

Der „frühe“ Schulstart ist für viele Kinder aber vor allem für Jugendliche eine Qual. Viele Schülerinnen und Schüler wandeln mit einem chronischen Schlafdefizit umher. Vor allem während der Pubertät verschiebt sich - ganz unabhängig von Unterhaltungselektronik oder Freizeitgestaltung - die biologische Rhythmuskurve hin zu späterer Müdigkeit und späteren Aufstehzeiten. Zum einen bekommen die Schülerinnen und Schüler nicht genug Schlaf (ihre innere Uhr lässt sie einfach nicht früh genug einschlafen) und zum anderen können sie sich in den ersten Unterrichtsstunden nicht ausreichend konzentrieren. Der Zusammenhang zwischen nachhaltiger Lernleistung und ausreichendem Schlaf bezweifelt somit wohl niemand.

Mehrere internationale Studien zeigten, dass schon eine Verschiebung des Schulbeginns um eine halbe Stunde zu weniger Verspätungen, deutlichen Leistungsverbesserungen und zu einer geringeren Krankheitsanfälligkeit führt.

Eine logische Konsequenz wäre, den Schulbeginn zu verschieben. Womöglich gibt es aber auch noch andere geeignete Massnahmen, die den erwähnten Problemen entgegenkommen, deshalb bitten die Anzugstellenden die Regierung, zu prüfen und zu berichten:

1. Wie die wissenschaftlichen Kenntnisse und die Erfahrungen aus der Praxis in die Planung eines angepassten Schulstarts einfließen können?
2. Wie den Bedürfnissen und dem Wunsch der Kinder und Jugendlichen nach einem späteren Schulstart Rechnung getragen werden kann?

Franziska Reinhard, Daniel Goepfert, Stephan Luethi-Brüderlin, Brigitte Heilbronner, Lukas Engelberger, Dominique König-Lüdin, Brigitta Gerber, Martin Lüchinger, Christine Keller, Martina Bernasconi, Helen Schai-Zigerlig, Sabine Suter, Atilla Toptas, Loretta Müller, Mustafa Atici