

MONIKA GROTEK

GRAŻYNA KILIAŃSKA-PRZYBYŁO

Uniwersytet Śląski, Katowice

Rola czynników afektywnych w procesie nauki języka obcego przez osoby w wieku senioralnym

Według Raportu Rady Europy zatytułowanego *Language Course Teaching Methods for Senior Citizens* jedną z najważniejszych barier w uczeniu się języka obcego przez seniorów jest brak wiary, wątplenie w możliwość nauczenia się języka przez osoby dorosłe, podtrzymywane zarówno przez samych dojrzałych uczniów, jak i ich nauczycieli.

O tym, że czynniki afektywne odgrywają istotną rolę w procesie uczenia się języka obcego bez względu na wiek uczącego się, nie trzeba przekonywać nikogo. W opinii J. Arnold (1999) badanie tych czynników jest ważne z co najmniej dwóch powodów. Pierwszy z nich dotyczy zwiększenia efektywności uczenia się. Emocje negatywne, takie jak np. lęk, strach, stres, gniew czy depresja, mogą spowalniać proces nauki języka i negatywnie wpływać na jego wyniki. Z kolei emocje pozytywne, np. poczucie własnej wartości, pewność siebie, empatia czy motywacja, mogą ten proces przyspieszyć. Zrozumienie problemów mających swe źródła w negatywnych emocjach, wypracowanie skutecznych sposobów radzenia sobie z negatywnymi emocjami czy wreszcie stworzenie warunków wyzwalających pozytywne emocje może korzystnie wpłynąć na proces uczenia się języka obcego.

Drugi powód jest ściśle związany ze zrozumieniem istoty procesu edukacyjnego i celów, jakie on sobie stawia. Arnold i Brown (tamże, 1999, s. 7) podkreślają znaczenie zintegrowanego podejścia do procesu uczenia się języka obcego, gdzie czynniki emocjonalne traktowane są na równi z procesami kognitywnymi. Emocje nie są więc dodatkiem, ale stanowią istotną część składową procesu refleksji i jako takie mogą

pełnić również funkcję inhibitorów lub katalizatorów. Proces edukacyjny coraz częściej obejmuje nie tylko procesy poznawcze, ale również oddziałuje na emocje uczącego się (m.in. inteligencję emocjonalną) czy jego rozwój osobisty.

Celem tego artykułu jest próba znalezienia odpowiedzi na pytanie o emocje, jakie towarzyszą osobom starszym (w wieku 53–83 lat) podczas nauki języka obcego, oraz o sposoby radzenia sobie z emocjami negatywnymi. W kręgu zainteresowań badaczy znalazły się motywacje seniorów do podjęcia nauki języka obcego oraz opis ich doświadczeń związanych z nauką języka obcego.

Emocje w procesie uczenia się języka obcego przez ludzi starszych

Afekt to emocje. Uczucia pozytywne odzwierciedlają poziom przyjemnego zaangażowania się w środowisko, np. szczęście, radość, entuzjazm, zadowolenie (Hendrie et al. 2010, s. 21). Emocje negatywne obejmują negatywne uczucia i stany, takie jak smutek, złość, gniew czy strach. Ich natężenie różni się od tzw. codziennych zmiennej nastrojów po silne stany, stanowiące podłoże chorób psychicznych.

Badania pokazują (Depp, Jeste 2010, s. 11), że dla osób starszych istotnym wyznacznikiem pomyślnego starzenia się są częściej czynniki afektywne (np. optymizm, pozytywny stosunek, zaangażowanie społeczne) oraz kognitywne, aniżeli czynniki związane wyłącznie z fizycznym aspektem życia.

Jeśli chodzi o umiejętności regulowania własnych emocji i ich wykorzystywania w konstruktywny sposób (inteligencja emocjonalna), badania prowadzone wśród osób starszych koncentrują się wokół mechanizmów radzenia sobie z emocjami i wokół procesów adaptacji.

