



MUSIKALISCH LEBEN

Eine Beschäftigung für jedes Alter

Ob man bereits als Kleinkind auf die Trommel schlägt, als Kind in die Trompete bläst, im frühen Erwachsenenalter mit anderen gemeinsam musiziert oder im fortgeschrittenen Alter erst damit beginnt: Musik ist eine Beschäftigung, bei dem das Alter überhaupt keine Rolle spielt. Im Gegenteil. Studien zeigen auf, wie wertvoll es für unser Gehirn und unsere motorischen Fähigkeiten ist, zu musizieren – ob als Kleinkinder oder 60 plus.

Bereits im Bauch der Mama werden Kinder unterschiedlichen Klangreizen ausgesetzt. Sei dies durch Umgebungsgeräusche, durch die Stimme der Mutter oder durch musikalische Töne. Ein [Artikel der Organisation Unicef](#) illustriert die beruhigende Wirkung von Musik und deren positiven Einfluss auf die Gehirnentwicklung. So hilft Musik unter anderem dabei, die Stimmung zu verbessern und Stress abzubauen.

Musik als Kleinkind



Das Musizieren im Kleinkindalter ist der Beginn des Musikunterrichtes und bietet einen spielerischen Einstieg in die Welt der Musik. Als erste Instrumente dienen dabei die Stimme und der Körper. Durch Singen, Musizieren, Bewegen und gemeinsames Spielen wird die Freude an der Musik gefördert. Das gemeinsame, spielerische Musizieren fördert nicht nur die Entwicklung, sondern ist auch ein wertvoller Bindungsmoment zwischen Kind und Bezugsperson.

Erste Ausbildung und Instrumentalunterricht

In Dübendorf, Schwerzenbach, Wangen-Brüttisellen und Fällanden erhalten alle Schülerinnen und Schüler der Primarschule eine musikalische Grundausbildung. Das Angebot reicht dabei von Klassensingen, Bläserklassen, Musikprojekten, Schulhausbands und vielem mehr. Ziel dabei ist es, das Musizieren zu fördern, Kinder darauf zu sensibilisieren und sie dafür zu motivieren. Bewusstes Hören, Singen, Sprechen, Bewegen und Spielen vermittelt zahlreiche kognitive Eindrücke und fördert zugleich das soziale Verhalten.

Es ist in diesem Alter – in der Regel ab fünf Jahren – dass Kinder auch das erste Mal mit einem Musikinstrument in Kontakt kommen. Meist ist es an einer Instrumentenvorstellung, wie sie auch unsere Musikschule jährlich durchführt: Hier haben Kinder die Gelegenheit, alle Instrumente in die Hand zu nehmen und ein paar Töne zu spielen. Dies ist meist der ausschlaggebende Punkt, an dem sich ein Kind auch für sein oder ihr Lieblingsinstrument entscheidet.

Die Auswirkungen des Spielens eines Instrumentes sind äusserst positiv. Dies illustriert auch ein [Artikel im Elternmagazin Fritz und Fränzi](#): Das Üben fördert die Konzentrationsfähigkeit, indem Kinder aktiv zuhören. Die Motorik wird koordiniert und die Aufmerksamkeit wird gesteigert.



Ein Instrument zu erlernen macht Freude, fördert die Konzentrationsfähigkeit und stärkt das Selbstbewusstsein.

Nicht nur der individuelle Musikunterricht ist eine Bereicherung für Kinder und Jugendliche. Viele sind nebenbei an einer Form von Gruppenunterricht beteiligt, sei dies in Form eines Ensembles, eines Orchesters, einer Band oder in einem Chor. Hier lernen Kinder und Jugendliche gegenseitige Rücksichtnahme und das Zusammenspiel unterschiedlicher Instrumente. Das Musizieren in der Gruppe fördert soziale Fähigkeiten und ist eine super Basis, um Freundschaften zu knüpfen. Gemeinsames Musizieren vernetzt auch Gehirne, wie Susanne Hänni in ihrem [Jubiläumsbeitrag für die Musikschule](#) erläutert: Forscher des Max-Planck-Instituts für Bildungsforschung konnten nachweisen, dass sich hirnübergreifende Netzwerke ausbilden, wenn gemeinsam musiziert wird.

Erwachsenenunterricht und Musik 60plus

Musik kennt kein Alter. Dieser Meinung sind auch wir von der Musikschule. Aus diesem Grund bieten wir nicht nur für Kinder und Jugendliche Unterricht an. Auch Erwachsene sind bei uns herzlich willkommen und können sich zum Beispiel mit Instrumentalunterricht oder im Zmittagchor musikalisch den Alltag bereichern. Und für alle 60plus haben wir spezifische Kurse, bei dem die eigene Musikalität wiederentdeckt werden kann.



Der Kurs "Querbeet musizieren" richtet sich explizit an Personen über 60 Jahren.

Eine wissenschaftliche Studie von Prof. Dr. Reto Kressig des Felix-Platter-Spitals in Basel zeigt eindrücklich auf, wie musikbasierte Aktivitäten auch im fortgeschrittenen Alter zu einer besseren Hirnleistung und Förderung des Wohlbefindens beitragen. Der Studie zufolge helfen Musik und musikbasierte Aktivitäten bei der Prävention und Therapie von Demenzerkrankungen.

Egal, wie alt man ist: Musik ist in vielerlei Hinsichten bereichernd und trägt positiv zu unserem Denken, unserer Sozialisierung und unserem Wohlbefinden bei. Und es macht einfach Spass!

Iris Baumann