

# **Umfrage in Kindergärten zum Thema Mittagsschlaf**

Auszug aus der Diplomarbeit von Gabriela Ryser Eberstadt:  
„Der Mittagsschlaf im Kindergarten. Interdisziplinäre Betrachtung eines alten Themas  
und seine Umsetzung in Bayern im Spiegel einer Befragung“

Verfasst im Sommersemester 2005  
im Studiengang Elementar- und Familienpädagogik  
in der Fakultät Pädagogik an der Otto-Friedrich-Universität Bamberg.

## **Allgemeine Bedingungen bei der Befragung**

Ende Februar 2005 wurden an die Leiterinnen von 114 Kindergärten der Stadt Erlangen und des Landkreises Erlangen-Höchstadt Fragebögen verschickt. Durch die Befragung sollten diejenigen Belange des Kindergartenalltags erfasst werden, die einen Einfluss auf den Umgang mit dem Ruhe- und Schlafbedürfnis von Kindern, insbesondere dem Mittagsschlaf, haben. Darunter fallen allgemeine Rahmenbedingungen wie Trägerschaft, Öffnungszeiten, Gruppen- und Kinderanzahl, Altersstruktur der Betreuten sowie Personalschlüssel. Als speziell auf das Thema Mittagsschlaf bezogene Aspekte wurden die Konzeptionen der Kindergärten, die Organisationsstrukturen der mittäglichen Betreuung, die Anzahl der Schlafplätze und der schlafenden Kinder, die räumlichen und hygienischen Bedingungen sowie die Meinungen von Erzieherinnen, Eltern und Kindern erfragt.

Der Rücklauf der verschickten 114 Fragebögen betrug insgesamt 41 Stück. Davon mussten sieben Bögen von der Auswertung ausgeschlossen werden, da eine Einrichtung keine Mittagsbetreuung anbietet, zwei Einrichtungen nur Kinder über sechs Jahren aufnehmen, und vier Einrichtungen bereits um 14.00 Uhr schließen. In die Auswertung gelangten somit 34 Fragebögen von Ganztageseinrichtungen. Die dort betreuten Kinder sind größtenteils zwischen drei bis sechs Jahre alt, in 14 Einrichtungen befinden sich auch Kinder unter drei Jahren und in 22 Einrichtungen auch Kinder über sechs Jahren.

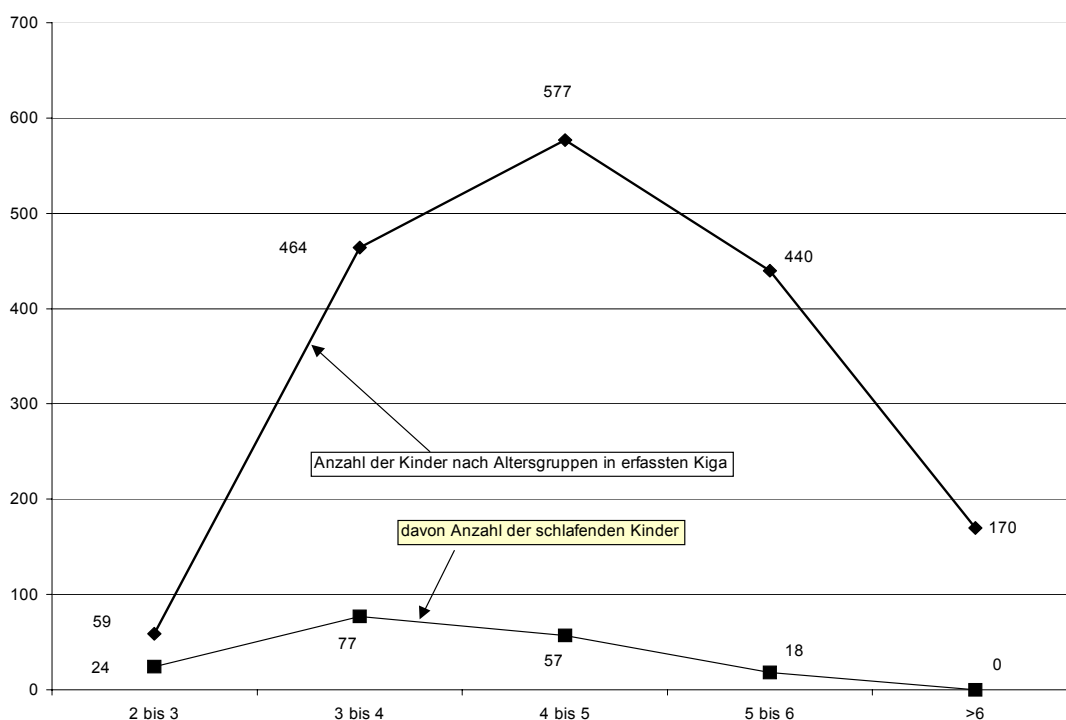
Etliche der Fragebögen wurden nur unvollständig ausgefüllt. Dies gilt vor allem für die Differenzierung nach Altersstufen und nach Gruppen. Die fehlende Gruppendifferenzierung hat insgesamt keine große Auswirkung auf die Aussagekraft der Auswertung gezeigt. Die Einbußen werden als relativ gering angesehen. Die teilweise fehlende Unterscheidung nach Alter wirkte sich schon mehr aus. Es wäre von Interesse gewesen, ausführliche Aussagen darüber treffen zu können, inwieweit das Alter der Kinder einen Einfluss auf den Umgang mit dem Mittagsschlaf hat. Hätte man diese Differenzierung aber als unbedingte Voraussetzung sehen wollen, hätten zu viele der Rücklaufexemplare aussortiert werden müssen. Deshalb wurde in den folgenden Ausführungen, außer im direkt nachfolgenden Abschnitt, auf die Unterscheidung nach Alter verzichtet und jeweils die Gesamtheit der Kinder betrachtet.

