Pressemitteilung

Wache Schüler

Es ist der Rhythmus bei dem man mit muss

Der Zeitforscher Prof. Karlheinz Geißler begrüßt die Initiative aus Baden-Württemberg, die Schule eine Stunde später beginnen zu lassen

„Zeit zu verlieren und nicht zu gewinnen“, das hielt ROUSSEAU für die größte, die wichtigste und die nützlichste Regel der Erziehung. Für jene, die sich tagein, tagaus ihre Erfolgserlebnisse dadurch verschaffen, dass sie immerzu fleißig Zeit sparen, schneller als ihre Mitmenschen sind und heute mehr als gestern in der gleichen Zeit erledigen, für diese allseitigen Zeitmaximierer ist die Erkenntnis von ROUSSEAU eine heftige Provokation. Sie sind es auch, die sich von dem jüngst zur Diskussion gestellten Vorschlag aus Baden-Württemberg, die Schule eine Stunde später, um 9 Uhr nämlich, anfangen zu lassen, irritiert zeigen. Sollen die „Schlafmützen“ jetzt etwa auch noch belohnt werden? Unterstützt man damit nicht die „Spätbettgeher“ und die „Nachteulen“? Können wir uns solchen Luxus eigentlich leisten? Die Antwort: Und ob, wir müssen ihn uns leisten. Warum? Ganz einfach, weil durch den späteren Schulbeginn mehr gelernt, mehr geleistet und besser unterrichtet werden kann.

Biologen, Mediziner und Zeitwissenschaftler sind sich nämlich einig, dass das menschliche Leben von einer Art „innerer Uhr“ beeinflusst wird. Dies bestimmt, neben anderem auch die Leistungsfähigkeit. Das Leben und auch die Lernfähigkeiten sind nämlich rhythmisch organisiert. Die biologischen Abläufe im menschlichen Körper besitzen eine Regelmäßigkeit, die nur in relativ engen Grenzen beeinflussbar ist. Man muss, ob man will oder nicht, mit den inneren Rhythmen leben. Wer gegen sie lebt, geht hohe Gesundheitsrisiken ein und gefährdet Leib und Leben. Weicht man von diesen biologischen Existenzbedingungen ab, so ist das nur mit einem erhöhten Energieeinsatz und mit zusätzlichem Kraftaufwand möglich.

So gesehen ist es schonender, ökonomischer und sinnvoller mit und nicht gegen die biologischen Körperrhythmen zu leben, zu arbeiten und auch zu lernen.

In den letzten Jahren hat die Forschung bei der Entdeckung, und der Analyse dieser biologischen Rhythmen große Fortschritte gemacht. Die Lernfähigkeit, das weiß man inzwischen, ist tagesrhythmisch ungleichmäßig verteilt. Sie unterscheidet sich nach aller Wahrscheinlichkeit auch jahresrhythmisch. So wie alles seine richtige Zeit hat, übrigens eine Erkenntnis, die man bereits in der Bibel nachlesen kann, hat auch das Lernen seine günstigen und seine ungünstigen Zeiten. Zeitforscher haben dabei täglich, was die Lernfähigkeit betrifft, zwei Leistungshöhepunkte identifiziert: einen ab 9 Uhr morgens und einen zweiten ab 16 Uhr am Nachmittag. Beide dauern jeweils ca. zwei bis drei Stunden. Der nachmittägliche Leistungsgipfel ist eher fürs Langzeitgedächtnis geeignet, der vormittägliche mehr fürs Kurzzeitgedächtnis. Wer also in der Schule mehr Lernleistung will und diese zu verbessern bestrebt ist, muss konsequenterweise auf diese Zeitmuster der Schüler und der Lehrer Rücksicht nehmen, besser noch, sich an ihnen orientieren. All jene also, die das Aufwands-Ertragsverhältnis beim Lernen zeitlich optimieren möchten, müssten den Vorschlag aus Württemberg, die Schule um 9 Uhr beginnen zu lassen, demnach lauthals begrüßen. Er hat mehrere Vorteile: Er ist ökonomischer, für Schüler ist er gesünder, für Lehrer stressfreier und für die Gesellschaft nützlicher.

