

Magdalena Kolber

## Uczymy się, jak się uczyć – kilka uwag o umiejętności uczenia się

### Wstęp

Umiejętność uczenia się to „zdolność konsekwentnego i wytrwałego uczenia się, organizowania własnego procesu uczenia się, w tym poprzez efektywne zarządzanie czasem i informacjami, zarówno indywidualnie, jak i w grupach. Kompetencja ta obejmuje świadomość własnego procesu uczenia się i potrzeb w tym zakresie, identyfikowanie dostępnych możliwości oraz zdolność pokonywania przeszkód w celu osiągnięcia powodzenia w uczeniu się. Kompetencja ta oznacza nabywanie, przetwarzanie i przyswajanie nowej wiedzy i umiejętności, a także poszukiwanie i korzystanie z wskazówek. Umiejętność uczenia się pozwala osobom nabyć umiejętność korzystania z wcześniejszych doświadczeń w uczeniu się i ogólnych doświadczeń życiowych w celu wykorzystywania i stosowania wiedzy i umiejętności w różnorodnych kontekstach – w domu, w pracy, a także w edukacji i szkoleniu” (Dz.U. Unii Europejskiej, 2006). Celem artykułu będzie rozwinięcie wyżej wymienionej definicji oraz udowodnienie, że koncept „uczenia się jak się uczyć” wpisuje się we współczesne myślenie o edukacji.

### Definicja uczenia się

Jedną z często cytowanych definicji *uczenia się* brzmi: „Uczenie się to proces, w którego toku na podstawie doświadczenia, poznania i ćwiczenia powstają nowe formy zachowania się i działania lub ulegają zmianom formy wcześniej nabyte. *Uczenie się* jest jedną z podstawowych form działalności człowieka – obok pracy, zabawy i działalności społeczno-kulturalnej” (Okoń, 2004, s. 433; Mietzel, 2000, s. 144). Termin *uczenie się* można rozpatrywać z co najmniej trzech perspektyw: fenomenologicznej – wiążącej się z doświadczeniem, behawioralnej oraz neurologicznej (Schmeck, 1988, s. 4). W pierwszym ujęciu uczenie się definiowane jest przez samą jednostkę, poprzez opisywanie przez nią tego, czego doświadcza ona w związku z tym procesem. Uczenie się z perspektywy behawioralnej, czyli proces związany z zachowaniem, określane jest jako względnie trwała „obserwowalna zmiana w reakcji osoby na sytuację bodźcową w równym stopniu obserwowalną” (Schmeck, 1988, s. 4). Z neurologicznego punktu widzenia uczenie się traktowane jest jako proces, w którym dochodzi do zmian w układzie nerwowym w wyniku czynności tego układu. W tym ujęciu strukturalną podstawą uczenia się są zmiany w neuronach, zachodzące w wyniku przekazywania przez nie informacji. Co więcej, uczenie się zakłada konieczność istnienia pamięci, czyli zdolności do przechowywania śladów doświadczenia (Kurcz, 1992, s. 98).

Wyodrębnienie poszczególnych odmian uczenia się dokonuje się zazwyczaj na podstawie dwóch kryteriów. Jednym jest sposób przejawiania się uczenia, drugim są hipotezy na temat jego mechanizmów. W literaturze podmiotu nie ma ogólnie przyjętej charakterystyki. Ich konkretną treść wyznaczają reprezentowane koncepcje teoretyczne i podejścia badawcze. Psychologiczne definicje uczenia się nawiązują do aspektu związanego z zachowaniem, i traktują uczenie się jako proces. Zgodnie z tym podejściem, uczenie się to nieobserwowalny proces prowadzący do zmian w zachowaniu. Dokonuje się on na podłożu indywidualnego doświadczenia. Jest możliwy dzięki istnieniu pamięci, czyli do zdolności przechowywania śladów tego doświadczenia (Włodarski, 1998, s. 920).