Es bilden somit 34 Fragebögen, in denen insgesamt 2249 Kinder erfasst sind, die Basis für die nun folgende Auswertung.

## Schlafende und nicht schlafende Kinder, differenziert nach Altersgruppen

Um einen Eindruck davon zu bekommen, wie sich der Umgang mit dem Mittagsschlaf in den verschiedenen Altersstufen gestaltet, wurden in diesen Teil der Auswertung nur diejenigen Fragebögen einbezogen, bei denen eine Differenzierung nach Alter vorgenommen worden war. Es werden hier 26 Einrichtungen betrachtet, die insgesamt 1710 Kinder betreuen.

Abbildung 1: Gesamtheit der Kinder und die davon schlafenden, nach Altersgruppen verteilt



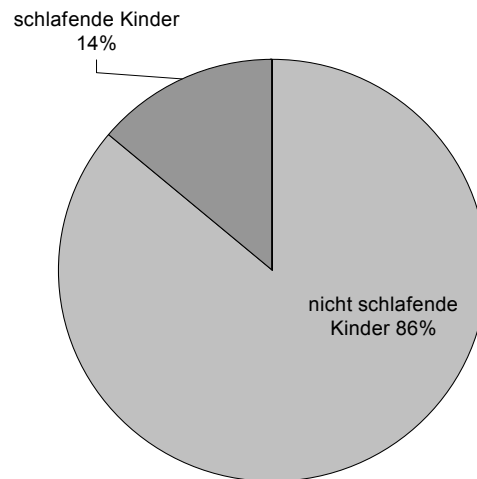
Aus Abbildung 1 wird ersichtlich, dass von den insgesamt 1710 Kindern ein Anteil von 176 einen Mittagsschlaf hält. Dies entspricht einer Quote von 10 Prozent.<sup>1</sup>

Bei den zwei- bis dreijährigen Kindern sind es 40 Prozent, die mittags schlafen, bei den drei- bis vierjährigen 17 Prozent, bei den vier- bis fünfjährigen 10 Prozent und bei den fünf- bis sechsjährigen 4 Prozent. Kinder, die älter als sechs Jahre sind, schlafen in keiner der Einrichtungen. Dass das Alter der Kinder bei der Handhabung des Mittagsschlafes eine Rolle spielt, wird somit deutlich erkennbar.

<sup>1</sup> Die Angaben in Prozentwerten wurden jeweils auf die nächste ganze Zahl auf- oder abgerundet.

## Schlafende und nicht schlafende Kinder, unabhängig von Altersgruppen

Abbildung 2: Anzahl der mittags schlafenden und nicht schlafenden Kinder



Insgesamt wurden in der Befragung 2249 Kinder erfasst. Die Anzahl der schlafenden Kinder beträgt 314 (14 Prozent), diejenige der nicht schlafenden 1935 (86 Prozent).

Da sich der Wert von rund 14 Prozent schlafender Kinder nicht erheblich von der oben ermittelten Quote von 10 Prozent unterscheidet, darf man vermuten, dass sich die Verteilung auf die einzelnen Altersgruppen bei der Gesamterhebung ähnlich gestaltet wie bei der im vorherigen Abschnitt betrachteten Teilgruppe.

### Allgemeinen Rahmenbedingungen in den befragten Kindergärten

Innerhalb dieses Abschnitts wird erörtert, wie sich in den befragten Kindergärten die allgemeinen Bedingungen darstellen. Damit sind zum Beispiel Trägerschaft, Öffnungszeiten oder Personalschlüssel gemeint. Wo möglich, werden Bezüge zum Thema dieser Arbeit hergestellt. Zum Beispiel wird erörtert, inwieweit sich Trägerschaft oder Personalschlüssel auf den Umgang mit dem Schlafbedürfnis von Kindern auswirken.

Bei der Trägerschaft der Kindergärten zeigt sich ein vielfältiges Angebot. Am stärksten engagieren sich konfessionelle Organisationen, sowohl katholische wie evangelische,

und die Kommunen. Daneben werden etliche Einrichtungen von kleineren Trägern geführt oder entstanden auf Grund privater Initiative.

Aus Abbildung 3 lässt sich entnehmen, dass über die Hälfte der an der Befragung beteiligten Kindergärten von konfessionellen Organisationen geführt werden, und dass diese zwanzig Einrichtungen von fast zwei Drittel aller Kinder besucht werden. Für Bayern nicht überraschend ist die Tatsache, dass die katholisch geprägten Institutionen am stärksten vertreten sind und fast 40 Prozent der Kinder in ihnen betreut werden. Eine ebenfalls starke Trägerschaft bilden die Kommunen. Sie stellen nicht ganz ein Viertel der Einrichtungen und bieten für ca. 20 Prozent der Kinder Plätze an. Die übrigen Träger spielen nur eine untergeordnete Rolle.

Zum Umgang der verschiedenen Trägerorganisationen mit dem Schlafbedürfnis von Kindern lassen sich einige Feststellungen herausarbeiten.

Die niedrigsten Angebote an Schlafplätzen sind den katholisch geprägten Einrichtungen zuzuordnen. Die von Caritas geführten Kindergärten stellen für die von ihr betreuten 324 Kinder insgesamt 25 Schlafplätze zur Verfügung, bieten also für 8 Prozent der Kinder die Möglichkeit für einen Mittagsschlaf. Bei der katholischen Kirchenstiftung steht für 69 (13 Prozent) ihrer insgesamt 529 Kinder ein Schlafplatz zur Verfügung.

