

**Zeitschrift:** Schweizer Schule  
**Herausgeber:** Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz  
**Band:** 67 (1980)  
**Heft:** 10: Leistungsdruck und Notennöte

**Artikel:** Sind Schüler Schwerarbeiter?  
**Autor:** Weber, Alfons  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-530966>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 27.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Sind Schüler Schwerarbeiter?

Alfons Weber

Wer von Arbeit spricht, meint Leistung, wer von Schwerarbeit spricht, meint Leistung an der obersten Grenze. Angesprochen ist also die Leistungsfähigkeit der Schulkinder, und zwar die geistige Leistungsfähigkeit. Wie gross ist sie und von welchen Faktoren ist sie abhängig?

Die wichtigsten Faktoren, welche die Leistungsfähigkeit bestimmen, sind folgende:

1. Körperliche Verfassung
2. Seelische Verfassung
3. Alter
4. Tageszeit
5. Jahreszeit.

### 1. Körperliche Verfassung

Dass körperliche Gesundheit eine Voraussetzung für eine gute geistige Leistungsfähigkeit ist, ist eigentlich selbstverständlich und braucht nicht näher belegt zu werden. Ein Kind, das unter einer chronischen Blutarmut oder unter einem chronischen Infekt leidet, ist nicht leistungsfähig.

### 2. Seelische Verfassung

Dass ein Kind dann am leistungsfähigsten ist, wenn es sich in einem seelisch ausgeglichenen Zustand befindet, ist ebenfalls eine Selbstverständlichkeit. Es gehört aber zur Natur des Menschen, dass er ständig wieder aus diesem Gleichgewicht herausgeworfen wird. Dauernd muss der Mensch sich mit der Umwelt auseinandersetzen und dauernd entstehen dabei Konflikte. Der gesunde Mensch ist nicht derjenige, der keine Konflikte hat (ein solches Wesen wäre kein Mensch, sondern ein Roboter), sondern derjenige, der mit seinen Konflikten einigermaßen zurechtkommt. Wird ein Kind aber mit einem Konflikt nicht fertig, dann ist davon seine geistige Leistungsfähigkeit betroffen. Beispiel: Ein Kind, dessen Eltern sich haben scheiden lassen, wird dauernd diesem Problem nachstudieren und den Kopf nicht bei der Sache haben.

Seelische Konflikte können jedoch nicht nur

durch störende äussere Umstände entstehen, sondern durch die Entwicklung selbst. Die während der Schulzeit einschneidendste konfliktträchtige Phase ist die Pubertät. Die seelischen und körperlichen Vorgänge, die sich während der Pubertät abspielen, bringen manche Kinder durcheinander und führen oft zu schweren Leistungseinbussen. Das ist zwar von aussen her gesehen störend, von der Entwicklung des Jugendlichen her gesehen jedoch nicht. Ich würde sogar sagen, dass ein Jugendlicher, der keine derartige Pubertätskrise durchgemacht hat, etwas verpasst hat und weniger reif ist.

### 3. Alter

Grundsatz: Die Leistungsfähigkeit jüngerer Kinder ist geringer als diejenige älterer Kinder. Insbesondere sind jüngere Kinder noch nicht in der Lage, durch den Willen zur Leistung bestimmte Einsatzreserven zu mobilisieren, wie es älteren Schülern und Erwachsenen ohne weiteres möglich ist.

Daraus ergibt sich als ärztliche Grundforderung, die Schulbeanspruchung dem jeweiligen Alter anzupassen. Das ist eine Forderung, die heute in vielen Schulen verwirklicht ist.

Auch die Dauer der Konzentrationsfähigkeit ist abhängig vom Alter. Sie ist um so kürzer, je jünger das Kind ist. Im allgemeinen wird die Konzentrationsfähigkeit überschätzt. Sie beträgt durchschnittlich bei Kindern

- zwischen 5 und 7 Jahren etwa 15 Min.;
- zwischen 7 und 10 Jahren etwa 20 Min.;
- zwischen 10 und 12 Jahren etwa 25 Min.;
- zwischen 12 und 15 Jahren etwa 30 Min.

