

Der eingetrichterte Durst

Schüler müssen im Unterricht nicht trinken – auch wenn PR-Aktionen das suggerieren

Die Mineralwasserindustrie hat eine neue Zielgruppe entdeckt. Mit dem Projekt „Trinken im Unterricht“ will sie erreichen, dass Schüler auch während der Unterrichtsstunden Mineralwasser trinken dürfen. Die Industrie hat die Trinkoffensive zusammen mit Bonner Ernährungswissenschaftlern und dem aid-Infodienst organisiert, einem vom Landwirtschaftsministerium unterstützten Verein. Mit dem Slogan: „Viel Flüssigkeit hält Schüler geistig fit!“, soll auch auf Lehrer-Fortbildungen dafür geworben werden.

Schon vergangenes Jahr hatten Schulen von der Informationszentrale Deutsches Mineralwasser (DDM), einer PR-Organisation des Verbandes Deutscher Mineralbrunnen, einen „Leitfaden für Lehrer“ zugeschickt bekommen. In der reichlich mit Mineralwasserflaschen bebilderten Broschüre sucht man vergebens überzeugende Argumente dafür, dass „es wichtig ist, allen Schülern das Trinken während des Unterrichts zu erlauben und sie dazu zu motivieren.“ Im Abschnitt „Die wissenschaftliche Begleitung“ werden nur Allgemeinplätze verbreitet, etwa dass Wasserverlust im Sportunterricht ausgeglichen werden müsse, „um zu vermeiden, dass die Klasse in der Folgestunde vor sich hindämmert“. An anderer Stelle geht es um physiologische Fragen der Ausscheidung und des Schwitzens. Ein Flüssigkeitsmangel im Schulalltag wird an keiner Stelle belegt.

Hellwach ohne Flasche

Daran ändern auch Zitate aus einer Diplomarbeit nichts, für die rund 400 Schüler der 5. Klasse zu ihren Trinkgewohnheiten befragt wurden. Die Ergebnisse bestätigen Bekanntes, etwa dass ein kleiner Teil der Schüler zum Frühstück nichts trinkt. In diesem Fall waren es sechs Prozent. Dafür trinken von zehn Schülern immerhin sieben „täglich“ oder „häufig“ in der ersten großen Pause. So viele machen das auch in der zweiten großen Pause, und in den kleinen Pausen trinkt jeder zweite Schüler.

Das bedeutet, dass nur ganz wenige Kinder am Vormittag kein Getränk zu sich nehmen. „Sollen deshalb alle daran gewöhnt werden, während des Unterrichts zu trinken?“, wundert sich der Vorsitzende des Deutschen Philologenverbands Heinz-Peter Meidinger. „Warum reicht es nicht, wenn Lehrer und Eltern die Kinder verstärkt dazu anhalten, in der Pause zu trinken?“ Offenbar haben Schüler in den Pausen manchmal keinen Durst oder keine Zeit zu trinken, ergab die Befragung der Fünftklässler. Daran änderte sich wenig, wenn sie in einer Art Modellversuch während des Unterrichts zu Mineralwasser greifen durften.

Viele Lehrer lehnen das Projekt ab, schon wegen umkippende Becher und auslaufende Flaschen. „Es gibt jetzt schon viele Störungen und neue Reibungspunkte wären programmiert“, sagt Meidinger. Etwa bei folgenden Fragen: Was darf getrunken werden, wer kontrolliert den Inhalt von Getränkeflaschen und dürfen Schüler ständig auf die Toilette rennen, weil sie eine volle Blase haben? Auf solche Fragen geht die Lehrerbroschüre nicht ein. Dafür wird geraten, einen Getränkediener einzuteilen, der neues Mineralwasser holen und Leergut in den Kasten räumen soll.