Die evangelisch geprägten Einrichtungen bieten in diesem Bereich einen etwas höheren Einrichtungsstandard. In den von der Diakonie geführten Kindergärten stehen für 24 Kinder (15 Prozent) Schlafplätze bereit und bei der evangelischen Kirchengemeinde für 77 (20 Prozent) der insgesamt 381 Kinder.

Eine Steigerung ist bei den von den Kommunen geführten Einrichtungen feststellbar. Sie bieten für 115 (25 Prozent) der von ihnen betreuten Kinder Schlafplätze an.

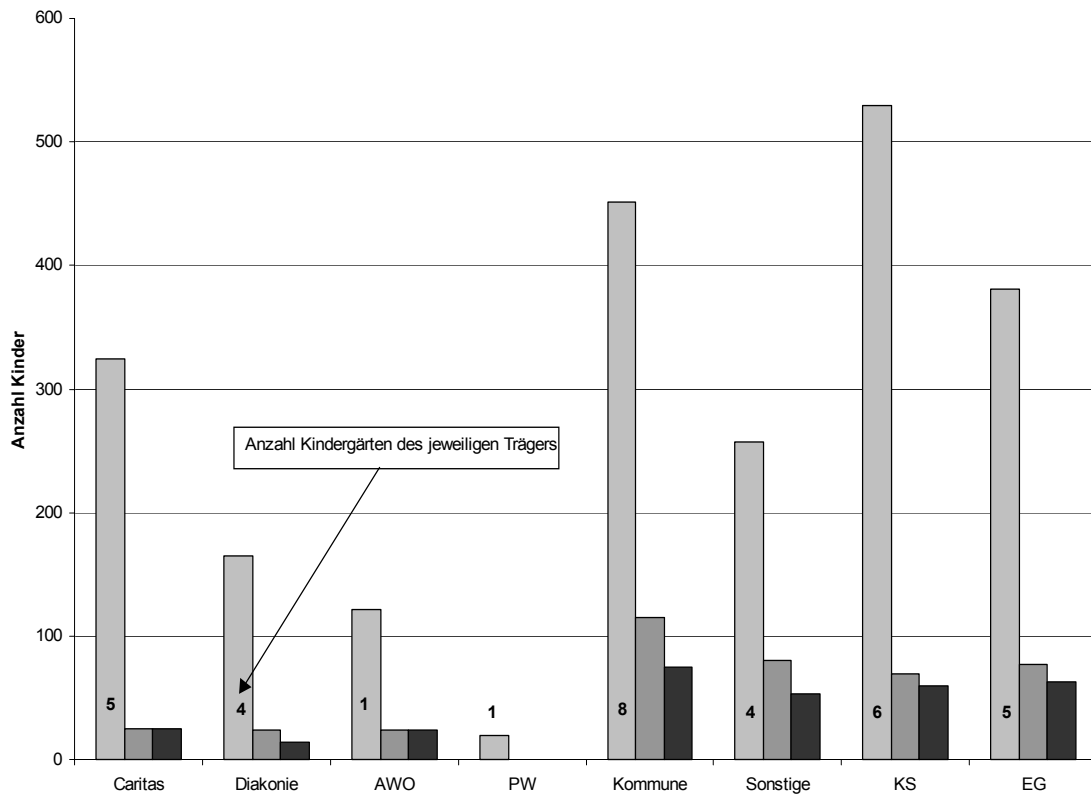
Das in diesem Bereich beste Angebot stellen die nicht zuordnungsfähigen Einrichtungen.<sup>2</sup> Bei ihnen besteht für fast ein Drittel der Kinder die Möglichkeit für einen Mittagsschlaf.

Im Weiteren zeigt sich die Tendenz, dass das Angebot an Schlafplätzen die Anzahl der Schläfer beeinflusst. Je höher der prozentuale Anteil an Plätzen ist, umso höher steigt in der Regel auch der prozentuale Anteil an Schläfern. Stehen zum Beispiel bei den Institutionen der katholischen Kirchengemeinde für 13 Prozent der Kinder Plätze zur Verfügung so schlafen dort 11 Prozent. Bei den nicht zuordnungsfähigen Trägern, wo für 31 Prozent der Kinder Schlafplätze vorhanden sind, schlafen hingegen 21 Prozent der Kinder.

---

<sup>2</sup> Diese Einrichtungen werden in den Darstellungen als „Sonstige“ bezeichnet. Konkrete Angaben über deren Trägerschaft sind nicht zugänglich.

Abbildung 3: Anzahl der Kinder in den Kindergärten einzelner Träger, verglichen mit der Anzahl der zur Verfügung stehenden Betten und den mittags schlafenden Kindern<sup>3</sup>



Kinder gesamt	324	165	122	20	451	257	529	381
Betten	25 (für 8%)	24 (für 15%)	24 (für 20%)	0 (für 0%)	115 (für 25%)	80 (für 31%)	69 (für 13%)	77 (für 20%)
Schläfer	25 = 8%	14 = 8%	24 = 20%	0 = 0%	75 = 17%	53 = 21%	60 = 11%	63 = 17%
Summe Kinder: 2249 / Summe Betten: 414 / Summe Schläfer: 314								

<sup>3</sup> Die jeweils linke Säule steht für die Anzahl der vom Träger betreuten Kinder. Es ist ebenfalls ersichtlich, in wie vielen Einrichtungen dies geschieht. Die jeweils mittlere Säule steht für die Anzahl der Schlafplätze und die rechte Säule für die Anzahl der schlafenden Kinder. Zu den Abkürzungen: AWO meint Arbeiterwohlfahrt; PW meint Paritätischer Wohlfahrtsverband; KS meint Katholische Kirchenstiftung; EG meint Evangelische Kirchengemeinde.