Według kognitywistów, uczenie się to „świadome i zamierzone zdobywanie wiadomości i umiejętności” (Włodarski, 1998). W procesie tym uczeń jest głównym aktorem, może on decydować o jego przebiegu i wynikach. Uczenie się postrzegane jest zatem jako problem do rozwiązania, ujmując je w kategoriach celu i środków. Cel ma charakter poznawczy – zmierza do poszerzenia wiedzy lub opanowania umiejętności. Pozostaje jeszcze decyzja doboru działań oraz ocena ich skuteczności ze względu na cel (Ledzińska, 2000, s. 117–136).

Świadome uczenie się, związane z nabywaniem wiedzy i umiejętności, jest procesem złożonym, którego przebieg zależy od wielu czynników związanych zarówno ze środowiskiem zewnętrznym, jak i właściwościami uczącego się. Do właściwości tych zaliczane są zarówno czynniki afektywne, jak i poznawcze, takie jak: motywy uczenia się, lęk, postawy, poglądy, styl poznawczy, poziom aspiracji, inteligencja, zdolności specjalne, zainteresowania, dominujący rodzaj aktywności oraz stosowane strategie uczenia się. Uczenie się prowadzące do opanowania określonej wiedzy i umiejętności może być wynikiem samodzielnej pracy jednostki. Jednak proces ten najczęściej wymaga kontaktowania się z osobą biegłą w danej dziedzinie, która potrafi w sposób systematyczny przekazać posiadane kompetencje. Takie planowe działanie, nastawione na realizację celów, określane jest mianem „nauczania”. Nauczanie powinno pobudzić ucznia do samodzielnego uczenia się oraz wywołać w nim trwałe dyspozycje do kontynuowania tej czynności (Okoń, 1996).

Uczenie świadome wymaga przede wszystkim aktywności ze strony ucznia, czyli wysiłku zorientowanego na cel (ang. *goal-directed*). Jest ona identyfikowana wtedy, gdy jednostka postrzega cele przez pryzmat swoich wysiłków podejmowanych w rozmaitych działaniach. Termin ten obejmuje różne działania, na które składają się różne czynności. W procesie aktywności jednostka może używać różnych narzędzi, które nie muszą być środkami materialnymi, ale obejmują język, konwencje, społeczne teorie (Illeris, 2006, s. 24–25).

W procesie dydaktycznym akcentuje się trzy rodzaje aktywności: intelektualną, emocjonalną i praktyczną. Aktywność emocjonalna łączy w sobie wysiłek intelektualny z przeżywaniem i czerpaniem radości z osiągniętych celów, co ułatwia uczącemu się traktowanie proponowanych przez treści nauczania jako bliskiej własnej strukturze psychicznej oraz wnoszenie własnych elementów związanych z treściami i środkami nauczania w sposób spontaniczny i bez konfliktów. Aktywność praktyczna z kolei łączy w sobie wysiłek intelektualny i przeżycia emocjonalne, dając zarazem uczniowi możliwość natychmiastowego korzystania z nabytej wiedzy i kształtowania w procesie dydaktycznym umiejętności (Figarski, 2003, s. 24).

## Uczyć się jak się uczyć

W ostatnich latach koncepcje takie, jak: *refleksja*, *metauczenie się* lub *uczenie się*, *uczenia się* odgrywają rosnącą rolę w debacie politycznej oraz środowiskach szkolnych. Slogan *uczenia się* stanowi reakcję na zinstytucjonalizowane uczenie się w szkołach, które – zdaniem K. Illeris – osłabia potrzebę ucznia ograniczając ją do pewnych kontekstów i form (Illeris, 2006, s. 204).

