

Les scientifiques prouvent l'effet bénéfique de la pratique musicale sur les ados

le 29 Septembre 2015



© Andrew Lichtenstein/Corbis

La récente étude des chercheurs de la Northwestern University de Chicago apporte des preuves scientifiques sur l'impact de la pratique et de la formation musicale sur le cerveau des adolescents, un argument fort pour défendre la place de la musique dans le cursus scolaire.

Ces dernières années, de nombreuses recherches ont largement prouvé les bénéfices de la pratique musicale sur le développement cérébral des enfants, aussi bien sur le plan cognitif, qu'émotionnel ou comportemental. Nous avons ainsi relayé ici même l'étude des chercheurs de [de la Northwestern University de Chicago](#) pilotée par **Nina Kraus**, professeur des sciences de la communication, sur [l'impact de l'apprentissage musical sur les aptitudes cognitives des enfants de 3 à 6 ans](#) concluant que « *l'apprentissage de la musique peut littéralement remodeler le cerveau d'un enfant de façon à améliorer sa réception sonore, ce qui améliore automatiquement ses aptitudes d'apprentissage et d'acquisition du langage* ».

Or, la pratique musicale des jeunes enfants relève généralement de l'initiative des parents et

concerne notamment le temps extra-scolaire. Dans la plupart des pays, la France y compris, elle ne fait pas partie du curriculum avant le secondaire. Par conséquent, certains jeunes n'auront jamais eu de pratique musicale avant d'intégrer la chorale ou l'orchestre de leur collège ou lycée.

De plus, il a été scientifiquement prouvé que la réceptivité aux stimuli auditifs est la plus performante pendant les premières années de vie, pour décliner progressivement ensuite, d'où la facilité avec laquelle de tout jeunes enfants apprennent les langues étrangères.

Tous ces arguments pris en compte, que fait-on des ados ? **Y a-t-il un intérêt scientifique lorsqu'ils se mettent à la musique pour la première fois seulement au collège ?**

C'est la question que s'est posée l'équipe de Nina Kraus dans [la récente étude](#) dont les résultats ont été publiés dans *Proceedings of the National Academy of Sciences*. La conclusion est sans appel : **même commencée à l'adolescence, la musique peut améliorer la réactivité cérébrale au son, paufiner les compétences linguistiques, et de manière générale, améliorer les résultats scolaires.**

« Dans le contexte où les programmes scolaires réduisent les heures dédiées à l'éducation musicale dès qu'il s'agit de faire des économies, les résultats de notre étude confirment l'importance de la musique dans le cursus scolaire », affirme Nina Kraus. « Les résultats que nous avons obtenus montrent que le cerveau des adolescents reste très réceptif à la musique, d'où l'importance de défendre la place de la pratique et de la formation musicales pendant l'adolescence, et notamment à l'école. »

Pendant trois ans, Nina Kraus, Adam Tierney et Jennifer Krizman ont suivi deux groupes d'étudiants des banlieues défavorisées de Chicago. La moitié était impliquée dans des orchestres scolaires au rythme de deux à trois heures de répétitions par semaine. Les élèves n'ont pas eu de formation musicale antérieure et ont appris à lire la musique à l'école. La comparaison des résultats obtenus par rapport au groupe de référence à l'aide de l'imagerie médicale a montré des changements significatifs dans le développement cérébral des adolescents-musiciens, et notamment **une réponse neuronale plus rapide dans le traitement et la discrimination sonore**. Sur le plan cognitif, cela s'est notamment traduit par une **amélioration des compétences linguistiques et des aptitudes d'apprentissage**.

« Même si la pratique musicale ne semble pas enseigner les compétences directement liées à de nombreuses professions, nos résultats suggèrent que la pratique musicale "apprend à apprendre". » a expliqué la chercheuse.

Si pour certains cela n'est pas encore assez clair, redisons-le simplement : outre le plaisir de maîtriser un instrument de musique et d'en jouer avec des copains, la pratique musicale à l'école peut en effet véritablement améliorer les fonctionnalités cérébrales des adolescents. Pour tous ceux qui en doutaient encore...

Par [Suzana Kubik](#)