleter inden for mange af forbundene, og at der derfor ikke skal meget til, for at tallene varierer meget.

Bilag 2: Øvrige tabeller

Tabel 3: Atleternes generelle tilfredshed – fordelt på støttekategori og forbundstype (gennemsnit på en skala fra 1-5)

	Støttekategori			Forbund		Alle 2024	Alle 2023	Alle 2022	Alle 2021
	Brutto	Elite	Verdens-klasse	Store	Øvrige				
Jeg har været i stand til at håndtere udfordringer, jeg har mødt	4,19	4,20	4,27	4,26	4,16	4,20	4,07	4,15	N/A
Min hverdag har været fyldt med ting, som interesserer mig	4,22	4,23	4,22	4,23	4,22	4,22	4,20	4,18	4,20
Jeg har følt, at jeg var i stand til at træffe vigtige beslutninger i mit liv	4,17	4,14	4,20	4,18	4,15	4,16	4,10	4,13	4,11
Jeg har oplevet mit liv som atlet som meningsfuldt	4,15	4,19	4,14	4,24	4,11	4,16	4,13	4,13	4,12
Jeg har haft lyst til at engagere mig socialt	4,11	4,00	4,04	4,18	4,00	4,07	3,99	4,07	4,07

Tabellen viser atleternes gennemsnitlige trivsel for hver af de fem spørgsmål. Gennemsnittene er beregnet ud fra spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år', hvortil atleterne har kunnet svare '1: meget uenig, 2: uenig, 3: hverken eller, 4: enig, 5: meget enig'. Der har desuden været en svarkategori 'ved ikke/ikke relevant', som ikke er medtaget i gennemsnittet. Total er fordelt på støttekategori og forbund. Bemærk, at spørgsmålet: 'Jeg har været i stand til at håndtere de udfordringer, jeg har mødt' erstatter et tidligere spørgsmål. 'Store' forbund dækker over fodbold, håndbold og ishockey, som adskiller sig fra de øvrige specialforbund på en række områder (medieopmærksomhed, sponsorpotentiale, professionalisering mv.).

Tabel 4: Atleternes tilfredshed med det daglige træningsmiljø – fordelt på støttekategori og forbundstype (gennemsnit på en skala fra 1-5)

	Støttekategori			Forbund		Alle 2024	Alle 2023	Alle 2022	Alle 2021
	Brutto	Elite	Verdens- klasse	Store	Øvrige				
Jeg har følt, at jeg har kunne udvikle mig i mit daglige træningsmiljø	4,25	4,14	4,13	4,24	4,19	4,21	4,14	4,15	4,13
Jeg har følt mig tryk i mit daglige træningsmiljø	4,37	4,33	4,40	4,32	4,39	4,36	4,32	4,35	4,30
Jeg har haft en god relation til de andre atleter, der er en del af mit daglige træningsmiljø	4,37	4,28	4,33	4,43	4,28	4,34	4,34	4,39	4,36
Jeg har følt mig tryk ved at sige min mening i mit daglige træningsmiljø	4,16	4,11	4,25	4,13	4,17	4,15	4,10	4,16	4,08
Jeg har følt mig som en del af fællesskabet i mit daglige træningsmiljø	4,29	4,19	4,17	4,28	4,23	4,25	4,27	4,32	N/A

Tabellen viser atleternes gennemsnitlige tilfredshed for hver af de fem spørgsmål. Gennemsnittene er beregnet ud fra spørgsmål omkring 'træningsmiljø', hvortil atleterne har kunnet svare '1: meget uenig, 2: uenig, 3: hverken eller, 4: enig, 5: meget enig'. Der har desuden været en svarkategori 'ved ikke/ikke relevant', som ikke er medtaget i gennemsnittet. Total og fordelt på støttekategori og forbund. Bemærk, at spørgsmålet 'Jeg har følt mig som en del af fællesskabet i mit daglige træningsmiljø' erstatter et tidligere spørgsmål. 'Store' forbund dækker over fodbold, håndbold og ishockey, som adskiller sig fra de øvrige specialforbund på en række områder (medieopmærksomhed, sponsorpotentiale, professionalisering mv.).

