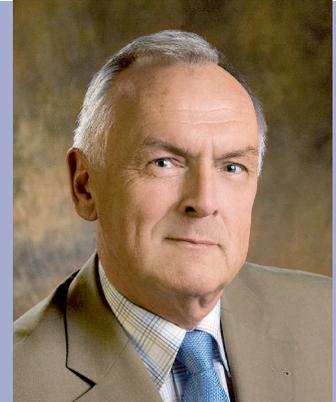


KONTRA



Prof. Dr. Dr. Werner Wiater

Späterer Schulbeginn

Offenbar macht die Schule, wenn nicht alles, so doch wohl sehr vieles falsch, folgt man der öffentlichen Meinung. Seit Jahren werfen auch Mediziner ihr vor, die Kinder und Jugendlichen krank zu machen. Googelt man unter dem Schlagwort „Schule macht krank“, erhält man in weniger als einer Sekunde 5750000 Ergebnisse! Vom Turbo-Abitur des G8 über Stress und Auslese, Noten und Lehrer, bis zur mangelnden Bewegung und dem Schulesen. Jetzt noch die Übermüdung durch den frühen Schulbeginn, die Kinder und Jugendliche daran hindert, in der Schule ihre volle Leistungsfähigkeit zu entfalten! Es fehle an der optimalen Aufnahmefähigkeit bei ihnen. Übrigens eine Klage, die viele Lehrerinnen und Lehrer sofort übernehmen würden, allerdings eher von der optimalen Aufnahmebereitschaft sprechen würden.

„Schlaf“ ist ein Thema der Schule seit langem. „Wenn alles schläft und einer spricht, so nennt man dieses Unterricht“ oder „Schulschlaf ist der beste Schlaf“ sind Sprüche, die seit Generationen in Schülerzeitungen zu lesen sind. Doch es gibt sie auch, die „ausgeschlafenen Schüler und Schülerinnen“, die „hell wach“ im Unterricht von der ersten Stunde an dabei sind.

Diese Beobachtung der Lehrer/Lehrerinnen bestätigt die interindividuellen Unterschiede beim Schlaf-Wach-Rhythmus (Frühtypen/Spättypen).

An welchem dieser Typen soll sich die Schule aber orientieren? Und ist es nicht höchst fraglich, ob jeder Schüler, der in der ersten Stunde gähnt und an seinem Arbeitsplatz „herumhängt“, ein Spättyp ist, für dessen Verhalten der zirkadiane Rhythmus ursächlich ist. Seit langem ist als eine Ursache für Konzentrationschwierigkeiten und Lernunlust bei Kindern und Jugendlichen deren extensives

Extensives
Freizeitverhalten oder
chronobiologisch
enttaktet?

Freizeitverhalten und dabei insbesondere die Nutzung digitaler Medien bis in die Nacht hinaus erforscht worden.

Wer erfolgreich lernen will, braucht Schlaf nicht nur, um sich zu erholen, sondern auch – wie Neurowissenschaftler nachgewiesen haben – um in den einzelnen Schlafphasen das am Tag Gelernte und Erfahrene im Gedächtnis abzuspeichern. Da Chatten, Mailen, Spielen, Twittern, Facebook-Kommunikation und permanente Handy-Präsenz verstärkt abends und in der Nacht erfolgen, kann man annehmen, dass Schüler dadurch größere Schulprobleme bekommen, als sie von einer Verschiebung des morgendlichen Schulbeginns um eine Stunde profitieren würden. Schüler sehen das übrigens locker.

Schlaf 2013; 2: 163–164



© Yanlev/fotolia.com

In der Pubertät verschieben sich Schlafrythmus und Freizeitverhalten – muss die Schule darauf Rücksicht nehmen?

