



You have downloaded a document from  
**RE-BUŚ**  
repository of the **University of Silesia in Katowice**

**Title:** Rozwój strategii pamięciowych na lektoratach w Uniwersytetach Trzeciego Wieku

**Author:** Monika Grotek

**Citation style:** Grotek Monika. (2003). Rozwój strategii pamięciowych na lektoratach w Uniwersytetach Trzeciego Wieku. "Edukacja Ustawiczna Dorosłych" (Vol. 2, (2003), s. 42-50).



Uznanie autorstwa - Licencja ta pozwala na kopiowanie, zmienianie, rozprowadzanie, przedstawianie i wykonywanie utworu jedynie pod warunkiem oznaczenia autorstwa.



UNIWERSYTET ŚLĄSKI  
W KATOWICACH



Biblioteka  
Uniwersytetu Śląskiego



Ministerstwo Nauki  
i Szkolnictwa Wyższego

## **ROZWÓJ STRATEGII PAMIĘCIOWYCH NA LEKTORATACH UNIwersytetu TRZECIEGO WIEKU**

Lektoraty języków obcych obok wykładów i wycieczek należą do najpopularniejszych form zajęć w Uniwersytetach Trzeciego Wieku (Konieczna, 1997). Jednakże, w ogromnym bogactwie źródeł metodycznych na temat nauczania języka obcego ucznia dorosłego brak jest odpowiednich pozycji dotyczących specyfiki uczenia się i nauczania osób w okresie późnej dorosłości, które mogłyby posłużyć za wytyczne dla nauczycieli prowadzących lektoraty w tychże placówkach. Źródła tego stanu rzeczy mogą leżeć w przypuszczeniu, iż podstawowe cechy osoby dorosłej istotne z punktu widzenia nauczyciela języka obcego pozostają niezmiennie bez względu na wiek ucznia lub też w założeniu, że podjęcie nauki języka obcego następuje raczej w okresie, kiedy człowiek jest czynny zawodowo.

### **Uczeń dorosły a uczeń w starszym wieku**

Porównując generalną charakterystykę dorosłego ucznia języka obcego i psychologiczne zmiany, mogące zachodzić u osób starszych, łatwo zauważyć, że niektóre z tych cech trudno jest odnieść do ucznia w podeszłym wieku. Mimo że zdolność do myślenia abstrakcyjnego i logicznego rozumowania nie pogarsza się z wiekiem (Cavanaugh, 1995:48) u ludzi starszych samo tempo przetwarzania informacji ulega zwolnieniu (ibid.), co może mieć wpływ na zwolnienie przyswajania przez nich języka obcego. Ponadto, ludzie starsi w odróżnieniu od młodszych dorosłych, mają często zaniżoną samoocenę i wiarę we własne możliwości, spowodowane negatywnymi stereotypami dotyczącymi starości jako okresu schyłku ludzkich umiejętności (Czerniawska, 1996:29). Lęk przed popełnianiem błędów i brakiem oczekiwanych postępów w nauce, często postrzeganych jako dowód na pogarszanie się pamięci, stanowi często największą barierę w efektywnym uczeniu się języka. Ludzi starszych podejmujących naukę języka obcego, podobnie jak większość dorosłych uczniów, cechuje wysoka motywacja i związana z nią pilność, na co pozwala samodyscyplina i świadomość konieczności wykonywania zadań, które mogą być długotrwałe i nie zawsze interesujące (Ur, 1996:229). Jednakże skracający się z wiekiem okres skupienia uwagi (Papalia i Olds, 1995:348) nie zawsze pozwala na pełną koncentrację podczas ćwiczeń językowych. Ponieważ zwykle przewiduje się, że osoba dorosła decydująca się na kurs języka obcego posiada już pewne doświadczenia związane

z nauką (Ur, 1996:288), a co za tym idzie rozwinięte strategie odpowiednie do indywidualnego stylu uczenia się, w andragogice zazwyczaj nie koncentruje się na rozwoju tych strategii. Jednakże trudności w obróbce informacji i przygotowaniu ich do złożenia w magazynie pamięci nasilające się z wiekiem (Papalia i Olds, 1995:347) powodują problemy z prawidłową organizacją materiału językowego ułatwiającego zapamiętywanie, co wymaga wprowadzania i treningu strategii pamięciowych w nauczaniu języków obcych na lektoratach w UTW.