Das Nachlassen der Konzentrationsfähigkeit macht sich gegen Ende der Stunde oft durch ein Ansteigen der Unruhe bemerkbar. Aus diesen Feststellungen würde sich für die Länge der Unterrichtsstunden für die beiden ersten Schuljahre die Forderung nach einer Verkürzung auf etwa 30 Minuten ergeben. Das lässt sich aus organistorischen

Gründen jedoch kaum durchführen. Um trotzdem eine erhöhte Belastung zu vermeiden, sollte während der letzten 15 Minuten einer jeden Stunde eine Kompensation durch Wechsel der Unterrichtstätigkeit im Sinne einer aktiven Erholung versucht werden.

Eine weitere Forderung: Im Hinblick auf die Stundenfolge muss ein sinnvoller Wechsel zwischen geistiger und körperlicher Tätigkeit gegeben sein, um eine ökonomische Einteilung der Kräfte des Schülers zu gewährleisten. Mehrere Unterrichtsstunden mit erhöhter geistiger Anspannung hintereinander sind wenig effektiv. Von den Unterrichtsfächern, die hohe Anforderungen an Denkvermögen und Konzentrationsfähigkeit stellen, sollte die Mehrzahl der Stunden in der Zeit des Leistungsmaximums liegen. Damit kommen wir zum nächsten Punkt:

#### 4. Tageszeit

Fast alle Funktionsabläufe des Organismus sind periodischen Veränderungen im Tag-Nacht-Rhythmus unterworfen. Tageszeitliche Veränderungen lassen sich z. B. am Verhalten der Pulsfrequenz, der Körpertemperatur, der Atmung und des Blutdruckes feststellen. Diesen tageszeitlichen Veränderungen der körperlichen Funktionen gehen gleichsinnige Schwankungen der geistigen Leistungsbereitschaft parallel.

Diese unterschiedliche Leistungsfähigkeit im Tagesrhythmus sollte bei der Stundenplanung beachtet werden. Leistungsintensive Fächer, die hohe Aufmerksamkeit, Konzentration und Lernanstrengung erfordern, sollten möglichst in den Gipfel der Tagesleistungskurve gelegt werden. In der Mittagspause muss dem Kind neben ausreichender Zeit zur Einnahme des Mittagessens auch genügend Zeit für Ruhe oder für Tätigkeiten nach eigenem Ermessen zur Verfügung stehen. Während des Nachmittagsunterrichts ist im allgemeinen ein beträchtlicher Rückgang der Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit festzustellen, weil das Leistungsmaximum erst gegen 16 Uhr wieder erreicht wird. Vor allem bringt ein bereits um 14 Uhr beginnender Unterricht, der in das Leistungstief fällt, schlechte Ergebnisse.

#### 5. Jahreszeit

Das biologische Jahr wird durch die Monate Februar und August in zwei Hälften geteilt. Vom Februar bis zum August verbessert sich die Arbeitsbereitschaft, vom August bis zum Februar dagegen ist der Organismus auf Erholungsprozesse eingestellt, d. h. die Leistungsfähigkeit ist geringer. Im Herbst und im Winter sind vom Schüler also eher geringere Leistungen zu erwarten als im Frühjahr und im Sommer.

In diesem Zusammenhang soll auch noch etwas zu den *Ferien* gesagt werden. Diese haben nur einen Erholungswert, wenn sie drei Wochen andauern. Die nach 3- bis 4wöchigen Ferien eintretende Leistungsstabilisierung hält etwa ein halbes Jahr an. Daraus ergibt sich, dass im Verlaufe des Schuljahres zweimal Ferien von 4 Wochen Dauer gegeben werden sollten. Dabei ist zu beachten, dass nach den Ferien eine Rückgewöhnungszeit von ungefähr 1 Woche benötigt wird.

Kurzferien sind demgegenüber ungünstig, das heisst ein voller Erholungswert kommt ihnen nicht zu.

Schliesslich noch etwas zur *Pausenordnung*. Hier gilt: Je jünger das Kind ist, um so länger ist im allgemeinen die erforderliche Erholungszeit. Die Pausen zwischen den Unterrichtsstunden sind erst dann wirkungsvoll, wenn sie so lang sind, dass es nicht nur zu einer Erneuerung der verbrauchten Kräfte kommt, sondern auch zu einer Festigung der funktionellen Tätigkeit des zentralen und vegetativen Nervensystems. Pausen von nur 5 Minuten Dauer erfüllen diese Voraussetzungen nicht und sind daher abzulehnen. Im Verlauf der nächsten Unterrichtsstunde macht sich danach eine Verringerung der Konzentrationsfähigkeit bemerkbar. Pausen sollten durchschnittlich 15 Minuten dauern.