Was dafür spricht, dass Schüler in der Stunde trinken, würde Katharina Widenhorn-Müller vom Transferzentrum für Neurowissenschaften und Lernen (ZNL) in Ulm gerne genauer wissen. „Ich kenne keine überzeugende Studie, die gezeigt hat, dass sich das Konzentrations- oder Leistungsvermögen im Unterricht dadurch bessert“, sagt die Wissenschaftle-

rin mit dem Spezialgebiet Ernährung und Lernen. Als Katastrophe gelten unter Fachleuten die Arbeiten von Psychologen der Universität Erlangen und dem Institut für Sporternährung in Bad Nauheim, auf die sich die Broschüre „Trinken im Unterricht“ beruft. Bei diesen Untersuchungen wurden beispielsweise Medizinstudenten nach ihren Trinkgewohnheiten gefragt und danach, ob sie während der Abiturklausuren etwas getrunken hatten, um anschließend Korrelationen mit der Abiturnote zu errechnen.

Auch eine Übersichtsarbeit, die die Mineralwasserindustrie und Trinkwasseranbieter gerne zitiert, klärt die eigentlichen Fragen nicht (Trinken und Leistungsfähigkeit in der Schule, DGE aktuell 01/2005 oder www.forum-trinkwasser.de). Nebulös formulieren der Ernäh-

zusammenhang ist nicht unwahrscheinlich.“ Im Hinblick auf den Effekt einer milden Dehydratation, die bei einem Wasserverlust von einem bis zwei Prozent entsteht, resümiert das Wissenschaftlerduo, es sei „wahrscheinlich, dass es zu Einbußen der geistigen Leistungsfähigkeit kommt“. Dass die Schüler im Unterricht dehydrieren, behaupten die Paderborner Wissenschaftler nicht. Dafür geht es in ihrer Studie, die in dem Lehrerleitfaden zitiert wird, um den schädlichen Einfluss hoher Temperaturen: „Werden aber z.B. während eines Urlaubs in den Tropen oder Subtropen intensive sportliche Leistungen erbracht, dann sind besondere Vorsichtsmaßnahmen unbedingt erforderlich.“

Die Frage drängt sich auf, was das mit hiesigen Schulen zu tun hat. Dass Kinder genügend trinken müssen und dass Lehrer nach dem Sportunterricht oder an heißen Tagen daran erinnern sollten, ist für die Biochemikerin Widenhorn-Müller keine Frage. Aber statt den Getränkeervice im Klassenzimmer zu organisieren, hält sie es für sinnvoller, wenn Schüler daran gewöhnt werden, vor der Schule und in den Pausen zu trinken.

Das ist auch die Strategie eines neuen Grundschulprojekts des Forschungsinstituts für Kinderernährung (FKE) in Dortmund. „Es geht um die Frage, ob durch ein kostenloses Trinkwasserangebot in den Schulen Übergewicht verhindert werden kann“, erklärt Projektleiterin Mathilde Kersting. Dazu soll es Unterrichtsmaterial zum Thema Trinken geben, und im Schulgebäude werden Wassersprudler aufgestellt.

Unterstützung kommt nicht nur von der Bundesregierung sondern auch vom Bundesverband der deutschen Gas- und Wasserwirtschaft. Allerdings: Ob Kinder im Unterricht trinken dürfen, wird allein Sache des Lehrers sein. Sie sollen lernen, vor der Schule und in Pausen ihre Wasserflasche zu füllen und Durst nicht mit dickmachenden Limonaden oder Cola-Getränken zu stillen. Vielleicht würden aber auch schon ein paar praktische Wasserhähne ausreichen. Denn Leitungswasser hat in Deutschland Trinkwasserqualität.

ELKE BRÜSER



Schülern droht ohne Getränk im Unterricht kein Leistungsknick. Foto: dpa

runswissenschaftler Helmut Hesecker und der Sportmediziner Michael Weiß von der Universität Paderborn: „Nicht selten wird von Lehrer/innen die Beobachtung gemacht, dass Schüler und Schülerinnen im Unterricht müde und unkonzentriert wirken. Ein ursächlicher Zu-