

## PIANO ET CERVEAU

### Le cerveau des enfants et la pratique du piano

L'apprentissage du piano augmente la capacité de concentration et développe sur le long terme l'intelligence émotionnelle : on écouterait différemment la musique après avoir commencé le piano.

Il développe également la persévérance et la discipline, renforce la mémoire et accroît la dextérité.

D'après Hervé Platel, professeur de neuropsychologie, outre les résultats sur les fonctions motrices et auditives, plusieurs études rapportent également un effet de la pratique sur d'autres fonctions cognitives.

En effet, les travaux de recherche réalisés chez l'enfant en particulier, montrent une amélioration des performances au niveau des habiletés langagières, avec de meilleurs résultats lors des tests de vocabulaire ou de lecture chez ceux qui bénéficient de leçons de piano.

Selon certains auteurs, recevoir des leçons de musique pourrait également être bénéfique pour les mathématiques, du fait de l'organisation rythmique de la musique, qui aiderait à la maîtrise de la notion des fractions.

De plus, l'augmentation des performances visuo-spatiales a pu être interprétée comme un "effet solfège", l'apprentissage de celui-ci nécessitant un décodage de symboles visuels à l'horizontale et à la verticale qui aiderait ensuite potentiellement les enfants dans leurs stratégies d'analyse visuelle pour des mots et des phrases.

...et le cerveau des plus âgés dans tout ça?

D'après un article paru dans le magazine "Cerveau et Psycho" N°155 du 25/04/23, une demi-heure de piano tous les jours augmente la matière grise dans plusieurs régions du cerveau chez des personnes de plus de 60 ans.

Des travaux menés à l'Université de Genève ont fait apparaître un fait marquant: le cerveau stimule la production de nouveaux neurones dans certaines zones clés connues pour intervenir dans la mémoire de travail, l'équilibre et la coordination, mais aussi dans une variété de régions jusqu'alors insoupçonnées.

L'amélioration cognitive est toutefois proportionnelle au temps passé à faire de la musique: en effet, il est nécessaire de mettre en place un entraînement régulier pour fixer les acquis (en moyenne 25/30 minutes par jour). Mieux vaut jouer peu quotidiennement plutôt que 2 heures juste avant le cours !

Et que dire du plaisir d'apprendre un nouveau langage, avec ses symboles et ses signes à décrypter ?

Lancez-vous !