## **Strategie pamięciowe oraz istotność ich rozwijania w nauczaniu ludzi w podeszłym wieku – zarys teorii**

Definicji strategii uczenia się w odniesieniu do języków obcych dostarczają prace m.in. Brown'a (1994), Chamot (1987) oraz Oxford (1990). Kompilując ww. definicje na potrzeby badań opisanych w niniejszym artykule stworzono następującą definicję roboczą: *Strategie uczenia się języka obcego są różniącymi się w obrębie jednostki celowymi działaniami uczącego się, związanymi z zastosowaniem określonych technik w podejściu do konkretnego zadania językowego, mającymi na celu ułatwienie przyswojenia czy też przypomnienia sobie językowej bądź pozajęzykowej informacji, aby zwiększyć efektywność uczenia się języka oraz uprzyjemnić ten proces.*

Ilości definicji strategii uczenia się języka odpowiada ilość ich taksonomii. W badaniach tu opisanych zastosowano podział strategii zaproponowany przez Rebecę Oxford (1990), ze względu na wyróżnienie przez nią strategii pamięciowych (*memory strategies*) jako osobnej podgrupy w obrębie strategii bezpośrednich (*direct strategies*) obok strategii kognitywnych (*cognitive strategies*) i uzupełniających (*compensation strategies*). Dalszy podział strategii pamięciowych został zaprezentowany w tabeli 1.

Istotność rozwijania strategii pamięciowych w nauczaniu ludzi starszych można umotywić teorią zmian w przetwarzaniu informacji, które następują w starszym wieku.

Przede wszystkim ludzie starsi potrzebują generalnie więcej czasu na uczenie się, co może być związane ze zwolnieniem reakcji psychomotorycznych (Czerniawska, 1996:29). Ponieważ, według Ellisa (1994:530), użycie strategii korzystnie wpływa na szybkość przyswajania języka oraz na poziom osiągnięć w tym procesie, można wysunąć hipotezę o możliwości podniesienia szybkości akwizycji u ludzi starszych. Dlatego też rozwijanie strategii może posłużyć jako alternatywa do sugerowanego przez Papalię i Olds (1995:551) przeznaczania dłuższego czasu na prezentację nowych informacji ludziom starszym. Ponadto, gdyby połączyć przystosowane do potrzeb osób starszych tempo prezentacji materiału i rozwijanie strategii, można spodziewać się znacznego wzrostu w poziomie osiągnięć uczniów.

Według badań psychologów w dziedzinie teorii przetwarzania informacji u ludzi w starszym wieku zauważyć można trudności w kodowaniu i wydobywaniu informacji. Poon (1985) przypisuje je zanikowi umiejętności przygotowania i organizowania informa-

**Tabela 1. Strategie pamięciowe według R. Oxford (1990)**

Tworzenie połączeń	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Grupowanie</li> <li>2. Kojarzenie</li> <li>3. Kontekstualizacja nowych wyrażeń</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Przeorganizowanie i przeklasyfikowanie materiału według wspólnych cech</li> <li>2. Łączenie nowego materiału z istniejącą wiedzą bądź łączenie informacji w samym materiale do przyswojenia</li> <li>3. Uczenie się nowych słów i wyrażeń w kontekście</li> </ol>
Zastosowanie obrazów i dźwięków	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Używanie obrazów –wizualizacja</li> <li>2. Mapy semantyczne</li> <li>3. Słowa klucze</li> <li>4. Odzwierciedlanie dźwięku w pamięci</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tworzenie obrazów (prawdziwych bądź wirtualnych) celem odniesienia do nich zapamiętywanej informacji)</li> <li>2. Graficzna prezentacja połączeń między pojęciami do zapamiętania</li> <li>3. Zapamiętywanie słowa w języku obcym przez odniesienie go do podobnie brzmiącego słowa w języku ojczystym i stworzenie wizualizacji łączącej oba te słowa umożliwiającej szybkie przypomnienie</li> </ol>
Prawidłowe powtarzanie materiału	Ustrukturyzowane powtarzanie	Jasna struktura doboru technik powtarzania i ich kolejności
Użycie ruchu	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Użycie ruchu bądź dotyku</li> <li>2. Użycie technik mechanicznych</li> </ol>	Wspomaganie zapamiętywania przez ruch