Die Öffnungszeiten der in unserer Auswertung einbezogenen Kindergärten lässt diese als Ganztageseinrichtungen gelten. Rund 40 Prozent der insgesamt 2249 Kinder sind bis mindestens 16.00 Uhr oder sogar 18.00 Uhr in den Einrichtungen anwesend. Der Rest bleibt zwar nur bis 14.00 Uhr, verbringt aber die Mittagszeit normalerweise doch im Kindergarten.

Der in der Mehrzahl der Institutionen angewendete Personalschlüssel sieht vor, dass die einzelne Gruppe von zwei Personen betreut wird. Falls während der Gruppenzeiten drei Personen anwesend sind, ist die zusätzliche Kraft meist noch in Ausbildung stehend. Während der Mittagszeit steht in zwei Drittel der Fälle weniger Betreuungspersonal zur Verfügung. Bei 50 Prozent der Einrichtungen ist sogar nur noch die Hälfte der Personen anwesend.

Es lässt sich kein eindeutiger Zusammenhang zwischen der Reduktion des Personals während der Mittagszeit und der Einhaltung eines Mittagsschlafes feststellen. Es zeigt sich aber eine Tendenz dafür, dass eher in Einrichtungen geschlafen wird, bei denen am Mittag ein Großteil des Personals anwesend ist.

### **Rahmenbedingungen der Kindergärten in Bezug auf den Mittagsschlaf**

Die wichtigste Frage ist in diesem Zusammenhang natürlich die, ob in einer Einrichtung überhaupt Schlafplätze für den Mittagsschlaf zur Verfügung stehen, und wenn ja, wie viele dies sind.

Die Auswertung in Abbildung 4 zeigt, dass in 23 von 34 Kindergärten Schlafplätze vorhanden sind. Diese bieten Platz für insgesamt 414 Kinder (vgl. Abbildung 3). Das Angebot der einzelnen Einrichtungen sieht sehr unterschiedlich aus.

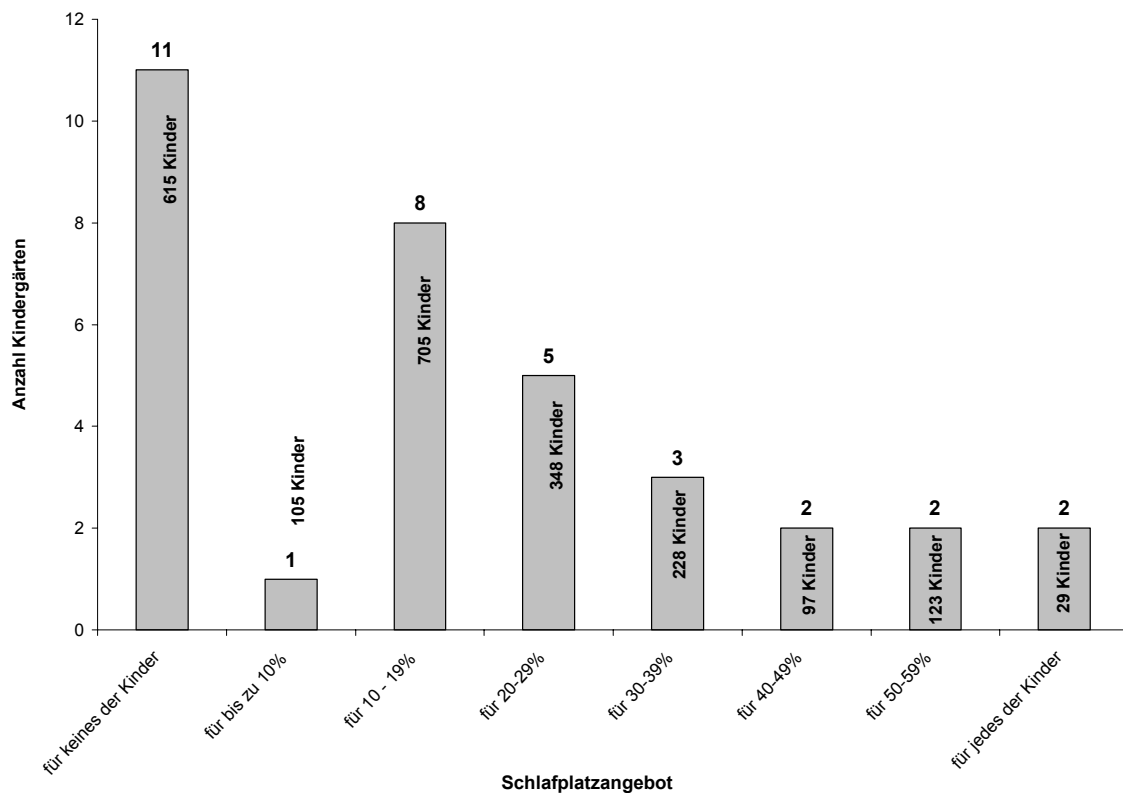
In rund einem Drittel aller Einrichtungen (32 Prozent) sind gar keine Schlafplätze vorhanden. Dass die Hälfte der betreuten Kinder oder mehr einen Mittagsschlaf halten kann ist in vier Kindergärten (11 Prozent) möglich, und neun Institutionen (26 Prozent) bieten für ein Drittel der Kinder oder mehr ausreichend Schlafplätze an.

Anders ausgedrückt: Für 615 Kinder (27 Prozent) stehen keine Schlafplätze zur Verfügung; 29 Kinder (1 Prozent) haben einen ganzen und 123 Kinder (5 Prozent) einen halben Platz zum Schlafen; weitere 325 Kinder (14 Prozent) haben immerhin noch einen drittel bis einen halben Platz zur Verfügung.

