

Kinder und Musik: Warum frühes Musizieren gut fürs Gehirn ist

Ob Blockflöte, Gitarre oder Klavier – viele Kinder lernen schon früh ein Instrument. Und das ist auch gut so. Denn Musik ist nicht nur gut für die Seele, sie wirkt sich auch positiv auf die Gehirnentwicklung aus. Die Kinder können besser zuhören, sind aufmerksamer und seltener hyperaktiv. Sogar bei ADHS (Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Störung) und Legasthenie könnte das musikalische Training helfen. Hinzu kommt: Die positiven Effekte des frühen Musizierens halten bis ins Alter.

Musik spielt in nahezu allen Kulturen der Menschheit eine wichtige Rolle. Und das ist kein Wunder. Denn die harmonischen Klänge beeinflussen unsere Stimmung und Gefühle, die Musik kann uns munter machen oder aber beim Entspannen helfen und sogar im Mutterleib reagieren wir schon auf Musik. Auch auf die Gesundheit wirkt sich sowohl das Singen als auch das Hören von Musik positiv aus: Es stärkt Herz und Gefäße und senkt den Blutdruck.

Das Musikmachen wirkt sich aber auch positiv auf unser Gehirn aus. Studien zeigen, dass sich bereits nach kurzer Zeit des Übens erste Veränderungen einstellen. Durch das Spiel auf der Geige etwa entstehen neue Nervenverbindungen, die nach und nach ein feines Netzwerk im Gehirn bilden. Das erleichtert das Lernen und kann das Gedächtnis stärken.

Noch stärker sind jedoch die Effekte, wenn wir schon als Kind ein Instrument lernen. Studien zeigen beispielsweise, dass das frühe Musizieren Hirnbereiche stärkt, die unsere Bewegungen koordinieren und die Konzentration steuern. Auch Areale, die für Lernen und Gedächtnis zuständig sind oder die Emotionen und Motivation verarbeiten, profitieren vom frühen Musiktraining. Das wiederholte Üben fördert zudem die Selbstdisziplin, stärkt das Selbstbewusstsein und kann sogar die Sprachverarbeitung und Aufmerksamkeit verbessern.

Klar scheint zudem: Die positiven Effekte des Musizierens halten lange vor. Das frühe Üben kommt uns sogar noch als Senioren zugute. Denn normalerweise erkennt und verarbeitet das Gehirn von älteren Menschen schnelle Klangfolgen

langsamer als das von Jüngeren. Deshalb fällt es manchen Senioren schwer, schnellem Redefluss zu folgen und die Inhalte zu erfassen.

Doch wer als Kind ein Instrument zu spielen gelernt hat, dessen Gehirn erkennt Sprache auch im Alter besser. Eine Studie ergab beispielsweise, dass musikalisch geübte Senioren Sprachlaute zwei- bis dreimal schneller erkennen und verarbeiten. Eine andere zeigte, dass dieser positive Effekt sogar dann noch anhält, wenn man das Instrument seit der Jugend nicht mehr angefasst hat: Einige Jahre Musikunterricht in der Kindheit reichen offenbar aus, um die Sprachverarbeitung dauerhaft zu verbessern.

NPO, 23.11.2016

<https://www.wissen.de/kinder-und-musik-warum-fruehes-musizieren-gut-fuers-gehirn-ist/page/0/1>