Musik beim Lernen

Musik beeinflusst unsere Gefühle. Sie kann uns traurig oder glücklich, ruhig oder aufgedreht machen. Einige Musikarten machen uns aggressiv und bestimmte Musik motiviert uns.

Bist du ein auditiver Lerntyp? Dann kannst du von Musik profitieren. Musik kann nämlich beim Lernen helfen, weil die Geräusche die Gehirnaktivität stimulieren. Deshalb lernt man effektiver. Bei gleichen Geräuschkulissen kann man sich besser konzentrieren. Lieder über unglückliche Liebe machen traurig, und Techno macht aufgedreht.

Ideal zum Lernen sind klassische, Ambient oder Relaxing Musik mit Geräuschen aus Natur wie Regen, Meer oder Wald.

Deine Lieblingsmusik sollst du in den Pausen hören. Sie kann den Stress minimieren und für das Lernen motivieren.