

Vielerlei Intelligenzen

**Sprachliche
Intelligenz**

**Musikalische
Intelligenz**

**Intrapersonelle
Intelligenz**

**Räumliche
Intelligenz**

**Logisch-
mathematische
Intelligenz**

**Interpersonelle
Intelligenz**

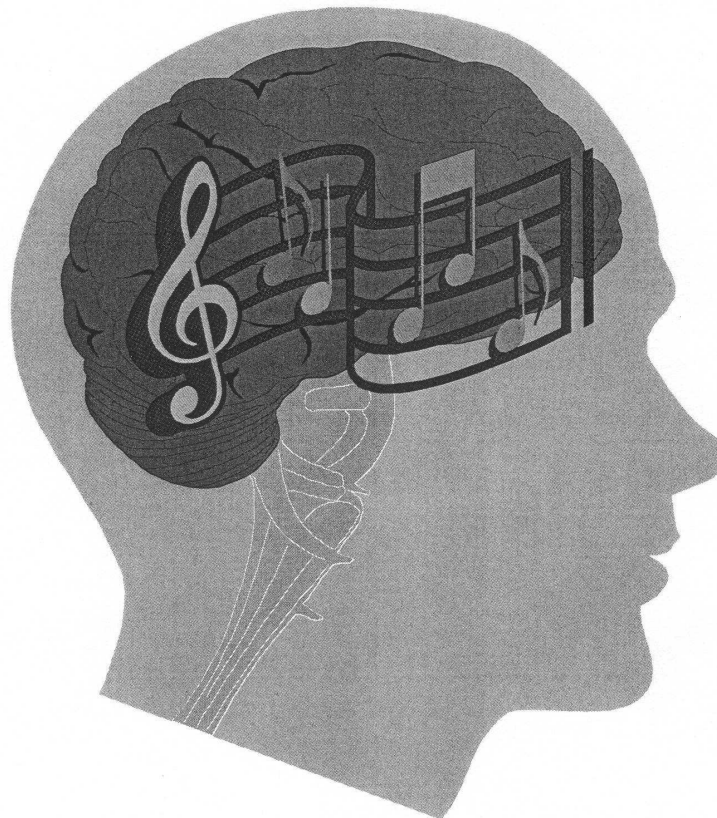
**Körperlich
kinästhetische
Intelligenz**

**Existenzielle
Intelligenz**

**Naturalistische
Intelligenz**

Neurobiologie der Musik

Musik stimuliert das körpereigene Belohnungssystem, das mit der Ausschüttung von Dopamin und endogenen Opioiden einhergeht. Durch angenehm empfundene Musik werden zentralnervöse Strukturen, die unangenehme Emotionen wie Angst und Aversion signalisieren, gemindert. Musik leistet somit einen deutlichen Beitrag zu unserem geistigen und körperlichen Wohlbefinden.



**Empfehlung für den Unterricht:
Entspannungsübungen mit musikalischer Untermalung**

Einsatzmöglichkeiten für Entspannungsmusik

- Präsentationen von neuen Strukturen
- Einstimmung für einen Lesetext
- Einstimmung für einen Hörtext
- Präsentation eines Gedichts
- Vorlesen einer Geschichte
- Entspannung allgemein vor Unterrichtsbeginn
- Suggestopädisches Lernen
- Autogenes Training
- Fantasie- und Traumreise
- Hörbücher
- Etc.