

बच्चे सोते-सोते भी सीखते रहते हैं

सोते बच्चे के चेहरे पर जो सुकून होता है, उसे देखकर यह न समझें कि वह पूरी तरह बेखबर सोया है। फ्लोरिडा विश्वविद्यालय की डैना बायर्ड का कहना है कि सोते हुए बच्चे सूचनाएं सोखते रहते हैं। इस तरह से वे मां के पेट से बाहर अपने जीवन के साथ सामंजस्य की प्रक्रिया को रफ्तार देते हैं।

कोलंबिया विश्वविद्यालय के विलियम फिफर के साथ मिलकर उन्होंने एक प्रयोग किया जिसके आधार पर उक्त निष्कर्ष निकाला है। उन्होंने 10 से 73 घंटे उम्र के 26 सोते हुए बच्चों के पास एक बीप बजाई। हर बीप के बाद उनकी पलकों पर हवा का एक झोका मारा गया जो बहुत सुखद न था। इस झोंके से बच्चों की आंखों के आसपास का हिस्सा सिकुड़ जाता था।

ऐसा करीब 20 मिनट तक करने के बाद ये सोते हुए बच्चे सिर्फ बीप बजने पर ही आंखें सिकोड़ लेते थे हालांकि अब हवा का झोंका नहीं आता था। इसका मतलब है कि वे

सोते-सोते ही बीप और उस कष्टदायक हवा के झोंके का सम्बंध जोड़ना सीख गए थे।

यह प्रयोग करते समय बच्चों के मस्तिष्क के प्री-फ्रंटल क्षेत्र की सक्रियता की भी निगरानी की गई थी। बीप के दौरान यह क्षेत्र सक्रिय हो जाता था। गौरतलब है कि प्रीफ्रंटल कॉर्टेक्स मस्तिष्क का याददाश्त से सम्बंधित हिस्सा है।

इतने छोटे बच्चे आम तौर पर दिन में 16-18 घंटे सोते रहते हैं। यह प्रयोग दर्शाता है कि वे इस दौरान भी सूचनाएं ग्रहण करते और सीखते रहते हैं। वैसे कैम्ब्रिज में चिकित्सा अनुसंधान परिषद के कॉग्निशन एण्ड ब्रेन साइन्स यूनिट के ट्रिस्टन बेकिनस्कटाइन ने वयस्कों के साथ ऐसा ही प्रयोग करने की कोशिश की थी मगर वे असफल रहे थे क्योंकि बीप के साथ वयस्क लोग जाग जाते थे। वयस्क लोग सोते समय अचेतन स्थिति में रहते हैं। मगर यह प्रयोग दर्शाता है कि बच्चों की स्थिति इससे भिन्न होती है। *(स्रोत फीचर्स)*