cji do zmagazynowania w pamięci. Jego badania wykazują, że kiedy udziela się starszym ludziom instrukcji w oznaczaniu informacji, która ma być zmagazynowana w pamięci, ich zdolności w zapamiętywaniu nie odbiegają od zdolności ludzi młodszych. Sugeruje to, że trening pamięci może okazać się niezwykle pomocny w nauczaniu ludzi starszych. Papalia i Olds (1995) opisują badania, z których wynika, że trening pamięci przynosi istotne korzyści ludziom starszym, co sugeruje, iż rozwijanie strategii uczenia się, a zwłaszcza strategii pamięciowych, które zasadniczo nie różnią się od strategii, które stosowane są przy umieszczaniu i odzyskiwaniu informacji z pamięci.

Z punktu widzenia teorii rozwijanie strategii pamięciowych stanowi element warty rozpowszechniania w nauczaniu ludzi starszych ze względu na jego możliwość przyczynienia się do nadrobienia strat związanych z brakami w pamięci i przyczynić się do wzrostu efektywności uczenia się języków obcych w tej grupie wiekowej.

## Opis badań

Założeniem badań opisanych w niniejszym artykule była wstępna analiza specyfiki rozpoczynania nauki języka obcego w podeszłym wieku. Ze względu na ograniczony czas badań skoncentrowano się na przyswajaniu słownictwa jako podstawowego narzędzia komunikacji i jako podsystemu językowego wymagającego opanowania pamięciowego.

Studium polegało na analizie częstotliwości użycia i potrzeb wprowadzania strategii pamięciowych w uczeniu się słownictwa ludzi starszych na podstawie sondażu diagnostycznego przeprowadzonego metodą kwestionariusza wśród 60 uczestników lektoratów języka angielskiego w UTW przy Uniwersytecie Śląskim w Katowicach w maju 2001 roku.

## **Świadomość istnienia oraz konieczności używania strategii uczenia się w opanowywaniu słownictwa obcojęzycznego przez osoby w podeszłym wieku**

Trzy pierwsze pytania kwestionariusza miały na celu zbadanie świadomości istnienia i użycia strategii pamięciowych przy przyswajaniu słownictwa obcojęzycznego w badanej grupie.

W jednym z nich respondenci mieli opisać techniki, które stosują podczas uczenia się słownictwa. Intencją badacza było tutaj sprawdzenie podejścia badanych osób do uczenia się słownictwa oraz stwierdzenie, czy którekolwiek ze strategii pamięciowych pojawiają się w odpowiedziach, co mogłoby świadczyć o ich spontanicznym użyciu do uczenia się słownictwa.

Z odpowiedzi respondentów można wnioskować o ich ogólnym podejściu do przyswajania słownictwa, a jest nim w przeważającej większości (66,67%) uczenie się intencjonalne (kiedy uczeń skupia się wyłącznie na przyswojeniu materiału leksykalnego). Przyswajanie słownictwa nieintencjonalne przez czytanie (13,33%) czy słuchanie (3,33%), polecane przez pedagogów, jest bardzo rzadkie. Wyniki te mogą sugerować, że uczestnicy lektoratów w UTW preferują formalne powtarzanie, do którego mogli się przyzwyczaić podczas wcześniejszych doświadczeń związanych z nauką języków obcych, zważywszy, że większość respondentów miała kontakt z nauką języka w szkole bądź na kursach językowych (83,33%) w przeszłości. W 66,67% odpowiedzi można dopatrzeć się śladów tradycyjnych technik przyswajania materiału leksykalnego, a mianowicie:

- przepisywanie słów bądź notowanie ich wraz z ich polskim odpowiednikiem i transkrypcją fonetyczną (30%),
- powtarzanie słów (16,67%),
- czytanie słów na głos (10%),
- sprawdzanie słów w słowniku (10%).