Jak autor twierdzi, wszystko czego „uczmy się w szkole i w trakcie edukacji, jest postrzegane jako *uczenie się szkolne*, uczenie się dla dobra samej szkoły. Dlatego między edukacją a «rzeczywistością» społeczną zawsze istnieje luka” (Illeris, 2006, s. 54). Pęd do realizacji przeładowanych programów nauczania spowodował natomiast zaniedbania w zakresie umiejętności bazowych. W związku z powyższym powstała potrzeba budowania sytuacji edukacyjnej, przestrzeni, w której uczestnicy mają się uczyć. Słowo „się” jest tutaj kluczowe. Uczeń stymulowany przez nauczyciela analizuje, przeżywa, kombinuje, tworzy, konstatuje. Po prostu całym sobą doświadcza, opracowuje to doświadczenie i integruje je ze swoją dotychczasową wiedzą, a czasem osobowością. Ważne jest jedno – uczeń musi mieć poczucie sensu tego, co robi, dostawać wsparcie, emocjonalne i merytoryczne, w momentach trudnych. Nie ma jednak wątpliwości, że potrzeba rozwinięcia aktywnego uczenia się przerodziła się w potrzebę nauki, jak się uczyć.

### Znaczenie umiejętności uczenia się w polskich dokumentach edukacyjnych oraz dokumentach Unii Europejskiej

Zaangażowanie w zdobywanie wiedzy i umiejętności jest istotne w obliczu przemian obserwowanych we współczesnej Europie. Komisja Europejska opracowała kilka Białych Ksiąg związanych bezpośrednio bądź pośrednio z edukacją. Jedną z nich jest Biała Księga Kształcenia i Doskonalenia „Nauczanie i uczenie się. Na drodze do uczącego się społeczeństwa uczącego się”, w której autorzy wymieniają następujące przemiany: umiędzynarodowienie handlu, kształtowanie się społeczeństwa informacyjnego oraz bardzo szybki rozwój nauki i techniki. Sprostanie wyżej wymienionym wymaganiom wiąże się z ukształtowaniem społeczeństwa uczącego się. Umiejętność uczenia się została również wyszczególniona jako jedna z ośmiu<sup>1</sup> najważniejszych kompetencji kluczowych przez autorów dokumentu wydanego przez Parlament Europejski i Radę Unii Europejskiej o nazwie *Zalecenia Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 18 grudnia 2006 w sprawie kompetencji kluczowych w procesie uczenia się przez całe życie*. Umiejętność uczenia się wymaga nabycia podstawowych umiejętności czytania, pisania, liczenia i umiejętności informacyjnych koniecznych do dalszego uczenia się.

Umiejętność uczenia się uwzględniona jest też w polskich dokumentach edukacyjnych. W rozporządzeniach Ministra Edukacji Narodowej (z dnia 1 grudnia 1999 r., a także 26 lutego 2002 roku) jest podana podstawa programowa wychowania przedszkolnego dla przedszkoli i oddziałów przedszkolnych w szkołach podstawowych, która wymienia, między innymi, jakie umiejętności powinno dziecko nabyć przez działanie. Wymienione poniżej elementy nawiązują do umiejętności uczenia się:

1. Wspieranie samodzielnych działań dziecka.
2. Umożliwienie dziecku dokonywania wyborów i przeżywania pozytywnych efektów własnych działań.
3. Pomaganie dziecku w dostrzeganiu problemów, planowaniu i realizowaniu działań.
4. Umożliwianie poznawania i stosowania różnych sposobów rozwiązywania zadań.
5. Wspieranie działań twórczych w różnych dziedzinach aktywności” (Dz.U. RP, 2002).

