



## DES BIENFAITS DE LA MUSIQUE

---

L'air de rien, elle s'est peu à peu effacée des programmes scolaires. Pourtant, sa pratique et son écoute dès le plus jeune âge ont *un impact certain sur le développement cognitif et le bien-être physique et émotionnel*. **Musique.**

---

PHOTOS : KAREL BALAS — MOTS : AMANDINE GROSSE

Et si, au-delà de sa beauté et de sa place majeure dans l'art, la musique accompagnait les enfants dans une démarche d'apprentissage et de construction globale de leur bien-être ? C'est la conviction de Joan Koenig, qui a créé il y a trente-deux ans une école de musique unique à Paris : l'école Koenig, et son American Conservatory ([ecolekoenig.com](http://ecolekoenig.com)). Après vingt ans en tant que conservatoire, l'établissement bilingue français/anglais décide d'aller plus loin dans sa démarche à destination des enfants : « Après avoir vu tellement de choses exceptionnelles se passer avec les enfants que l'on voyait une fois par semaine, cette réflexion m'est venue : qu'est-ce que ce serait si on les voyait tous les jours ? »

### **La musique au cœur des apprentissages**

Joan Koenig fonde alors la première et unique école maternelle musicale, avec ses sections Preschool et Kindergarten. Initié à Paris, son programme innovant place la musique au

cœur de l'apprentissage linguistique, artistique et mathématique. Objectif : préparer les enfants âgés de 2 à 6 ans à l'école primaire, en développant chez eux confiance et surtout désir d'apprendre (s'en suivront des ateliers destinés aux bébés). Dans son livre *The Musical Child* qui paraîtra aux États-Unis et en Angleterre en 2020 (les droits sont en cours de négociation pour la France), Joan Koenig croise les cas pratiques observés dans ses classes avec les études scientifiques menées sur le rôle de la musique dans la petite enfance : « La musique ne développe pas seulement le cognitif, mais aussi la créativité, les compétences linguistiques et, surtout, le bien-être physique et émotionnel. » Une approche du terrain qui met en exergue l'exploitation complète et optimum de notre cerveau : « Avec la musique, on peut apprendre les phonèmes, les multiplications, les langues... Si ça l'amuse ou s'il trouve ça très beau, l'enfant mémorisera instantanément. C'est scientifique :

l'enfant heureux apprend beaucoup plus vite et plus facilement. Son cerveau est inondé de dopamine et de sérotonine. L'enfant stressé, inversement, n'est pas en capacité d'apprendre », souligne Joan Koenig. Parmi les autres spécificités liées à la musique, la place du corps est un élément majeur : « Plus le corps est engagé, plus l'apprentissage est ancré dans la mémoire. Car c'est notre mémoire physique qui est la plus forte. Apprendre les multiplications en chantant et en sautant fait appel à ce que l'on nomme la mémoire implicite, celle qui n'implique pas d'effort. » Et, justement, la musique engage toujours un mouvement : on frappe dans les mains, on hoche la tête, on tape du pied.

#### Le cerveau musical

Si, aux origines des classes maternelles musicales initiées par Joan Koenig, la conscience des bénéfices de la pratique et de l'écoute musicale sur les enfants en était à ses balbutiements, aujourd'hui, de plus en plus de chercheurs viennent y apporter un socle scientifique



incontestable. Parmi eux, la chercheuse canadienne Isabelle Peretz s'est spécialisée dans l'étude du « cerveau musical », un domaine d'étude neurologique qu'elle a fondé. Dans son livre *Apprendre la musique. Nouvelles des neurosciences* (Odile Jacob), la chercheuse explique en quoi consiste le cerveau musical avec lequel chaque être humain naît, ce penchant pour la musique ancré dans l'organisation cérébrale de notre cerveau, et les effets bénéfiques de le nourrir dès le plus jeune âge. « Selon les dernières recherches, l'enfant qui s'engage dans une activité musicale se démarque sur le plan scolaire et se montre plus altruiste », souligne Isabelle Peretz. La chercheuse explore tous les fondements scientifiques sur lesquels repose notre engouement populaire pour la musique. Et ce, dès nos premières heures de vie : « Saviez-vous que, dès la naissance, le cerveau du bébé répond à la musique avec discernement ? Tous les grands faisceaux de connexions cérébrales y sont en place et certains réseaux spécialisés visant à organiser hiérarchiquement la hauteur (harmonie) et la durée (métrique) des sons y sont déjà actifs. » Une approche qui nourrit le travail de Joan Koenig et de tous les formateurs et enseignants en musique : « Quand l'enfant naît, toute la partie émotionnelle de son cerveau est développée, tandis que toutes les capacités exécutives atteignent leur maturité à la fin de l'adolescence. Ils développent dès le premier jour de vie un véritable langage musical. Leurs capacités émotionnelles sont, de ce fait, particulièrement adaptées à la musique. Car on ne fait pas de musique sans émotion ! » souligne Joan Koenig. On aurait donc tort de ne pas exploiter ce champ musical qui valorise l'émotion comme vecteur de notre développement. « Un jour, j'ai demandé à Isabelle Peretz pour quelles raisons j'observais tant de choses exceptionnelles dans mon école. Elle a rigolé et a simplement dit : c'est l'émotion. » Problème : la musique, au sens large, dans sa pratique comme dans son écoute est nettement sous-exploitée dans l'enfance.