Powyższe wyniki mogą świadczyć o przenoszeniu wcześniejszych doświadczeń związanych z nauką na sytuację obecną (*transfer of training*) bez uwzględniania nowych realiów. Dominacja tradycyjnych technik przyswajania słownictwa wśród ludzi w starszym wieku może być wynikiem ogólnej niechęci do zmian wcześniej wytworzonych nawyków w tej grupie wiekowej. Dlatego też należy liczyć się z możliwością wystąpienia problemów w akceptowaniu i adaptowaniu wprowadzanych strategii przez uczniów w starszym wieku.

Jeżeli chodzi o strategię przyswajania słownictwa, aż 8 z 10 strategii pamięciowych wyróżnionych przez Oxford (1990) pojawiło się w odpowiedziach ankietowanych, jednak większość z nich była podana przez tylko jedną (*grupowanie*) bądź dwie osoby (sko-

jarzenia, słowa klucze, powtórki i techniki mechaniczne). Najpopularniejsze, choć również niezbyt rozpowszechnione, okazały się użycie obrazów (13% respondentów) oraz kontekstualizacja (23,33% odpowiedzi). Wyniki powyższe unaoczniają fakt, iż jedynie nieliczni uczestnicy kursu języka obcego w UTW korzystają ze strategii pamięciowych, aby ułatwić sobie przyswajanie słownictwa i wspomóc pamięć.

