

## اسهل وسيلة لتعلم اللغات

وضحت دراسات جديدة أن "الاستماع للغات جديدة خلال فترة النوم يساعد المخ على حفظ الكلمات وتعلمها بسهولة."

حيث قام فريق من مؤسسة العلوم الوطنية بإجراء دراسة على 60 طالبا من المتحدثين باللغة الالمانية، لتوضيح مدى تعلمهم لكلمات اللغة الهولندية أثناء النوم.

في يوم التجربة، أجلس فريق العلماء جميع الطلبة على الأرض، وأعطوا لهم قائمة من الكلمات الهولندية لدراستها حتى الساعة العاشرة مساء، ثم طلب الفريق من نصف المجموعة الذهاب للنوم، بينما بقي النصف الآخر مستيقظا مع فريق البحث.

بعدها وضعت سماعات، في اذان الطلبة تقوم بتردد الكلمات الهولندية على مسامع كل واحد من الفريقين حتى الساعة الثانية صباحا، بعدها تم ايقاظ مجموعة النائمين، واختبر الفريق الجميع لقياس مقدرة كل منهم على استيعاب الكلمات الهولندية.

وجدت الدراسة أن "مجموعة الطلبة الذين ذهبوا إلى النوم أظهرت نتائج أفضل بشكل كبير، بينما أظهرت المجموعة التي ظلت مستيقظة نتائج سيئة."