Es stellt sich nun die Frage, ob in unserem Schulbetrieb auf die Leistungsfähigkeit der Kinder genügend Rücksicht genommen wird. Zur Beantwortung dieser Frage bieten sich folgende Wege an: >

1. Grundsätzliche Überlegungen,
2. Erfahrungen von Lehrern, Eltern und Ärzten,

### 3. wissenschaftliche Untersuchung des Problems.

#### 1. Grundsätzliche Überlegungen

Diese Überlegungen nehmen den Ausgangspunkt von den physiologischen Grundlagen, wie sie oben dargestellt wurden. Es ist leicht zu ersehen, dass folgende Faktoren im heutigen Schulbetrieb zu wenig berücksichtigt werden:

- Tagesrhythmus
- Ferienordnung
- Gesamtarbeitszeit auf der Oberstufe.

Was den letzten Punkt anbetrifft, besteht kein Zweifel, dass 8 Stunden Arbeit pro Tag, z. B. 6 Stunden Schule und 2 Stunden Aufgaben, für das Durchschnittskind die oberste Leistungsgrenze darstellen. Arbeit über diese Zeit hinaus hat keinen oder dann einen negativen Effekt.

#### 2. Erfahrungen von Lehrern, Eltern und Ärzten

Alle drei Kategorien der genannten Leute können positive und negative Erfahrungen anbringen, d. h.: allen sind sowohl Kinder bekannt, die ohne Schwierigkeiten und ohne Leistungsüberforderung durch die Schule gekommen sind, und andererseits Kinder, die eben überfordert waren. Das sind aber Einzelfälle, und daraus lassen sich keine allgemeinen Schlussfolgerungen ziehen. Vor allem aufpassen in dieser Beziehung müssen die Ärzte, weil sich bei ihnen natürlich nur diejenigen Kinder melden, die überfordert sind, und es entsteht dann leicht der Eindruck, die Schule überfordere allgemein die Kinder. Ob das aber wirklich so ist, könnte nur durch wissenschaftliche Untersuchungen auf breiter Basis belegt werden.

#### 3. Wissenschaftliche Untersuchungen

Im letzten Jahrzehnt wurden in allen westlichen Ländern ausgedehnte Untersuchungen über den Gesundheitszustand der Schüler durchgeführt. Diese haben ein ziemlich einheitliches Resultat ergeben, nämlich:

- a) 4 bis 12 Prozent der Kinder im Schulalter sind schwer, 20 bis 30 Prozent in massigem Grade psychisch gestört.

#### b) Die Hauptsymptome sind folgende:

##### ba) körperliche Störungen

- Müdigkeit
- Schlafstörungen
- Appetitstörungen
- Kopfschmerzen
- Bauchschmerzen
- Gliederschmerzen
- Fieberschübe

##### bb) seelische Störungen

- allgemeine Reizbarkeit
- Depressionen
- Ängste
- Verhaltensstörungen, zum Beispiel Leistungsverweigerung, Schulschwänzen, allgemeine Passivität, aggressives Verhalten.

##### bc) Lernstörungen.

- c) Diese Symptome sind nun aber in keiner Weise etwa spezifisch für Schulstress. Vielmehr können alle möglichen Ursachen zu genau den gleichen Symptomen führen. Weil unsere Kinder einer Grosszahl von Einflüssen ausgesetzt sind, ist es in der Regel absolut unmöglich, einzelne Faktoren, z. B. die Schule, herauszuisolieren und für die Störungen verantwortlich zu machen.

Zusammenfassend lässt sich also feststellen, dass durch die wissenschaftlichen Untersuchungen zwar belegt wird, dass ein relativ grosser Prozentsatz unserer Kinder ernsthafte Störungen aufweist, dass der Anteil, den die Schule daran hat, jedoch nicht herausisoliert werden kann. Sinnvoller ist es, nach Interrelationen zwischen möglicherweise zusammenhängenden Faktoren Ausschau zu halten. Eine derartige Untersuchung wurde vor einigen Jahren in der Schweiz durchgeführt und hat ergeben, dass u. a. folgende Faktoren eine wichtige Rolle spielen:

##### a) *Persönlichkeit des Kindes*

- Alter: Die meisten Störungen finden sich bei 6- bis 7jährigen (frühes Schulalter) und bei 12- bis 14jährigen (Übertritt Oberstufe).
- Geschlecht: Knaben sind häufiger und in anderer Weise von Störungen befallen als Mädchen. Knaben neigen mehr dazu, ihre Schwierigkeiten in aggres-



sivem und delinquentem Verhalten abzureagieren, wogegen Hemmungen und Ängste eher bei Mädchen auftreten.