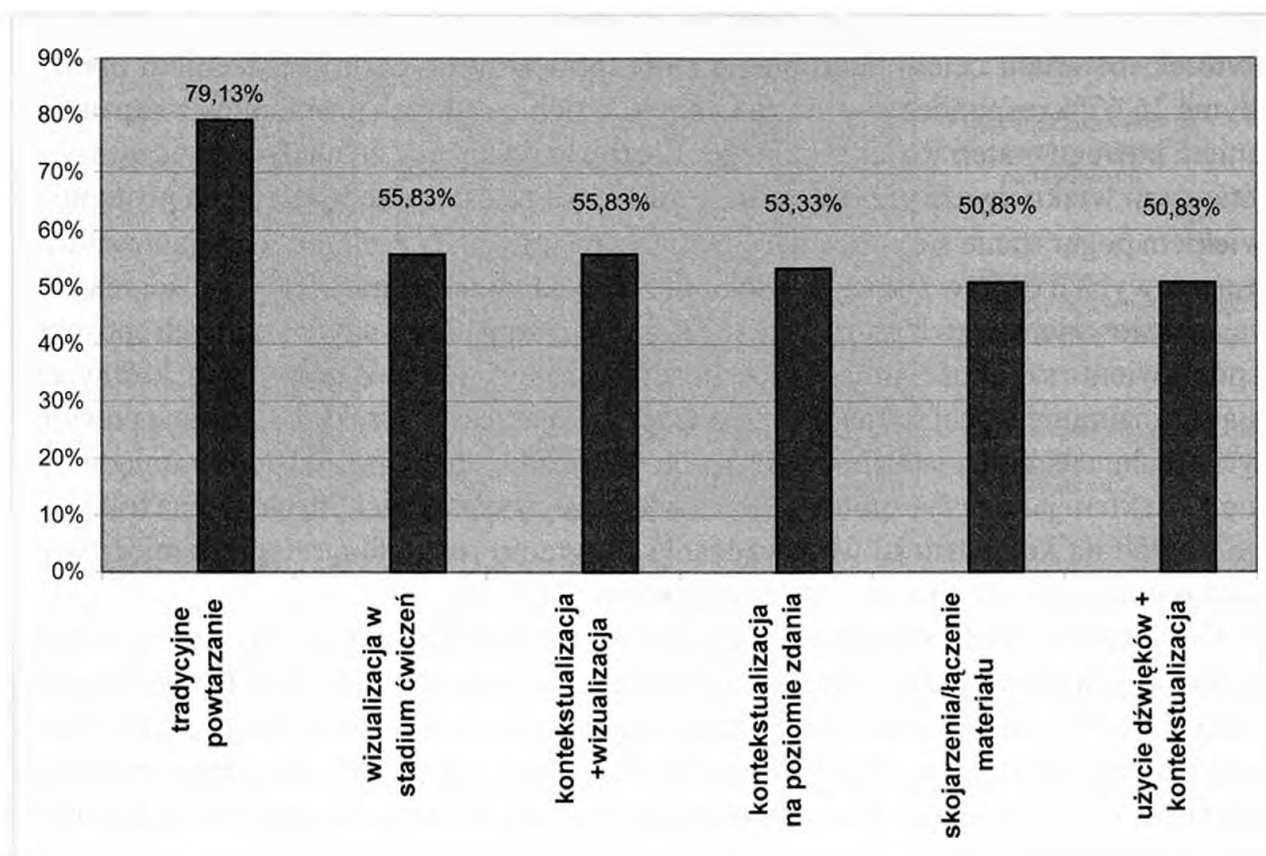
Stwierdzenie to zostało potwierdzone przez rozkład procentowy odpowiedzi ankietowanych na bezpośrednie pytanie o użycie technik wspomagających zapamiętywanie nowych słów. Aż 70% respondentów przyznało, że nie używa żadnych strategii ułatwiających zapamiętywanie, a pozostałe 30% wskazało odpowiednio na: *skojarzenia* (10%), *słowa klucze* (6,67%), *użycie obrazów i dźwięków* (16,67%), *techniki mechaniczne* (3,33%) oraz *mnemotechniki* (3,33%). Generalny brak użycia strategii pamięciowych można uznać za przyczynę problemów w zapamiętywaniu i przypominaniu obcojęzycznych słów, sygnalizowanych przez większość ankietowanych. Problemy te często były przypisywane ogólnym kłopotom z pamięcią (17,86%) oraz trudnościom w zapamiętywaniu związanym z podeszłym wiekiem (17,86%). Ponadto 17,86% respondentów zaznaczyło swoją świadomość cięższej pracy nad słownictwem oraz podwojonego czasu przeznaczanego na powtórki i ćwiczenia, co świadczy o uzmysłowieniu sobie konieczności znalezienia sposobów na nadrobienie strat spowodowanych pogarszaniem się pamięci.

Biorąc pod uwagę świadomość potrzeby wspomagania pogarszającej się pamięci u ludzi starszych oraz ograniczone użycie strategii pamięciowych u uczniów w tej grupie wiekowej, wprowadzanie programu rozwoju strategii pamięciowych w nauczaniu języków obcych na kursach dla ludzi w okresie późnej dorosłości wydaje się konieczne.

### **Użycie konkretnych strategii pamięciowych w uczeniu się słownictwa przez uczestników lektoratów w UTW**

Wyniki analizy odpowiedzi ankietowanych na bezpośrednie pytania o częstotliwość użycia poszczególnych strategii potwierdzają ogólne tendencje wykazane powyżej. Jedynie 5 z 15 podanych szczegółowo opisanych strategii osiągnęło stopień popularności nieco powyżej średniej, podczas gdy tradycyjne zapamiętywanie par odpowiedników leksykalnych oparte na wielokrotnym powtarzaniu cieszyło się niemal 80% popularnością (ponad połowa badanych przyznała, że jest to technika, którą wykorzystują *zawsze* podczas uczenia się nowego materiału leksykalnego i nikt nie wybrał odpowiedzi *nigdy*).