---

Die Trägerorganisationen „Katholische Kirchenstiftung“ und „Evangelische Kirchgemeinde“ wurden im Fragebogen nicht gesondert erhoben. Auf Grund der mehrfachen Nennung unter der

Abbildung 4: Anzahl der Kindergärten und Schlafplatzangebot in Bezug auf die Kinderzahl



Durch den Fragebogen wurden weitere Bedingungen des Kindergartenalltags erfasst, die in einem Zusammenhang mit dem Mittagsschlaf der Kinder gesehen werden können (vgl. Tabelle 1). Es sollte zum Beispiel abgeklärt werden, wie stark die Tendenz ist, Kinder aus verschiedenen Gruppen während der Mittagszeit zusammenzufassen, ob in den Konzepten der Einrichtungen der Mittagsschlaf verankert ist, ob die Betreuungspersonen über die Schlafgewohnheiten ihrer Schützlinge informiert sind, wie sich die räumlichen Bedingungen in den Kindergärten darstellen und wie mit Individualität und Hygiene umgegangen wird.

Nachfolgend werden diejenigen Antworten aus Tabelle 10 herausgegriffen und besprochen, die aufschlussreiche Tendenzen aufzeigen oder interessante Schlussfolgerungen zulassen. Viele Einrichtungen, in denen nicht geschlafen wird, haben sich bei diesen Fragen einer Antwort enthalten.

---

Rubrik „Sonstige“ werden sie nun bei der Auswertung als separate Kategorien aufgeführt.



Tabelle 1: Verschiedene Rahmenbedingungen der Kindergärten in Bezug auf den Mittagsschlaf

	eher ja	eher nein	enthalten
Werden die Kinder am Mittag zusammengefasst? (Frage 7) <sup>4</sup>	12 35,5%	14 41%	8 23,5%
Hat der Kindergarten ein Konzept in Bezug auf den Mittagsschlaf? (Frage 10)	19 56%	13 38%	2 6%
Sind die Betreuungspersonen über die Schlafgewohnheiten der Kinder informiert? (Frage 11)	23 68%	7 20%	4 12%
Kann der Raum, in dem geschlafen wird, abgedunkelt werden? (Frage 17)	23 68%	2 6%	9 26%
Hat jedes Kind einen eigenen Schlafplatz? (Frage 18)	21 62%	4 12%	9 26%
Haben die Kinder ihre persönlichen Schlafsachen? (Frage 19)	18 53%	6 17,5%	10 29,5%
Ziehen sich die Kinder zum Schlafen um? (Frage 20)	8 23,5%	16 47%	10 29,5%
Dürfen sich die Kinder während des Tages zurückziehen? (Frage 21)	18 53%	8 23,5%	8 23,5%
Dürfen Kinder aufstehen, die den Mittagsschlaf beendet haben? (Frage 22)	14 41%	8 23,5%	12 35,5%

- Bei der Beantwortung von Frage 7 beziehen sich die Enthaltungen auf Kindergärten, die nur aus einer Gruppe bestehen. Bei den mehrgruppigen Einrichtungen lässt sich festhalten, dass die Mittagszeit zwar in mehr als der Hälfte der Fälle in der Stammgruppe verbracht wird, die Tendenz aber nur undeutlich ist. Vergleicht man die Ergebnisse von Frage 7 mit den Schlafgewohnheiten in den Einrichtungen, zeigt sich, dass eher geschlafen wird, wenn die Kinder mittags zusammengefasst werden, denn in zehn dieser zwölf Einrichtungen ist dies der Fall. Bei den vierzehn Einrichtungen, die die Kinder in den Stammgruppen belassen, zeigt sich eine in etwa gleichwertige Verteilung von Schlafen und Nichtschlafen.
- Frage 10 wird eher mit „ja“ beantwortet, wenn in der Einrichtung geschlafen wird und umgekehrt. Bei denjenigen Kindergärten, bei denen zwar Regelungen zum Mittagsschlaf bestehen, in denen aber doch nicht geschlafen wird, scheint vor allem

<sup>4</sup> Hier wird Bezug genommen auf die Fragen im Fragebogen, vergleiche dazu den Anhang dieser Arbeit.

der Mangel an Schlafplätzen Grund dafür zu sein. Bei einer Einrichtung wird jedoch auch vermerkt, dass das Nichtschlafen Teil des Konzeptes ist. Wenn keine Regelungen bestehen, aber doch geschlafen wird, scheint dies allein auf der Initiative des Erzieherinnenteams zu beruhen.

- In Zusammenhang mit Frage 11 zeigt sich, dass dort, wo geschlafen wird, meist auch Informationen über die Schlafgewohnheiten der Kinder zwischen Eltern und Betreuungspersonal ausgetauscht werden. Wenn trotz Gesprächen kein Mittagsschlaf stattfindet, sind unterschiedliche Gründe maßgebend, sei es das Fehlen von Schlafplätzen, die schwierige Organisation oder der Wunsch der Eltern.
- Die Antworten auf Frage 18 bedürfen einer differenzierten Betrachtung. Das Ergebnis in Tabelle 1 zeichnet ein eher positives Bild. Diesem zu Folge können zwei Drittel der Einrichtungen für alle Kinder genügend Schlafplätze anbieten. Bei genauerer Betrachtung zeigt sich aber, dass dies gerade in zwei von 21 Institutionen, die dies angeben, wirklich der Fall ist. In vier Einrichtungen steht für vierzig bis sechzig Prozent der Kinder ein Schlafplatz zur Verfügung. Neun Kindergärten, die angeben, dass jedes Kind einen eigenen Schlafplatz hat, können dies tatsächlich für weniger als 30 Prozent der Betreuten realisieren, vier Einrichtungen sogar für weniger als 20 Prozent (vgl. Abbildung 4).
- Die Antworten auf die Fragen 19 und 20 zeigen die Tendenzen auf, dass sich die Kinder größtenteils nicht umziehen, jedoch ihre eigenen Schlafutensilien benutzen.
- Bei den Fragen 21 und 22 deuten die Antworten darauf hin, dass ungefähr in der Hälfte der Einrichtungen versucht wird, auf die individuellen Schlafbedürfnisse der Kinder einzugehen. Eigenständigkeit wird dabei eher in dem Sinne verstanden, dass sich die Kinder auch während des Tages zum Ruhen zurückziehen können (53 Prozent), als dass sie den Mittagsschlaf gemäß ihren Bedürfnissen beenden könnten (41 Prozent).

