

Μουσική για πιο δυνατό μυαλό

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Αν ανήκετε στους γονείς που ενθαρρύνουν τα παιδιά τους να μάθουν ξένες γλώσσες και να ασχοληθούν με τον αθλητισμό ή με διάφορα χόμπι, τότε ίσως θα πρέπει να τα παροτρύνετε να ασχοληθούν και με την εκμάθηση ενός μουσικού οργάνου.

Σύμφωνα με νέα έρευνα, που πραγματοποίησαν επιστήμονες από το Νοσοκομείο Παιδών της Βοστόνης με επικεφαλής την Nadine Gaab, τα παιδιά που έχουν την τύχη να παρακολουθήσουν μουσικά μαθήματα για τουλάχιστον δύο χρόνια παρουσιάζουν καλύτερες νοητικές λειτουργίες για όλη τους τη ζωή. Συγκεκριμένα διαπιστώθηκε ότι επεξεργάζονται και ανακαλούν πληροφορίες με μεγαλύτερη ευκολία, ενώ εμφανίζονται πιο ικανά στο να επιλύουν προβλήματα.

Οι επιστήμονες τονίζουν ότι η μουσική είναι τόσο ευεργετική για το μυαλό που θα μπορούσε να βοηθήσει στην αντιμετώπιση της διαταραχής υπερκινητικότητας και ελλειμματικής προσοχής (ADHD). Μάλιστα, συμβουλεύουν να διδάσκεται περισσότερο στα σχολεία. «Την ίδια ώρα που σε πολλά σχολεία καταργούν τα μαθήματα μουσικής, τα ευρήματά μας συνιστούν ότι η μουσική εκπαίδευση μπορεί

να βοηθήσει τα παιδιά να έχουν ένα καλύτερο ακαδημαϊκό μέλλον», δήλωσε η Gaab.

Η Gaab και οι συνεργάτες της κατέληξαν στα συμπεράσματα αυτά, αφού παρατήρησαν και συνέκριναν δύο ομάδες παιδιών. Τη μία ομάδα αποτελούσαν 15 παιδιά, ηλικίας 9-12 ετών, που παρακολουθούσαν μουσικά μαθήματα κατά μέσο όρο 5 χρόνια (από την ηλικία των 6) και έκαναν πρακτική εξάσκηση 3,7 ώρες κάθε εβδομάδα. Την άλλη ομάδα αποτελούσαν 12 συνομήλικα παιδιά, τα οποία όμως δεν είχαν μουσική παιδεία. Παρόμοια, συνέκριναν και δύο γκρουπ ενηλίκων, από τα οποία το ένα αποτελούσαν ενήλικες επαγγελματίες μουσικοί και το άλλο 15 ενήλικες που δεν είχαν καμία επαφή με τη μουσική.

Στα τεστ νοητικής αξιολόγησης, στα οποία υποβλήθηκαν όλοι οι συμμετέχοντες, διαπιστώθηκε ότι την καλύτερη επίδοση είχαν τα παιδιά που παρακολουθούσαν μαθήματα μουσικής, καθώς και οι επαγγελματίες μουσικοί. Μάλιστα, μέσω της μεθόδου της Λειτουργικής Απεικόνισης Μαγνητικού Συντονισμού (fMRI, μια παραλλαγή της μαγνητικής τομογραφίας) παρατηρήθηκε ότι συγκεκριμένες περιοχές του προμετωπιαίου φλοιού στον εγκέφαλο των παιδιών ήταν αυξημένα ενεργοποιημένες. Αξίζει να αναφερθεί ότι ο προμετωπιαίος φλοιός σχετίζεται με τη γενική νοημοσύνη και την εκτελεστική λειτουργία του εγκεφάλου.

Βάσω Παπασούλη

Πηγή: vita.gr