Warto zauważyć, że aż 3 z 5 strategii pamięciowych wskazanych przez ankietowanych są oparte na kontekstualizacji, co może oznaczać świadomość konieczności uczenia się słownictwa w kontekście raczej niż w oparciu o mechaniczne zapamiętywanie par polsko-angielskich odpowiedników. Podobna przewaga technik wykorzystujących wizualizację może sugerować wybór strategii zgodnie z własnym stylem uczenia się, ponieważ zazwyczaj osoby deklarujące się jako tzw. wzrokowcy najczęściej wybierały właśnie techniki oparte na używaniu obrazów. Ponadto stosunkowo częste użycie strategii opartej



Rys. 1. Techniki najczęściej używane do uczenia się słownictwa przez uczestników lektoratów na UTW

na skojarzeniach i łączeniu informacji wskazuje na umiejętności wykorzystania posiadanej wiedzy do nabywania nowej, co jest typowe dla ucznia dorosłego.

Tendencje pojawiające się w tej części badania, takie jak dobór strategii odpowiednio do własnego stylu uczenia się oraz świadomość konieczności odwoływania się do wiedzy posiadanej i jej weryfikacji w zdobywaniu nowych umiejętności, jak i stopniowe docenianie roli kontekstu w zapamiętywaniu nowych słów pozwalają przypuszczać, że odpowiednio dobrany trening strategii pamięciowych byłby w stanie przyczynić się do zmiany dotychczasowych poglądów i nawyków związanych z przyswajaniem słownictwa.

## Potrzeba rozwijania strategii pamięciowych

Aby dokładniej przyjrzeć się kwestii zapotrzebowania ludzi starszych na program rozwoju strategii pamięciowych wpleciony w lektoraty prowadzone na UTW, zestawiono odpowiedzi respondentów na dwa pytania dotyczące trudności w zapamiętywaniu nowego materiału leksykalnego z ich reakcjami na bezpośrednie zapytanie o to, które z wymienionych strategii słuchacze chętnie widzieliby na kursach językowych prowadzonych w UTW.

Aż 63,33% ankietowanych przyznało się do kłopotów z zapamiętywaniem słownictwa, a połowa z całej badanej grupy przypisywała te problemy pogorszeniu się pamięci