b) *Schichtzugehörigkeit*

Störungen sind häufiger bei Kindern aus sozial niederen Schichten.

c) *Familie*

- Kinderzahl: Innerhalb der gleichen Sozialschicht haben Kinder mit vielen Geschwistern schlechtere Schulungschancen als Kinder mit wenig Geschwistern. Zudem nimmt die Häufigkeit psychosomatischer Störungen mit der Geschwisterzahl zu.
- Familienverhältnisse: Kinder aus vollständigen Familien haben weniger Störungen als Kinder aus unvollständigen Familien.
- Erziehungsstil der Eltern: Am meisten Störungen treten dann auf, wenn der Erziehungsstil unausgeglichen und inkonsequent ist.

d) *Schule*

- Stellung in der Klasse: Kinder, die im Klassenverband akzeptiert werden, haben weniger Störungen als unakzeptierte Kinder.
- Repetition: Repetenten weisen häufiger Störungen auf als Nichtrepetenten. Dabei ist es in der Regel nicht so, dass ein Kind schlechte Schulleistungen

aufweist und repetieren muss, weil es verhaltensgestört ist, sondern es wird verhaltensgestört wegen der schlechten Schulleistungen.

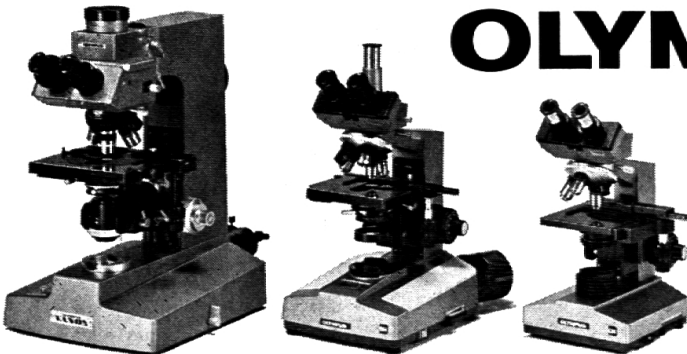
- Klasse: Eine besondere Belastung stellt die 6. Klasse mit der Vorbereitung auf die Oberstufe dar.

e) *Sozioökonomische Umwelt*

- Lärm
- Umweltverschmutzung
- Wohnverhältnisse: Kinder in engen Wohnverhältnissen weisen eindeutig mehr Störungen auf als Kinder, denen genügend Lebensraum zur Verfügung steht.

Wenn wir nun zu unserer Ausgangsfrage zurückkehren, dann müssen wir diese mit «ja» beantworten. Unsere Schüler sind tatsächlich Schwerarbeiter. Denn wenn rund ein Drittel unserer Kinder in mässigem oder schwerem Grade seelisch gestört ist, dann sind diese Kinder wohl überfordert. Die Schule ist *ein* möglicher Faktor für eine derartige Überforderung. Andere Faktoren spielen eine ebenso grosse Rolle. Zu ihnen gehören beispielsweise die Umweltverhältnisse (Stichwort: Lärm), die Wohnverhältnisse (Stichwort: zu wenig Bewegungsraum), und die familiären Verhältnisse (Stichwort: geschiedene Eltern).