## **Gestaltung der Mittagszeit**

Während der Mittagszeit werden in Kindergärten meist vielfältige Angebote ermöglicht. Im Rahmen der Befragung zeigte sich, dass in fast allen Einrichtungen mehrere Tätigkeiten parallel nebeneinander laufen. Wie deren Gewichtung ist, soll hier genauer erörtert werden.

Tabelle 2: Häufigkeit der Angebote in der Mittagszeit

<b>Art des Angebotes</b>	<b>Nennungen</b>
es gibt eine festgelegte Ruhepause	13
die Kinder schlafen	16
die Kinder beschäftigen sich ruhig	21
jedes Kinder beschäftigt sich für sich alleine	2
den Kindern wird vorgelesen	17
die Kinder machen Entspannungsübungen	5
es werden Einschlafrituale gemacht	4
es findet eine Freispielphase statt	24
die Kinder sind draußen	14
sonstiges	7

Wie aus Tabelle 2 ersichtlich, wird die Mittagszeit häufig für eine Freispielphase genutzt, wobei die Tendenz besteht, diese Zeit eher ruhig zu verbringen. Auf Grund der Nennungen lässt sich vermuten, dass die Kinder wohl aus mehreren Angeboten auswählen können. Wer oder was bei dieser Wahl entscheidet (Alter, momentanes Bedürfnis, Erzieherinnen ...), bleibt unbestimmt. Ein beliebtes Angebot scheint die Vorlesestunde zu sein. Dass die Möglichkeit zu einem Mittagsschlaf besteht, wird bei nicht ganz der Hälfte der Einrichtungen angegeben.

### **Der Mittagsschlaf im Tagesablauf**

Je nach Institution unterscheidet sich der Umgang mit dem Mittagsschlaf. Im Folgenden wird dargelegt, wer darüber bestimmt, ob ein Mittagsschlaf gehalten wird, wo er stattfindet, mit welcher Regelmäßigkeit er in Anspruch genommen wird und wie lange er durchschnittlich dauert.

Hinter der Entscheidung, ob ein Mittagsschlaf stattfindet oder nicht, stehen die Ansichten verschiedener Interessensparteien. Wer wie viel Mitspracherecht hat, kann sich je nach Einrichtung unterscheiden.

Tabelle 3: Entscheidungsträger bei der Einhaltung eines Mittagsschlafes in Kindergärten

<b>Entscheidungsträger</b>	<b>Nennungen</b>
der Träger	2
die Kindergartenleitung	15
die Erzieherinnen	21
die Eltern	14
die Kinder	11
das Alter	11
sonstiges	6

Anhand von Tabelle 3 zeigt sich, dass mit Abstand am häufigsten diejenigen Personen über die Einhaltung des Mittagsschlafes entscheiden, die in der Praxis stehen. In einem Drittel der Kindergärten wird die Entscheidung völlig von dieser Personengruppe bestimmt. Teilweise orientiert sie sich am Alter der Kinder.

Dass die Betreuungspersonen die Kinder in die Entscheidung mit einbeziehen, wird in sieben Kindergärten praktiziert (ca. 20 Prozent der Fälle), und in 10 Einrichtungen werden die Eltern mit einbezogen (ca. 30 Prozent der Fälle). Eine völlig selbständige Entscheidung der Kinder ist in einer Einrichtung möglich, eine solche der Eltern in zwei. Dass Eltern und Kinder gemeinsam entscheiden, wird zwei Mal genannt.

Die Träger scheinen in diesem Bereich wenig bis gar keine Vorgaben zu machen.

In Bezug auf die Räumlichkeiten zeigt die Auswertung der Fragebögen, dass in den 19 Kindergärten, in denen ein Mittagsschlaf gehalten wird, in mehr als der Hälfte der Fälle ein Schlafraum vorhanden ist (11 Einrichtungen). In fünf Kindergärten weicht man auf das Turnzimmer aus, in einem auf den Gruppenraum und in zwei Einrichtungen werden sonstige Möglichkeiten genutzt.

Zu den Ansichten über die Dauer des Mittagsschlafes lassen sich nur wenige Aussagen erzielen. Bei den zwei- bis dreijährigen Kindern werden Zeiten zwischen ein bis zwei Stunden als empfehlenswert erachtet, wobei am häufigsten eine Stunde genannt wird. Bei den drei- bis vierjährigen Kindern werden Zeiten zwischen einer halben und zwei Stunden angeführt und auch hier wird eine Stunde als häufigster Wert genannt. In zwei Einrichtungen, in denen die zwei- bis dreijährigen Kinder noch schlafen, wird es für ältere als nicht mehr notwendig angesehen. Für die vier- bis fünfjährigen Kinder gibt noch ein Teil der Einrichtungen eine Richtzeit an, die zwischen zwanzig Minuten und

eineinhalb Stunden liegt. Bei noch älteren Kindern werden nur vereinzelt Zeiten für einen Mittagsschlaf benannt.