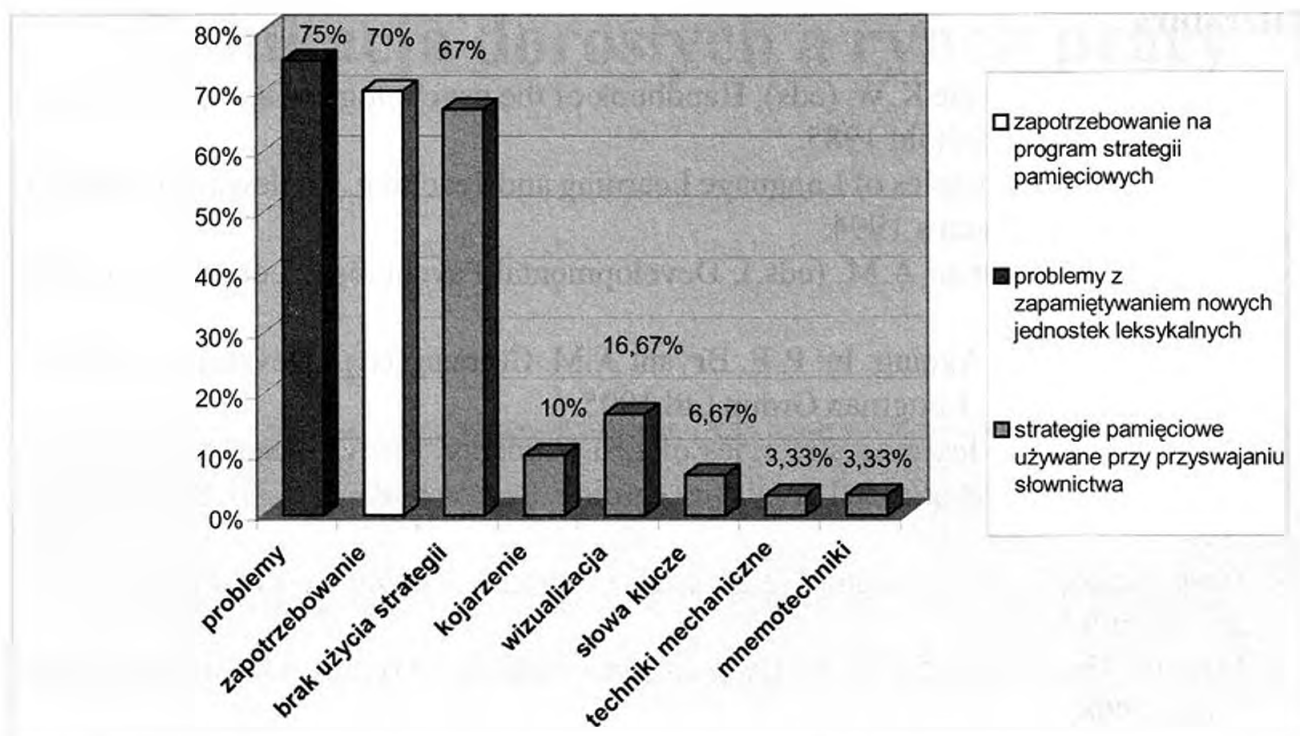
postępującemu z wiekiem i podkreślała konieczność stosowania częstszych i dłuższych powtórek materiału celem nadrobienia strat spowodowanych upośledzeniem pamięci. Jedynie 26,67% respondentów nie zauważyło u siebie żadnych problemów z zapamiętywaniem nowego materiału leksykalnego. Liczby te wykazują, że większość uczących się w starszym wieku uważa przyswajanie słownictwa za trudne ze względu na postępujące z wiekiem pogarszanie się pamięci, co pozwala na przypuszczenie, że rozwijanie strategii pamięciowych u osób w starszym wieku pozwoli na zwiększenie efektywności ich przyswajania słownictwa, zwłaszcza że 66,67% ankietowanych nie używa żadnych sposobów na poprawienie szybkości oraz skuteczności zapamiętywania. Z grupy tych, którzy używają przynajmniej jednej strategii (wizualizacja, skojarzenia, ustrukturalizowane powtórki, użycie ruchu i technik mechanicznych) tylko nieliczni podali upośledzenie pamięci związane z wiekiem jako przyczynę trudności w uczeniu się słownictwa, co można traktować jako dowód na konieczność wprowadzania programu rozwoju strategii pamięciowych podczas nauczania słownictwa na lektoratach w UTW.

Odpowiedzi na bezpośrednie pytanie dotyczące zapotrzebowania na trening strategii pamięciowych potwierdzają tezę postawioną po analizie odpowiedzi na dwa poprzednie pytania. Aż 70% ankietowanych wyraziło chęć zapoznania się ze strategiami pamięciowymi podczas lektoratów. 20% nie wyraziło takiej potrzeby, a 10% nie odpowiedziało na to pytanie, co może sugerować ich obojętność w tej kwestii. Na podstawie podanych wyników można stwierdzić, że wśród uczestników lektoratów w UTW występuje dosyć silna potrzeba zapoznania się ze strategiami pamięciowymi, która powinna zostać zaspokojona przez skonstruowanie odpowiednich programów nauczania języka uwzględniających rozwijanie tych strategii.

Związek między trudnościami w przyswajaniu słownictwa, użyciem strategii pamięciowych oraz zapotrzebowaniem na wprowadzanie tych strategii w UTW pokazuje rysunek 2.

Jak widać na rysunku, liczba uczniów nie zauważających u siebie problemów w przyswajaniu słownictwa odpowiada ilości tych, którzy stosują strategie pamięciowe. W większości przypadków widać taką relację w poszczególnych ankietach, co pozwala ustalić istnienie zależności między tymi dwoma zmiennymi i stwierdzić, że ci uczniowie, którzy używają strategii pamięciowych nie mają problemów w zapamiętywaniu słownictwa i nie potrzebują treningu. Jednakże przeważająca większość uczestników lektoratów w UTW nie korzysta z żadnych strategii pamięciowych w przyswajaniu materiału leksykalnego. Zbliżona ilość za przyczynę swoich problemów w uczeniu się słów uznaje ubytki w funkcjonowaniu pamięci związane z wiekiem i prawie identyczna liczba ankietowanych wyraża potrzebę zapoznania się ze strategiami podczas lektoratów na UTW. Można stwierdzić, że większość początkujących uczniów języka obcego w UTW, nie stosujących żadnych strategii pamięciowych, napotyka trudności w przyswajaniu materiału leksykalnego. Istnieje więc potrzeba wprowadzania programu rozwijania tych strategii na lekcjach języka obcego w UTW, gdyż może to umożliwić słuchaczom ułatwienie i przyspieszenie procesu uczenia się języka obcego, co niewątpliwie wpłynie na podniesienie samooceny słuchaczy nie tylko jako uczniów języka, ale także w szerszym zakresie.