Powyższe zadania przedszkola zmierzają do kształtowania u swoich wychowanków samodzielności. Dzieci potrzebują do tego wsparcia, motywacji i pomocy ze strony dorosłych. Samodzielność będzie się tutaj przejawiała w takich czynnościach, jak: sprzątanie po skończonej pracy, ubieranie się czy rozbieranie. Taka cecha wkrótce przerodzi się w samodzielne uczenie się. Samodzielne to nie znaczy bez udziału nauczyciela. Podobnie jak w przedszkolu będzie on

<sup>1</sup> Do pozostałych kompetencji należą: porozumiewanie się w języku ojczystym, porozumiewanie się w językach obcych, kompetencje matematyczne i podstawowe kompetencje naukowo-techniczne, kompetencje informatyczne, kompetencje społeczne i obywatelskie, inicjatywność i przedsiębiorczość oraz świadomość i ekspresja kulturalna.

służył jako doradca, a także jako osoba stymulująca i nadzorująca pracę, tak aby wychować jednostki aktywne, autonomiczne, twórcze i dobrze zorganizowane, Cechy te odpowiadają współczesnym tendencjom społeczeństwa, odpowiedzialnego za swoje losy, powodzenia i porażki.

## Różne koncepcje zdolności uczenia się

Zagadnienie *zdolności uczenia się* wpisuje się w różne koncepcje z dziedziny psychologii i dydaktyki, takie jak konstruktywizm czy sfera najbliższego rozwoju, L.S. Wygotskiego. Poniższa klasyfikacja pomoże uporządkować zalecenia praktyczne dotyczące rozwijania zdolności uczenia się. Ponadto, pozwala ona pokazać koncept uczenia się w odmienny sposób oraz przedstawia różne konsekwencje dydaktyczno-metodyczne.

### **Koncepcja sytuacyjno-techniczna**

W tym znaczeniu koncept *uczenia się, jak się uczyć* można porównać do uczenia się samosterowanego (ang. *self-instructed learning*). Uczenie się *samosterowane* jest terminem ogólnym odnoszącym się do sytuacji, w której uczeń pracuje sam bądź bez bezpośredniej kontroli nauczyciela i jest ono typowe dla uczenia się języków obcych (Dickinson, 1987, s. 5). Proces nauki to samodzielne wykonywanie różnych zadań, przygotowanych przez nauczyciela, autorów podręczników oraz praca z programami komputerowymi. Ujęcie sytuacyjno-techniczne jest tylko formą organizacyjną, gdyż uczeń uczy się sam bez bezpośredniego udziału nauczyciela. Zadania wykonane na własną rękę nie są równoznaczne z działaniami w warunkach szkolnych. Szczegółowej analizie należy poddać gry komputerowe przeznaczone do nauki języków obcych, które często nie spełniają wymogów autonomicznego uczenia się, np. aktywnej postawy wobec uczenia się, stosowania różnych strategii. Podobnie korzystanie z Internetu nie prowadzi do świadomego i krytycznego stosowania mediów. W sytuacyjno-technicznej koncepcji brak jest kooperacji i interakcji między uczniami potrzebnej do rozwijania kompetencji komunikacyjnej.

### **Koncepcja strategiczno-techniczna**

W koncepcji *strategiczno-technicznej* samodzielne uczenie się to takie, podczas którego uczeń stosuje strategie odpowiednie do wykonywanego zadania. W jednym z ujęć koncepcji strategiczno-technicznej zadaniem nauczyciela jest udzielenie instrukcji dotyczących poszczególnych strategii i ich efektywnego wykorzystania w procesie uczenia się. Wiedza o strategiach jest w tym przypadku sterowana zewnątrz, pochodzi od nauczyciela lub dostarczają jej podręczniki. Ten sposób podejścia określaną jest jako *learner training*. Istotną rolę odgrywają działania nauczyciela mające na celu pomoc w rozpoznawaniu własnych strategii, stosowanych przez uczniów intuicyjnie. Dydaktyczną konsekwencją takiego podejścia są rozmowy o stosowanych przez nich strategiach uczenia się, rozpoznanie i wypróbowanie technik używanych przez kolegów z klasy, przygotowanie zadań, które umożliwiają zastosowanie różnych strategii. Systematyczna refleksja nad procesem uczenia się języka obcego jest możliwa od najmłodszych lat nauki. Podstawowym celem uświadamiania strategii nie jest podnoszenie efektywności nauki, ale przygotowanie do samodzielności i odpowiedzialności.