Die Vermutung, dass bei der Entscheidung, mit welcher Regelmäßigkeit der Mittagsschlaf stattfindet, vor allem anderen das Alter der Kinder eine entscheidende Rolle spielt, ist nahe liegend. Das Erreichen des vierten Altersjahres scheint für viele eine Wende zu bedeuten (vgl. Tabelle 4).

Tabelle 4: Die Regelmäßigkeit des Mittagsschlafes in verschiedenen Altersgruppen

	regelmäßig	unregelmäßig	nie
2 – 3 Jahre	7	4	3
3 – 4 Jahre	15	4	15
4 – 5 Jahre	8	5	21
5 – 6 Jahre	3	2	28
über 6 Jahre	1	0	20

Bei einer differenzierteren Betrachtung der Ergebnisse lassen sich einige wichtige Befunde herausarbeiten. Von den 14 Einrichtungen, die auch Kinder unter drei Jahren aufnehmen, sind es drei Kindergärten, in denen auch diese Altersgruppe keinen Mittagsschlaf macht und vier Einrichtungen, bei denen er nur unregelmäßig stattfindet. Bei den drei- bis vierjährigen Kindern scheint die Handhabung sehr unterschiedlich zu sein. Es sind gleich viele Einrichtungen, in denen diese Kinder schlafen, wie solche, in denen sie nicht schlafen.

Ebenfalls bemerkenswert ist die Tatsache, dass in immerhin acht Kindergärten auch vier- bis fünfjährige Kinder noch regelmäßig schlafen, und dass in einzelnen Fällen sogar noch ältere Kinder einen Mittagsschlaf halten.

### **Meinungen zum Mittagsschlaf**

Innerhalb dieses Kapitels soll erörtert werden, wer in Bezug auf den Mittagsschlaf welche Meinung vertritt. Erfragt wurden die Ansichten von Erzieherinnen, Eltern und Kindern. Hinsichtlich der Meinung von Eltern und Kindern muss beachtet werden, dass diese Aussagen nur bedingte Gültigkeit besitzen, da sie auf Nachfrage oder Interpretation der Kindergartenleitung beruhen.

## **Die persönliche Meinung der Kindergartenleiterinnen**

Drei Kindergartenleiterinnen, in deren Einrichtungen nicht geschlafen wird, haben sich einer Antwort enthalten. Der Rest der Befragten befürwortet grundsätzlich einen Mittagsschlaf.

In 14 Fällen wird es als sinnvoll angesehen, das Alter der Kinder als Maßstab zu nehmen. Darüber, wann es sinnvoll ist, den Mittagsschlaf abzusetzen, herrscht keine Einigkeit. Es werden Altersstufen zwischen drei bis sechs Jahren benannt. In einem Fall wird das dritte Altersjahr als zweckmäßige Grenze angesehen, sechs Mal wird ein Schlaf bis zum vierten Jahr als sinnvoll genannt, vier Mal bis zum fünften und zwei Mal sogar bis zum sechsten Jahr.

23 Kindergartenleiterinnen erachten einen Mittagsschlaf dann als sinnvoll, wenn ein Kind müde ist. Neun Mal wird die Kombination der beiden Faktoren Alter und Müdigkeit benannt.

Begründet wird die Befürwortung des Mittagsschlafes vor allem durch die Meinung, dass kleinere Kinder eine Regenerationszeit brauchen und nach einer Mittagsruhe ausgeglichener sind. Vereinzelt wird darauf hingewiesen, dass auf keinen Fall Zwang ausgeübt werden darf. In einigen Fällen wird angemerkt, dass die Ruhezeit der Kinder gleichzeitig auch Pausenzeit für das Personal bedeutet. Einige Kindergartenleiterinnen äußern ihr Bedauern, auf Grund der geltenden Umstände (Räumlichkeiten, Personalschlüssel) nicht genügend auf die individuellen Bedürfnisse der Kinder eingehen zu können.

## **Die Meinung der Eltern**

Bei der Meinung der Eltern zeigt sich ein ähnliches Bild wie bei den Kindergartenleiterinnen. Zwar wird in zwei Fällen angegeben, dass die Eltern gegen einen Mittagsschlaf votieren, obwohl in diesen Einrichtungen Betten vorhanden wären, aber ansonsten scheint doch der Großteil auf der Seite der Befürworter zu stehen. Bei 19 Rückmeldebögen wird angegeben, dass die Eltern für einen Mittagsschlaf sind, wobei 10 Mal der Müdigkeitsgrad des Kindes als Entscheidungsgrundlage benannt wird und 15 Mal das Alter. Die Altersangaben sind mit den in Kapitel 6.8.1 genannten vergleichbar.

Der Mittagsschlaf scheint von Seiten der Eltern vor allem deshalb erwünscht zu sein, weil sie sich ausgeglichene und entspannte Kinder wünschen. Es wird aber auch darauf hingewiesen, dass zu weit gehende Ausgeschlafenheit vermieden werden soll, da sich dies nachteilig auf das abendliche Familienleben auswirke. In einigen Einrichtungen scheint man bemüht zu sein, mit Hilfe von Elterngesprächen an die häuslichen

Gewohnheiten der Kinder anzuknüpfen, in anderen hingegen ist dem Personal die Meinung der Eltern unbekannt.