Etwas überspitzt könnte man die Situation folgendermassen charakterisieren: Die

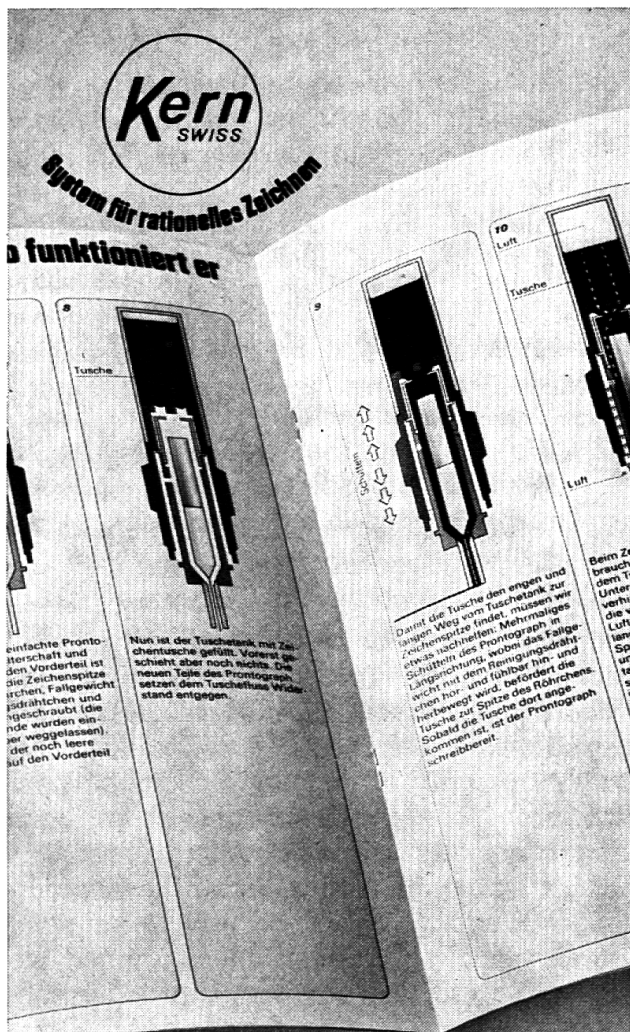


# OLYMPUS

Moderne Mikroskope

Spitzenqualität  
mit erstklassigem  
Service  
zu vernünftigen  
Preisen

Prospekte, Referenzen, Beratung oder Demonstration durch die Generalvertretung:  
WEIDMANN + SOHN, Abt. Präzisions-Instrumente, 8702 Zollikon, Tel. 01 65 5106



### «Tips zum Tuschezeichnen»

So heisst die neue, farbige Broschüre, mit der wir allen bisherigen und zukünftigen Benützern des Tuschefüllers Kern Prontograph zeigen wollen,

- wie der Prontograph aufgebaut ist und wie er funktioniert,
- wie er zu handhaben ist, damit er stets tadellos schreibt und zeichnet,
- wie man Störungen vermeidet
- und was zu tun ist, wenn doch einmal etwas passieren sollte.

Kern & Co. AG, 5001 Aarau  
Telefon 064-25 1111

Senden Sie mir bitte Ihre Broschüre  
«Tips zum Tuschezeichnen»

38

Name \_\_\_\_\_

Beruf \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Schule ist für manche unserer Kinder deswegen eine Schwerarbeit, weil diese Kinder neben den ausserschulischen Belastungen auch noch die Schularbeit bewältigen müssen.

Wenn wir also wollen, dass unsere Schüler nicht mehr überfordert sind, dann dürfen wir uns nicht auf die Schule konzentrieren, sondern müssen die Gesamtsituation betrachten.

Aus den bisherigen Ausführungen ergibt sich, dass viele unserer Kinder eine Hilfe dringend nötig haben. Wie diese auszusehen hat, soll im Folgenden stichwortartig aufgezeigt werden. Dabei sind zunächst einige grundsätzliche Überlegungen angebracht:

Es ist zu unterscheiden zwischen kurzfristig notwendigen therapeutischen Massnahmen und langfristigen vorbeugenden Massnahmen. Dabei ist gleich vorwegzunehmen, dass die vorbeugenden Massnahmen unendlich viel wirkungsvoller und billiger sind als die therapeutischen.

In beiden Bereichen, sowohl dem therapeutischen wie dem vorbeugenden, ist zu unterscheiden zwischen dem, was wünschenswert ist und dem, was im Moment realisierbar ist.

Als kurzfristige therapeutische Massnahmen wären z. B. anzusehen:

- a) Ausbau der schultherapeutischen Dienste
  - b) Ausbau der Erziehungsberatungsstellen
- Als langfristige Präventivmassnahmen wären in Betracht zu ziehen:

- a) Begleitung der Eltern von der Geburt des Kindes bis zu seiner Selbständigkeit, dies im Rahmen der Erwachsenenbildung.
- b) Ausbau der Zusammenarbeit Schule-Elternhaus.
- c) Umweltgestaltung in der Weise, dass sie für unsere Kinder erträglich ist (Lärm, Schmutz, Pausenplätze und Schulwege, Wohnstrassen).
- d) Entlastung der Schule von Aufgaben, die ihr ständig neu zugeschoben werden (z. B. Sexualunterricht), welche aber im Grunde ins Elternhaus gehören. Damit die Eltern in der Lage sind, diese Aufgaben zu übernehmen, braucht es eben die Erwachsenenbildung.