Eine Kurzumfrage zum späteren Schulbeginn brachte prompt Antworten wie: „Prima, dann kann ich später zu Bett gehen, Ausschlafen kann ich mich ja dann immer noch in der Schule.“ Und was viele Lehrkräfte auch beobachten: Die Zahl der Kinder und Jugendlichen, die, ohne am Morgen irgendetwas gegessen und getrunken zu haben, in die Schule kommen, steigt und steigt. Deren Lernschwierigkeiten haben auch andere Ursachen als Schlafmangel! Viele Grundschullehrkräfte frühstücken zuerst einmal mit den Kindern, bevor sie mit dem eigentlichen Unterricht beginnen.

Überhaupt stellt sich beim Thema Schlafrythmus die Frage, ob eine Schule organisierbar ist, die in dieser Hinsicht der Individualität des einzelnen Schülers/der einzelnen Schülerin entgegenkommt. Das Individuelle darf in der Schule auch nicht überbetont werden. Die Schule ist kein Freizeitverein, wo man hin geht, wenn man ausgeschlafen hat. Sie ist ein Ort des bildenden Lernens und der personal-sozialen Erziehung von Kindern und Jugendlichen. Sie konfrontiert diese mit bestimmten Verpflichtungen und Verhaltenserwartungen, die nicht selten auch mit den Interessen und Wünschen der Betroffenen nicht übereinstimmen. Sie fordert Kinder und Jugendliche heraus zu Lernanstren-

gungen, zu Zuverlässigkeit und Pünktlichkeit, zu Ausdauer, Pflichtgefühl und Selbstverantwortung, zu Empathie und rücksichtsvollem Verhalten, zur Entfaltung ihrer Individualität im Kontext mit anderen und deren Individualität, was in der Praxis den persönlichen Belangen des Einzelnen Grenzen setzt.

Kinder und Jugendliche müssen auch lernen, sich etwas abzuverlangen. Und wenn die Schulorganisation einen früheren Schulbeginn nötig macht, als es dem eigenen Schlaf-Wach-Rhythmus entspricht, dann sollten die äußeren Umstände fünfmal in der 7-Tage-Woche und 35-mal in den 52-Jahreswochen nicht zu viel sein. Wenn der äußere Zeitgeber hier Beachtung verlangt, scheint das gerechtfertigt, vor allem wenn man mitbedenkt, dass viele Schülerinnen und Schüler auch sonst nicht immer ihrem inneren Zeitgeber Beachtung schenken!

Und außerdem ist die Schule eine gesellschaftliche Einrichtung, erfüllt für die Gesellschaft bestimmte Funktionen und übernimmt von ihr Aufgaben. Ändert sich die Gesellschaft, dann muss die Schule darauf reagieren. Das gilt allgemein, bekommt aber bei der Frage des frühen Schulbeginns eine besondere Bedeutung. Denn berufstätige Mütter und Väter erwarten heute von der Schule, dass sie ihre Kinder nicht erst um ca. 8.00 Uhr zum Schulbeginn aufnimmt und betreut, sondern schon früher und teilweise sehr viel früher, weil sie an-

sonsten nicht pünktlich an ihrer Arbeitsstelle sein können. Viele Schulen öffnen deshalb bereits um 7.00 Uhr (mancherorts noch früher) und übernehmen die Kinder, bieten Frühstück an und beschäftigen sie mit Spielen und didaktischen Materialien zur Auswahl.

Würde die Schule dem Argument der Schlaf Forscher folgen und erst um 9.00 Uhr öffnen, kämen viele Eltern in große Probleme. Sie müssten ihre Anstellungsverhältnisse überdenken. Der wirtschaftliche und gesellschaftliche Schaden wäre wahrscheinlich größer als der individuelle Gewinn auf Seiten der Kinder.

Die Schule ist kein Freizeitverein, wo man hin geht, wenn man ausgeschlafen hat.

Korrespondenzadresse

Prof. Dr. Dr. Werner Wiater

Lehrstuhl für Schulpädagogik, Universität Augsburg
 Universitätsstr. 10
 86159 Augsburg
 E-Mail: werner.wiater@phil.uni-augsburg.de