

Trommeln und Musik bei ADHS und Neurodiversität

Die Woabong ist eine Stahlzungen-trommel, auch bekannt als Tongue Drum und kann für Menschen mit ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung) sehr hilfreich sein.

Das Spielen dieser Instrumente kann helfen, die Aufmerksamkeit zu fokussieren und Stress abzubauen. Die beruhigenden und harmonischen Klänge können eine entspannende Wirkung haben und helfen, die Gedanken zu ordnen. Ich habe ADHS und kann diesen Effekt bestätigen. Darüber hinaus fördert das Spielen der Stahlzungen-trommel die Feinmotorik und die Hand-Auge-Koordination, was besonders für Kinder mit ADHS von Vorteil sein kann. Ebenso unterstützt beidhändiges trommeln die Verknüpfung der rechten und linken Gehirnhälfte und führt zu einer ausgewogenen Nutzung der kognitiven und emotionalen Fähigkeiten.

Meine Schlussfolgerung basiert auf bekannten Vorteilen von Musiktherapie und Instrumentenspiel bei ADHS. Das Spielen von Musikinstrumenten kann generell positive Auswirkungen haben, indem es die Konzentration fördert und Stress abbaut. Stahlzungen-trommeln bieten durch ihre beruhigenden, harmonischen Klänge und die einfache Spielweise eine besonders entspannende und zugängliche Möglichkeit. Musiktherapeuten und Pädagogen berichten oft von positiven Erfahrungen mit solchen Instrumenten, insbesondere bei Kindern mit ADHS. Studien und Erfahrungsberichte legen nahe, dass das Spielen dieser Instrumente die emotionale und kognitive Entwicklung unterstützen kann.

Studie zur Musik- und Sprachverarbeitung von Kindern und Jugendlichen mit ADHS

Diese Studie wurde von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie des Universitätsklinikums des Saarlandes in Zusammenarbeit mit der Jāzeps Vītols Musikakademie in Riga, Lettland, durchgeführt. Ziel der Studie war es, die Besonderheiten der Musik- und Sprachverarbeitung bei Kindern und Jugendlichen mit ADHS zu untersuchen. Die Forscher fanden heraus, dass ADHS-Patienten im Hörkortex (dem Gehirnbereich, der Töne und Sprache verarbeitet) spezifische Veränderungen aufweisen.

Pilotstudie zur Musiktherapie bei erwachsenen ADHS-Patienten

Diese Pilotstudie wurde von Wissenschaftlern der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Medizinischen Fakultät der Universität Duisburg-Essen (UDE) am LVR-Klinikum Essen durchgeführt. In dieser randomisierten, kontrollierten Studie wurde untersucht, ob das Hören von klassischer Mozart-Musik die Stimmung bei ADHS-Patienten verbessern kann. Die Teilnehmer der Musikgruppe hörten zehn Minuten lang die Klaviersonate KV 448 von Mozart, während die Kontrollgruppe in einem stillen Raum blieb. Die Ergebnisse zeigten, dass das Musikhören zu einem Rückgang der negativen Stimmung führte, sowohl bei ADHS-Patienten als auch bei gesunden Kontrollpersonen.

adhs-deutschland.de

www.neurologen-und-psychiater-im-netz.org

www.neuromedizin.de