### **Koncepcja konstruktywistyczna**

Koncepcja *konstruktywistyczna* zakłada, że ludzie są z natury autonomiczni. Konsekwencją tego założenia jest przekonanie, że wszelkie działania w procesie uczenia się nie mogą być inne niż autonomiczne. Uczenie się jest definiowane jako indywidualne konstruowanie wiedzy na podstawie dotychczasowego doświadczenia i umiejętności, które są różne u każdej jednostki.

Konstruktywistyczna perspektywa ujęcia nauczania i uczenia się akcentuje aktywność uczącego się, w wyniku której podmiot buduje swą rzeczywistość. Uczący się aktywnie konstruuje własną wiedzę, a nie przyswajają jej jako przekazanej przez nauczycieli, gdyż ludzie nie są rejestratorami informacji, ale budowniczymi struktur własnej wiedzy. Rola nauczyciela w rozwijaniu autonomii, zgodnie z tym ujęciem, polega na stworzeniu bogatego i zróżnicowanego środowiska uczenia się, autentycznych materiałów nauczania, stosowania na lekcji otwartych form pracy, preferowaniu pracy w grupach i parach. Bogate środowisko uczenia się ma ułatwić uczniom wykorzystanie dotychczasowej wiedzy w trakcie pozyskiwania nowej. Różnorodność materiałów ma umożliwić uczniom wybór najodpowiedniejszego dla ich własnego stylu poznawczego oraz stylu uczenia.

### **Koncepcja psychologiczno-rozwojowa**

Zgodnie z koncepcją *psychologiczno-rozwojową*, zadaniem nauczyciela jest pomoc w rozwijaniu umiejętności uczenia się zgodnie z możliwościami ucznia, które określa tak zwana strefa najbliższego rozwoju (ZPD – *Zone of Proximal Development*, Wygotsky). ZPD obejmuje ten obszar możliwości dziecka, który stanowi różnicę między działaniami wykonywanymi już samodzielnie, a tym, co jest ono w stanie zrobić przy pomocy innych. Uczenie się tutaj oznacza, iż to, co jest aktualnie wykonane przez ucznia z pomocą nauczyciela, w najbliższej przyszłości dziecko zdoła zrobić samodzielnie. W koncepcji psychologiczno-rozwojowej duża rola przypisywana jest nauczycielowi, gdyż on wspiera rozwój samodzielności ucznia. Aby uczeń mógł wykorzystać swój potencjał, konieczna jest daleko idąca indywidualizacja w nauczaniu, szczególnie w przypadku szkoły podstawowej i gimnazjalnej. Mimo ogólnych prawidłowości rozwoju, występują duże różnice między uczniami w obrębie danego rocznika. W związku z wynikami egzaminu na końcu gimnazjum, które brane są pod uwagę jako kryterium przyjęcia do szkoły średniej, klasy w szkołach ponadgimnazjalnych stają się bardziej jednolite pod względem potencjału intelektualnego.

### **Zasada podmiotowości**

Idea ucznia pragnącego przejąć odpowiedzialność za własne uczenie się wywodzi się z pojęcie *podmiotowości*. Podmiotowość określa kondycję każdego człowieka jako jednostki wolnej i odpowiedzialnej, jest jej atrybutem. Podmiotowość określa się jako „moc sprawczą lub potencjalną zdolność człowieka do samoprzekształcania się (Hejnicka-Bezwińska, 2008, s. 497). Podmiotowe traktowanie dziecka, zgodnie z koncepcją człowieka w ujęciu psychologii humanistycznej, to takie jego postrzeganie, które daje mu prawo do własnej niezależności i samodzielnego kształtowania swego losu. W świetle pedagogiki i psychologii oznacza to, że człowiek jest kimś, że ma określoną tożsamość, która go odróżnia od innych, że jego własna działalność zależy w znacznym stopniu od niego samego. Podmiotowość jest również utożsamiana z główną zasadą działań pedagogicznych, która powinna wyznaczać zarówno kierunki, jak i formy aktywności edukacyjnej. Wszyscy zgadzają się, że podmiotowość ucznia jest jednym z najważniejszych problemów, nad którymi pochyla się współczesna dydaktyka języków obcych. Respektowanie owej podmiotowości w codziennej praktyce szkolnej staje się nieodzowne na wszystkich poziomach naszego szkolnictwa, a zwłaszcza na poziomie szkoły podstawowej.