Die Initiative aus dem Südwesten der Republik verdient auch noch aus einem anderen Grund Zustimmung. Sie stellt der bisher vorherrschenden Sachzwanglogik bei der Unterricht- und Lernorganisation endlich die Logik des Menschlichen, also die der Lernenden entgegen.

Zu begrüßen und zu empfehlen wäre darüber hinaus die Übertragung dieser Initiative auch auf weitere zeitliche Aspekte der Lehr-/Lernorganisation. So könnten beispielsweise die schematisch-einfältige Pausenregelung, die aus der Inhaltsperspektive ineffektive Stundenplan-einteilung und andere zeitorganisatorische Antiquitäten der Schule endlich der Modernisierung und Renovierung offen stehen. Spät, aber nicht zu spät ließe sich so auch der Anschluss an die Flexibilisierungserfordernisse einer Arbeitsumwelt finden, die inzwischen völlig anders mit Zeit umgeht, als dies während der Dominanz industrietypischer Produktionsverhältnisse üblich und notwendig war.

In der heutigen nachindustriellen Gesellschaft ist es erforderlich, elastisch auf Situationen zu reagieren. Die umfangreiche Einführung flexibler Arbeitszeiten, wie Gleitzeit, Zeitkonten und anderen zeitlichen Neuerungen, verlangt, dass auch die Schule, die ja u.a. auf die Arbeitswelt vorzubereiten hat, in ihrer Lernorganisation zeitlich flexibler wird. Es wäre beispielsweise sinnvoll, und bei ein wenig pädagogischer Phantasie auch durchaus machbar, zwischen 8 und 9 Uhr einen Gleitzeitkorridor des Lernens anzubieten, den Unterricht dann aber erst ab 9 Uhr verpflichtend zu machen. Wer die Schuladministration kennt, weiß, dass das nur mit einer gehörigen Portion Mut auf den Weg zu bringen ist. Denn dort gilt es lieb gewordene Verkrustungen und organisatorischen „Zwangsjacken“, die häufig fälschlich als „Selbstverständlichkeiten“ verstanden werden, aufzubrechen. Diesen Mut sollten wir uns schon allein deshalb leisten, weil er sich fürs Lernen und für die Entwicklung der Kinder auszahlt. Eine auf Flexibilität hin orientierte Neuorganisation der Unterrichts- und Lernzeiten steht daher dringend an!

Auch in ökologischer Hinsicht sorgt der württembergische Vorschlag für willkommene Frischluft. Die Einsicht, dass Lehrende und Lernende nicht nur Opfer und Täter bürokratischer Rationalität sein müssen, sondern auch Teil der Natur und deren Notwendigkeiten und Freiheiten sind, vermag den Bildungserfolg entscheidend zu verbessern. Dann auch wären die Lehrer von der täglich wiederkehrenden Zumutung entlastet, mit vielfach ungeeigneten Mitteln meist vergeblich gegen die frühmorgendliche Müdigkeit von Schülern und Schülerinnen anzukämpfen. Beide, Schüler und Lehrer könnten viel Kraft sparen, um diese dann stärker aufs Lernen hin auszurichten.

Der um eine Stunde spätere Schulbeginn würde die Schüler zum Lernen einladen und sie nicht, wie heute, als Unausgeschlafene und Unmotivierte dazu zwingen. Nur so kann man sie mit guten Gründen dazu verpflichten, ihre Lernpotenziale in den für die Bildungsprozesse günstigen Zeiten auch zu nutzen. Schüler, die sich akzeptiert fühlen, akzeptieren auch Lernanforderungen, die man an sie stellt. Dann endlich kann Bildung geschehen und weniger Kampf und Krampf.

Zu befürchten ist jedoch, dass sich die Vertreter der zeitökonomischen Organisationsoptimierung aus Verbänden und Ministerien zu einer Koalition der Immer-Weitermacher zusammenschließen, um dem sinnvollen und vernünftigen Vorschlag des späteren Schulbeginns ihr gewohntes „Geht nicht!“ entgegenzustellen. Wer aber ein Interesse daran hat, dass die jungen Menschen wacher aus der Schule heraus- als hineinkommen sollte sich bewusst machen, dass dies nur realisierbar ist, wenn diese auch wach sind.

Verfasser: Prof. Dr. Karlheinz A. Geißler. Universität der Bundeswehr München. Mitglied des Vorstandes der Deutschen Gesellschaft für Zeitpolitik