### **Le syndrome de la flûte à bec**

Depuis une dizaine d'années, les systèmes éducatifs venus du Nord marquent des points dans nos esprits français que l'on souhaiterait moins étriés. À raison, étant donné la place que le modèle scandinave accorde au potentiel créatif et émotionnel de leurs enfants. Il y a notamment une approche que beaucoup de spécialistes de l'éducation musicale aimeraient importer en France : la musique à l'école. Pas celle qui s'affiche dans les programmes de manière anecdotique (chacun se souvient de ses cours de flûtes à bec une fois par

Pour le chant choral,  
nous observons des  
bienfaits personnels  
et collectifs sur l'enfant :  
la connaissance de soi,  
l'utilisation de sa  
respiration, de son corps,  
l'élan collectif, l'écoute  
de l'autre et l'exemplarité  
de performances  
collectives exigeantes.

—  
Hedwige Gronier, responsable  
du Mécénat culturel à la Fondation  
Bettencourt Schueller

semaine) : celle qui traverse naturellement les différents apprentissages. En Finlande, la musique est obligatoire de la prénatale jusqu'à la sixième. Les écoles font des partenariats avec les conservatoires et les écoles de musique du pays. Chaque enfant pratique la musique. Il ne l'étudie pas, il la pratique. Les instituteurs ont donc l'obligation de valider une formation musicale avant d'enseigner.

Et si ce système, qui a fait ses preuves, séduit des enseignants français, sur le terrain, le manque de formation rend très compliquée l'implantation d'une vraie pratique musicale à l'école. Alors même qu'une récente étude des chercheurs de la Northwestern University à Chicago apporte des preuves scientifiques sur l'impact de la pratique et de la formation musicales sur le cerveau des jeunes enfants et des adolescents. Un bénéfice cognitif, émotionnel et comportemental réel, qui s'impose comme un argument supplémentaire quant à l'insertion de la musique dans tous

le cursus scolaire. En France, le plan choral initié par le gouvernement en 2018 vise justement à mettre en place une chorale dans chaque école et chaque collège de l'Hexagone. Car, ne l'oublions pas, la voix est notre premier instrument. Une initiative qui installe l'art en général et la musique en particulier comme priorité éducative.

### **La clé de sol, clé du vivre ensemble?**

À ce titre, la Fondation Bettencourt Schueller fait partie des pionniers dans le développement et la promotion du chant choral en France. Un engagement fort en tant que mécène culturel majeur, qui souligne les nombreux bénéfices de cette pratique. « Depuis vingt ans que nous soutenons des entités qui sensibilisent les enfants à la chorale, notamment avec le prix Liliane Bettencourt pour le chant choral, nous observons ses bienfaits personnels et collectifs sur l'enfant. Des bienfaits corroborés par de nombreuses études scientifiques : la connaissance de soi, l'utilisation de sa respiration, de son corps, l'élan collectif, l'écoute de l'autre et l'exemplarité de performances collectives exigeantes », souligne Hedwige Gronier, responsable du Mécénat culturel à la Fondation. « Quand on est synchronisé avec les autres, on est littéralement avec les autres, ce qui implique un altruisme démontré par de nombreuses études. Avec la musique pratiquée en groupe, les différences s'estompent, on va spontanément aider l'autre », précise Joan Koenig. Hisser avec bienveillance l'enfant vers une certaine exigence fait aussi partie des bénéfices de la pratique musicale. « Les adultes ont tendance à s'autocensurer dans les propositions musicales et artistiques qu'ils font à leurs enfants, en pensant qu'ils n'appréhenderont pas bien un morceau de musique classique ou une peinture de grand maître. C'est tout l'inverse, les enfants abordent l'excellence avec leur propre perception et n'en sont que nourris », souligne Hedwige Gronier. Alors, n'est-il pas temps de ré-enchanter leur quotidien? ♦