Rys. 2. Związek między trudnościami w przyswajaniu słownictwa, użyciem strategii pamięciowych oraz zapotrzebowaniem na wprowadzanie tych strategii w UTW

## Podsumowanie

Badania przedstawione w niniejszym artykule są badaniami pilotażowymi i ich wyniki wymagają weryfikacji i rozszerzenia. Jednakże, już po wstępnej analizie ich wyników łatwo jest zauważyć potrzebę wprowadzenia programu rozwoju strategii pamięciowych w UTW. Główne czynniki przemawiające za takim programem to:

- zwolnienie tempa uczenia się u ludzi starszych spowodowane spowolnieniem przetwarzania informacji oraz reakcji psychomotorycznych
- problemy z pamięcią, na które uskarża się większość seniorów
- ogólny brak rozwiniętych strategii wspomagających zapamiętywanie u ludzi w starszym wieku
- stosunkowa otwartość słuchaczy UTW na nowe techniki przyswajania wiedzy

Ponieważ osoby deklarujące chęć uczenia się języka obcego w starszym wieku są zazwyczaj świadome trudności związanych z zapamiętywaniem przez nie materiału leksykalnego, warto zatroszczyć się o rozwijanie strategii pamięciowych, które mogą pomóc w nadrobieniu strat spowodowanych przez procesy starzenia i doprowadzić do lepszych osiągnięć uczniów w starszym wieku jeżeli chodzi o efektywność uczenia się języka obcego. Widoczna poprawa na pewno przyczyni się do wzrostu samooceny uczniów, co pozwoli na zniesienie bariery afektywnej i otworzy drogę do dalszego rozwoju.

## Literatura

1. Birren J.E. & Schaie K.W. (eds), Handbook of the psychology of aging. New York: Van Nostrand Reinhold 1985.
2. Brown H.D., Principles of Language Learning and Teaching. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall Regents 1994.
3. Bryant P.E., Colman A.M. (eds.), Developmental Psychology. London: Longman Group Ltd 1995.
4. Cavanaugh J.C., Ageing. In: P. E. Bryant A.M. Colman (eds.) Developmental Psychology. London: Longman Group Ltd. 1995.
5. Chamot A., The learning strategies of ESL students. In: A. Wenden, & J. Rubin (eds.) Learner Strategies in Language Learning. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1987.
6. Czerniawska O., Gerontologia i jej związek z andragogiką. Edukacja Dorosłych, 2(13), 25–32, 1996.
7. Ellis R. The Study of Second Language Acquisition. Oxford: Oxford University Press, 1994.
8. Konieczna R., Znaczenie Uniwersytetów Trzeciego Wieku w życiu ludzi starszych. Edukacja Dorosłych, 4(19), 58–66, 1997.
9. Oxford, R.L., Language learning strategies: What every teacher should know. Boston: Heinle & Heinle, 1990.
10. Papalia D.E., & Olds S.W., Human Development. New York: McGraw-Hill Incorporated, 1995.
11. Poon L.W., Differences in human memory with aging: Nature, causes and clinical implications. In J.E. Birren & K.W. Schaie (eds) Handbook of the psychology of aging. New York: Van Nostrand Reinhold, 1985.
12. U.P. A Course in Language Teaching. Cambridge: Cambridge University Press, 1996.
13. Wenden A. i Rubin J. (eds.), Learner Strategies in Language Learning. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1987.