Ponadto, podmiotowość stanowi wartość samą w sobie, wartość obiektywną, niezależną od potencjału intelektualnego, afektywnego i społecznego jednostki ani tym bardziej od jej produktywności i przydatności. Pozytywna percepcja własnej podmiotowości stanowi swego rodzaju warunek wstępny do wyznaczania osobistych celów lub do zidentyfikowania się z celami zdefiniowanymi przez innych, a także do podejmowania działań prowadzących do ich reali-

zacji. A. Kolańczyk wskazuje, na podstawie własnych badań, że poczucie bycia podmiotem należy do ważniejszych czynników wpływających na samoocenę, a także na skuteczność uczenia się w dalszej perspektywie. Sprawia ono, że bardziej angażujemy się w interakcje i skutecznie korzystamy z narzędzi samoregulacyjnych (Kolańczyk, 1999).

### **Refleksja, metapamięć, metapoznanie, samoregulacja – jako słowa kluczowe konceptu „uczenia się jak się uczyć”**

Do dalszego opisu umiejętności uczenia się konieczne jest przybliżenie takich pojęć, jak: *refleksja*, *metapamięć*, *metapoznanie* oraz *samoregulacja*. Słowo *refleksja* zawiera w sobie dwa znaczenia. Pierwsze znaczenie łączy się z przemyśleniami (ang. *afterthought*) i oznacza refleksję nad światem rzeczy, drugie znaczenie łączy się z terminem z dziedziny optyki „odbicie”. W tym sensie doświadczenia i rozumienie czegoś odbijają się w „ja” uczącego się. Oznacza to, że koncentrujemy się na własnym „ja”, a znaczenie doświadczenia oceniane jest każdorazowo w odniesieniu do indywidualnej tożsamości. W psychologii powyższa sytuacja była rozważana przez niemieckiego psychologa K. Dunckera, który prowadził badania nad rozwiązywaniem problemów. Według badacza, myślenie stanowi istotę rozwiązywania problemów. Zachodząca interakcja często pozostawia niepewność i jakieś nierozwiązane problemy, które muszą być ponownie przemyślane i uporządkowane. Z perspektywy uczenia się można powiedzieć, że refleksja może być charakteryzowana jako uczenie się akomodacyjne, które nie pojawia się jako natychmiastowa reakcja na dochodzące impulsy, ale jest odroczone w czasie. Okresy w czasie mogą okazać się procesami dłuższymi, w których uczeń boryka się z problemami, i stopniowo, krok po kroku, dochodzi do nowego zrozumienia i rozwiązania (Illeris, 2006, s. 24–25).

*Metapamięć*, będąca obok refleksji w ścisłym związku z pojęciem uczenia się, zawiera dwa elementy. Pierwszy to *wrażliwość metapamięciowa*, rozumiana jako świadomość tego, kiedy należy inicjować intencjonalne działania umożliwiające uczenie się. Drugie ogniwo stanowi *wiedza o wyznacznikach przebiegu i rezultatów uczenia się*. Tworzą je następujące dane:

- osobie jako przedmiocie uczenia się (zdolność, zainteresowania poznawcze, wytworzone nawyki, preferencje);
- ozadaniach polegających na uczeniu się (rodzaje, stopień trudności, wymagania);
- ostrategiach uczenia się (odmiany możliwych działań, ich przydatność, skuteczność, zawodność)

