

Schulglocke soll um acht Uhr läuten

Forschungszentrum Demografischer Wandel der Frankfurt UAS untersucht die Meinung Jugendlicher zu einem späteren Schulbeginn

Mitteilung: Frankfurt University of Applied Science

Eine Mehrheit der Jugendlichen spricht sich für einen Schulbeginn um 8 Uhr aus. Zu diesem Ergebnis kommt eine Analyse des Forschungszentrums Demografischer Wandel (FZDW) der Frankfurt University of Applied Sciences (Frankfurt UAS). Die Wissenschaftler/-innen werteten hierfür Daten aus, die sie im Rahmen ihrer Längsschnittstudie „Gesundheitsverhalten und Unfallgeschehen im Schulalter“ (GUS) erhoben haben. In der GUS-Studie, die von der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) gefördert wird, wurden im Schuljahr 2018/19 rund 7.700 Schüler/-innen der 9. Jahrgangsstufe an 116 weiterführenden Regelschulen befragt, welche Unterrichtszeit sie an einem Schultag mit sechs bzw. acht Unterrichtsstunden bevorzugen würden.

Die Auswertung der Studie zeigt, dass 52 Prozent der Schüler/-innen eine Unterrichtszeit von 8 bis 13 Uhr favorisieren, wenn der Schultag sechs Schulstunden vorsieht. Mehr als ein Drittel (37 Prozent) spricht sich für einen Schultag aus, der um 9 Uhr beginnt und dafür erst um 14 Uhr endet. Fünf Prozent würden gerne noch später, nämlich erst um 10 Uhr, mit dem Unterricht anfangen und dafür eine Unterrichtszeit bis 15 Uhr in Kauf nehmen. Noch deutlicher fällt das Stimmungsbild aus, wenn die Schüler/-innen nach der bevorzugten Unterrichtszeit an einem Schultag mit acht Schulstunden gefragt werden: 69 Prozent wählten hier die Option „von 8 bis 15 Uhr“, rund 22 Prozent sprachen sich für das Zeitfenster von 9 bis 16 Uhr aus und vier Prozent wünschen sich eine Unterrichtszeit von 10 bis 17 Uhr.

„Dieses Stimmungsbild zeugt davon, dass die Schülerinnen und Schüler der Freizeit am Nachmittag offenbar einen sehr hohen Stellenwert zuschreiben“, interpretiert Prof. Dr. Andreas Klocke, Direktor des FZDW und Studienleiter, die vorliegenden Ergebnisse. Dies sei vor allem deshalb interessant, „weil diese Präferenzen offenbar nicht mit dem Schlafrhythmus der meisten Jugendlichen übereinstimmen“, so Klocke. Denn zugleich bezeichnet sich eine klare Mehrheit der befragten Jugendlichen (59 Prozent) als „Spätaufsteher/-innen“, während sich nur 27 Prozent zu den „Frühaufsteherinnen/-stehern“ zählen.

Tatsächlich unterscheidet sich das Stimmungsbild zum bevorzugten Unterrichtsbeginn zwischen beiden Gruppen klar: Unter den Spätaufsteherinnen und Spätaufstehern plädiert sogar eine knappe Mehrheit von 51 Prozent für eine Unterrichtszeit von 9 bis 14 Uhr oder von 10 bis 15 Uhr, während 45 Prozent am Schulstart um 8 Uhr festhalten möchten. Die Frühaufste-

her/-innen sprechen sich dagegen eindeutig (zu 66 Prozent) für das Zeitfenster von 8 bis 13 Uhr aus. Für den Schultag mit Nachmittagsunterricht zeigen sich diese Unterschiede analog, jedoch spricht sich hier selbst unter den Spätaufsteherinnen und Spätaufsteher eine deutliche Mehrheit von 65 Prozent für eine Unterrichtszeit von 8 bis 15 Uhr aus. Unter den Frühaufsteherinnen und Frühaufsteher sind es sogar 76 Prozent. Keine Unterschiede in der favorisierten Unterrichtszeit zeigen sich hingegen nach der Schulform, dem Geschlecht oder nach der Dauer des Schulwegs.

Interessant sei jedoch ein näherer Blick auf die beiden Gruppen der Früh- und Spätaufsteher/-innen, berichtet Dr. Sven Stadtmüller, wissenschaftlicher Mitarbeiter am FZDW: „Die Spätaufsteherinnen und Spätaufsteher berichten deutlich häufiger von körperlichen und mentalen Gesundheitsproblemen.“ So leiden sie häufiger unter Kopfschmerzen, können sich schlechter konzentrieren und sind häufiger gereizt als jene Jugendliche, die sich zu den Frühaufstehenden zählen. „Dies könnte ein Indiz dafür sein, dass es für Jugendliche auf Dauer belastend ist, wenn ihr Tagesablauf nicht ihrem präferierten Schlafrhythmus entspricht.“

PM v. 13.08.2019
Friederike Mannig
Pressestelle
Frankfurt University of Applied Sciences
Quelle:
www.frankfurt-university.de
www.idw-online.de