### **Die Meinung der Kinder**

Bei den Kindern scheinen etliche von einem Mittagsschlaf nicht sehr angetan zu sein. Bei neun Rückmeldebögen wird angegeben, dass die meisten der Betreuten sich dagegen aussprechen. Leider wurden diese Meinungsäußerungen nur wenig erläutert. Zum Teil scheint es so zu sein, dass die Ablehnung ab einem bestimmten Alter einsetzt, andere Kinder scheinen durch das Fehlen geeigneter Räumlichkeiten gegen den Mittagsschlaf zu sein.

Und doch genießen offenbar auch viele Kinder eine mittägliche Ruhezeit, denn aus 17 Kindergärten kommt eine positive Rückmeldung. In den überwiegenden Fällen wird Müdigkeit als Grund für die Befürwortung angegeben. Von einigen Kindergartenleiterinnen wird denn auch angemerkt, dass sich die Kinder in diesem Bedürfnis selbst gut einschätzen können. Ansonsten scheinen viele Kinder die mit dem Mittagsschlaf zusammenhängenden Rituale zu genießen.

Bei denjenigen Einrichtungen, die nicht über eine Schlafmöglichkeit verfügen, wird angegeben, dass Kinder sich manchmal bei aufkommender Müdigkeit selber eine Liegemöglichkeit suchen oder allenfalls auch zu Hause den Mittagsschlaf nachholen.

## Zusammenfassung

Unsere Befragung der Kindergärten der Stadt Erlangen und des Landkreises Erlangen-Höchstadt zeigt exemplarisch auf, wie mit dem Thema Mittagsschlaf in Einrichtungen aktuell umgegangen wird. Als Ergebnis der Auswertung lässt sich festhalten:

1. Der Rücklauf der Fragebögen betrug bei unserer Erhebung rund ein Drittel. Man kann vermuten, dass eher diejenigen Einrichtungen den Fragebogen retournierten, in denen ein Mittagsschlaf gehalten wird und sich das Bild bei einer Vollerhebung eher zu Ungunsten desselben verändern würde.
2. Insgesamt halten in den befragten Kindergärten rund 14 Prozent der Kinder einen Mittagsschlaf. Bei einer Differenzierung nach Alter zeigt sich, dass sich dieses auf die Einhaltung des Mittagsschlafes durchaus beeinflussend auswirkt. Schlafen bei den zwei- bis dreijährigen Kindern noch 40 Prozent, verringert sich dieser Anteil mit zunehmendem Alter deutlich.
3. Zwei Drittel der in der Befragung erfassten Kinder besuchen Einrichtungen, die von konfessionellen Organisationen geführt werden, wovon der größte Teil katholisch geprägt ist. Daneben fungieren die Kommunen als wichtige Anbieter.
4. Die katholisch geprägten Einrichtungen stellen bezüglich des Mittagsschlafes den niedrigsten Einrichtungsstandard, gefolgt von den evangelischen. Der höchste Standard findet sich bei denjenigen Einrichtungen, die keinem der großen Trägerorganisationen unterstehen.
5. Es ist nicht ganz ein Fünftel aller Kindergartenkinder, denen ein Schlafplatz zur Verfügung steht. Elf Einrichtungen bieten diesbezüglich gar keine Möglichkeit an, und nur in zwei Einrichtungen können alle Kinder schlafen.
6. Das Angebot an Schlafplätzen scheint das Schlafverhalten zu beeinflussen. Je mehr Kindern in einer Einrichtung ein Schlafplatz zur Verfügung steht, um so mehr wird geschlafen.
7. Wenn Schlafmöglichkeiten vorhanden sind, bestimmen überwiegend die im Kindergarten anwesenden Betreuungspersonen, ob das Angebot wahrgenommen wird oder nicht. In rund einem Drittel der Fälle werden auch die Eltern in die Entscheidung mit einbezogen. Eine individuelle Entscheidung über das aktuelle Ruhebedürfnis wird Kindern in rund der Hälfte der Einrichtungen ermöglicht.
8. Wird in einer Einrichtung geschlafen, ist in etwas mehr als der Hälfte der Fälle ein separater Schlafraum vorhanden. Häufig können die benutzten Räumlichkeiten abgedunkelt werden, aber nur in der Hälfte der Fälle haben die Kinder ihre persönlichen Schlafutensilien. Dass sich Kinder zum Schlafen umziehen, ist eher selten der Fall.



9. Über die Regelmäßigkeit, mit der ein Mittagsschlaf gehalten wird, entscheidet vorwiegend das Alter eines Kindes. Zwischen drei und vier Jahren scheint sich diesbezüglich eine Wende zu vollziehen. Kinder unter drei Jahren schlafen eher regelmäßig, Kinder über vier Jahren eher selten.

10. Viele Kindergärten bieten in der Mittagszeit mehrere Angebote wahlweise an. Zwar wird oft eine Freispielphase eingeplant, aber diese scheint meist eher ruhig zu verlaufen.

11. Bei den Kindergartenleiterinnen wird am häufigsten die Müdigkeit eines Kindes zur Begründung des Mittagsschlafes angeführt, eine ähnlich wichtige Rolle spielt das Alter. Bedauern wird darüber geäußert, dass zu wenig auf die individuellen Bedürfnisse der Kinder eingegangen werden kann.

12. Eltern sind nur selten gegen einen Mittagsschlaf, meist befürworten sie ihn auf Grund von Alter und Müdigkeitsgrad der Kinder, wobei darauf hingewiesen wird, dass die Kinder nicht zu sehr ausgeschlafen sein sollen.

13. In der Hälfte der Kindergärten scheinen Kinder die mittägliche Ruhepause zu genießen. In rund einem Viertel der Einrichtungen sind sie eher negativ gegenüber einem Mittagsschlaf eingestellt. Dies liegt vermutlich im Alter oder den fehlenden Räumlichkeiten begründet.