Znajomość działań poznawczych nie wystarcza, trzeba je jeszcze umieć wykonać. Dlatego też badania nad uczeniem się skoncentrowały się nad szerszym obszarem, zwanym *metapoznaniem*, które oznacza wiedzę jednostki na temat jej procesów poznawczych oraz ich wyników. W skład *metapoznania* wchodzi też określone działania. Zalicza się do nich planowanie uczenia się, aktywne nadzorowanie jego przebiegu. Jeżeli w wyżej wymienionych zachowaniach jednostka pozostaje samodzielna, mówimy o *samoregulacji* w uczeniu lub uczeniu się samostereownym (patrz wyżej koncepcja sytuacyjno-techniczna). Pojęcie to obejmuje metakognitywne, kognitywne, motywacyjne oraz behawioralne procedury wynikające z intencjonalnego i świadomego wyboru jednostki oraz skonstruowania planu i dojścia do celu. Ich uruchomienie pozwala zwiększyć efektywność uczenia się.

Podsumowując, kluczem do efektywnej nauki jest znajomość siebie jako ucznia, swoich możliwości, sposobów uczenia się w przeszłości, które przyczyniły się do sukcesu oraz stopnia zainteresowania i wiedzy na temat przedmiotu. W związku z powyższym, promowanie **kultury uczenia się** staje się ważnym elementem pracy każdego nauczyciela, programów nauczania oraz programów doskonalenia nauczycieli. Rolą nauczyciela jest nie tylko pomoc przy dokonywaniu wyborów, ale również jasne przedstawienie uczniom celu uczenia się. Cel uczenia się nie

może być ukryty przed uczniem, musi on go znać, rozumieć i akceptować, a najlepiej jeżeli sam go ustali i omówi z nauczycielem. To przecież uczeń ma się nauczyć, czyli skonstruować swoją wiedzę i wyćwiczyć umiejętności.

**Literatura:**

- Dziennik Urzędowy Unii Europejskiej, Zalecenia Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 18 grudnia 2006 w sprawie kompetencji kluczowych w procesie uczenia się przez całe życie.
- Dziennik Ustaw RP z 2000 r. Nr 2, poz. 18; z 2002 r. Nr 51, poz. 458.
- Bezwińska-Hejnicka T. (2008). *Pedagogika ogólna*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie i Profesjonalne.
- Dickinson L. (1987). *Self-Instruction in Language Learning*. Cambridge University Press.
- Figarski W. (2003). *Proces glottodydaktyczny w szkole*. Warszawa: Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego.
- Illeris K. (2006). *Trzy wymiary uczenia się*. Wrocław: Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej Edukacji TWP.
- Kolańczyk A. (1999). *Czuję, myślę, jestem. Świadomość i procesy psychiczne w ujęciu poznawczym*. Gdańsk: GWP.
- Kurcz I. (1992). *Uczenie się. Język*. Warszawa: PWN.
- Ledzińska M. (2000). Uczenie wykraczające poza warunkowanie, [w:] *Psychologia. Podręcznik akademicki*. J. Strelau (red.). T. 2. Gdańsk: GWP.
- Mietzel G. (2000). *Wprowadzenie do psychologii*. Gdańsk: GWP.
- Okoń W. (1996). *Wprowadzenie do dydaktyki ogólnej*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie „Żak”.
- Okoń W. (2004). *Nowy słownik pedagogiczny*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie „Żak”.
- Schmeck R. (1998). An Introduction to Strategies and Styles of Learning. What Is Learning, w: R. Schmeck, *Learning Strategies and Learning Styles*. New York–London: Plenum Press.
- Włodarski Z. (1998). Uczenie się, w: *Encyklopedia psychologii*. Szewczuk W. (red.). Warszawa: Fundacja Innowacja.