Tabel 5: Atleternes tilfredshed med trænere og ledere – fordelt på støttekategori og forbunds-type (gennemsnit på en skala fra 1-5)

	Støttekategori			Forbund		Alle 2024	Alle 2023	Alle 2022	Alle 2021
	Brutto	Elite	Verdens-klasse	Store	Øvrige				
Jeg har haft et godt forhold til min nærmeste træner	4,19	4,16	4,23	4,00	4,30	4,18	4,19	4,22	4,20
Min nærmeste træner har haft forståelse for, at jeg har et liv uden for sporten	4,05	4,17	4,33	3,95	4,21	4,11	4,14	4,17	4,14
Min træner har involveret sig i min sportslige udvikling	4,30	4,22	4,30	4,10	4,39	4,28	4,23	4,29	4,20
Den sportslige ledelse har skabt et trygt træningsmiljø	4,01	3,98	4,00	3,98	4,01	4,00	3,95	4,00	4,12
Den sportslige ledelse tager hånd om uhen-sigtsmæssig adfærd i gruppen, hvis det opstår	3,94	3,80	3,65	3,93	3,84	3,88	3,79	3,81	3,75

Tabellen viser atleternes gennemsnitlige tilfredshed for hver af de fem spørgsmål. Gennemsnittene er beregnet ud fra spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år', hvortil atletterne har kunnet svare '1: meget uenig, 2: uenig, 3: hverken eller, 4: enig, 5: meget enig'. Der har desuden været en svarkategori 'ved ikke/ikke relevant', som ikke er medtaget i gennemsnittet. Total og fordelt på støttekategori og forbund. 'Store' forbund dækker over fodbold, håndbold og ishockey, som adskiller sig fra de øvrige specialforbund på en række områder (medieopmærksomhed, sponsorpotentiale, professionalisering mv.).

Tabel 6: Atleternes tilfredshed med hverdagslivet – fordelt på støttekategori og forbund (gennemsnit på en skala fra 1-5)

	Støttekategori			Forbund		Alle 2024	Alle 2023	Alle 2022	Alle 2021
	Brutto	Elite	Verdensklasse	Store	Øvrige				
Jeg har mødt støtte til mit liv som eliteatlet fra mine nære relationer	4,57	4,65	4,63	4,59	4,60	4,60	4,56	4,61	4,65
Jeg har følt, at min hverdag (sport, uddannelse, socialt liv, osv.) hænger sammen	3,73	3,82	3,73	3,89	3,67	3,76	3,82	3,81	3,72
Jeg er afklaret med, hvad mine nære relationer forventer af mig	4,17	4,18	4,43	4,20	4,19	4,19	4,18	4,17	N/A
Jeg er afklaret med de til- og fravalg, min elitesportskarriere kræver	4,41	4,49	4,5	4,45	4,43	4,44	4,39	4,41	4,34
Jeg oplever, at der har været plads til at restituere og lade op	3,73	3,85	3,56	3,73	3,76	3,75	3,73	3,69	3,62

Tabellen viser atleternes gennemsnitlige tilfredshed for hver af de fem spørgsmål. Gennemsnittene er beregnet ud fra spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år', hvortil atletterne har kunnet svare '1: meget uenig, 2: uenig, 3: hverken eller, 4: enig, 5: meget enig'. Der har desuden været en svarkategori 'ved ikke/ikke relevant', som ikke er medtaget i gennemsnittet. Total og fordelt på støttekategori og forbund. Bemærk, at spørgsmålet: 'Jeg er afklaret med, hvad mine nære relationer forventer af mig' erstatter et andet spørgsmål fra 2021-undersøgelsen. 'Store' forbund dækker over fodbold, håndbold og ishockey, som adskiller sig fra de øvrige specialforbund på en række områder (medieopmærksomhed, sponsorpotentiale, professionalisering mv.).

