

HỌC TRONG LÚC NGỦ

Những học sinh ham ngủ chắc chắn sẽ cảm thấy phấn khích khi biết loại gối giúp con người tiếp thu kiến thức trong giấc ngủ vừa ra đời.

Một chiếc gối Sound Asleep được rao bán trên mạng. Ảnh: amazon.com.

Theo Telegraph, các nhà khoa học của Đại học Northwestern tại Mỹ tiến hành một thử nghiệm để chứng minh trí nhớ của con người được củng cố trong giấc ngủ và chúng ta hoàn toàn có thể tác động để một ký ức nào đó được lưu giữ lâu hơn hẳn những ký ức khác.

Các chuyên gia yêu cầu một nhóm sinh viên nhìn 50 vật thể trên màn hình máy tính. Nhiệm vụ của tình nguyện viên là cố gắng nhớ vị trí của từng vật thể.

Sau đó, khi nhóm sinh viên ngủ, các nhà khoa học bật đoạn băng ghi lại âm thanh liên quan tới một nửa trong số 50 vật thể.

Kết quả cho thấy, tất cả sinh viên đều nhớ vị trí của những vật thể mà họ được nghe âm thanh liên quan trong giấc ngủ chính xác hơn so với những vật thể kia.

Dựa trên phát hiện của Đại học Northwestern, các chuyên gia của công ty Sound Asleep tại Anh vừa phát minh một loại gối được tích hợp loa có khả năng giúp con người củng cố trí nhớ trong giấc ngủ. Do ngày càng có nhiều giáo viên đưa bài giảng lên mạng Internet nên sinh viên, học sinh có thể tải những bài giảng đó vào đĩa hoặc máy chơi nhạc hoặc đĩa CD.

Khi chuẩn bị ngủ, người sử dụng gối của Sound Asleep chỉ việc cắm dây tín hiệu âm thanh của loa vào máy chơi nhạc hoặc máy chơi đĩa CD để nghe bài giảng trong giấc ngủ. Chỉ người đặt đầu lên gối mới nghe thấy âm thanh, còn người bên cạnh không nghe thấy gì.

Jamie Moryoussef, giám đốc điều hành của Sound Asleep, tuyên bố: “Người học có thể tiếp thu kiến thức ngay trong lúc nghỉ ngơi với chiếc gối của chúng tôi”.

Mỗi chiếc gối của Sound Asleep được bán với giá 28 USD. Independent Online cho rằng đây cũng là món hàng lý tưởng đối với những cá nhân hay phải ngủ cùng người ngáy to, những người mắc chứng ù tai (chỉ ngủ được khi có âm thanh). Những người thường xuyên mất ngủ có thể thư giãn bằng cách tải những âm thanh, giai điệu êm ái để thưởng thức mà không làm mất giấc ngủ của người bên cạnh.

Những người phản đối thuyết “học trong giấc ngủ” cho rằng giấc ngủ sâu là điều kiện cần thiết để não phân loại và lưu trữ thông tin một cách hiệu quả. Vì thế âm thanh trong đêm khiến con người không thể ngủ sâu và cản trở khả năng lưu trữ của não.