Wśród seniorów adaptacja odbywa się za pomocą mechanizmów selekcji, optymalizacji i kompensacji (Hendrie et al. 2010, s. 20). Osoby w starszym wieku w większym stopniu regulują swoje emocje, częściej ukrywają negatywne stany emocjonalne, takie jak złość, smutek, wstręt, wstyd, ale już nie lęk. Mają tendencję do maksymalizowania pozytywnych emocji poprzez redukowanie potencjalnych źródeł emocji negatywnych emocji (Seligmann i in. 2003; Gruszkowska, Kozdroń 2009, s. 72). Z kolei Blazer (za: Hendrie i in. 2010, s. 20) pisze o badaniach pokazujących akceptację swojego wieku i ograniczeń z niego wynikających przez starsze osoby, umiejętność określania własnych granic i odnajdywania alternatywnych źródeł szczęścia, aktywności i spełnienia, co zwiększa wiarę osób starszych we własne możliwości.

Aktywny styl życia to jeden z czynników w znaczący sposób wpływający na zdrowie starszych osób (Grzanka-Tykwńska, Kędziora-Kornatowska 2010, s. 30).

Regularne ćwiczenia fizyczne poprawiają sprawność umysłową. Doskonalenie umysłu w podeszłym wieku poprzez uczenie się sprawia, iż osoby starsze czują się młodsze i znacznie sprawniejsze. Aktywność edukacyjna zwiększa również otwartość starszych wobec innych ludzi i świata.

Jednakże w przypadku języków obcych sprawa jest bardziej złożona. Podjęcie decyzji o tej formie aktywności umysłowej jest trudne oraz uwarunkowane czynnikami emocjonalnymi, i niejednokrotnie wcześniejszymi doświadczeniami. Badania potwierdzają, iż motywacja i pewność siebie odgrywają istotną rolę w procesie uczenia się języka obcego przez osoby starsze (Beisgen, Crouch Kraitichman 2003). Wiele starszych osób odczuwa strach przed porażką, nieświadomie polegając na fałszywym stereotypie, że osoby starsze są gorszymi uczniami kursów językowych lub boją się porażki (często ponownej porażki), mając na uwadze wcześniejsze doświadczenia lub wcześniejsze nieudane próby nauczania się języka. Wielu starszym osobom towarzyszą wątpliwości i wahania (tamże). L.P. Weisel (1980) dodaje do tego podatność na frustrację i stres, które wynikają z problemów z przetwarzaniem informacji i bodźców sensorycznych. To z kolei obniża poczucie własnej wartości i potęguje brak wiary oraz wątpienie we własne możliwości uczenia się (przekonanie, iż to, co sprawdzało się wczoraj, niekoniecznie okaże się skuteczne jutro). Podatność na frustrację, niska odporność na stres negatywny wywołują wiele emocji, w tym złość, zachowania odreagowujące emocje negatywne, absencję, werbalizację porażek, zakłopotanie, problemy z koncentracją. Dlatego gotowość i chęć do nauki musi zawsze poprzedzać sam proces uczenia się. W swoich badaniach M. Krzystoń (2005, s. 190) wskazuje, iż w grupie osób starszych dominują następujące czynniki motywacyjne:

- zaangażowanie,
- perfekcja w dążeniu do uzyskania celu,
- wysiłek w podnoszeniu własnych umiejętności,
- próby poszerzenia własnej pracy/poprawy życia, itd.

Motywy, jakie skłaniają seniorów do podejmowania działań edukacyjnych odpowiadają ich potrzebom emocjonalnym. Wśród nich wymienia się:

- potrzebę kontaktów społecznych, w tym ogólnie rozumiane potrzeby społeczne (pobudzenie społeczne),
- potrzebę uczestnictwa w życiu społecznym i politycznym,
- oczekiwania zewnętrzne, formułowane przez przełożonych, członków rodziny, znajomych, przyjaciół, doradców i innych,
- potrzeby poznawcze (zainteresowania) (tamże, s. 190–191).

Należy dodać, iż u osób starszych uczenie się zależy od przeszłych i obecnych doświadczeń. Seniorzy preferują strategie ukierunkowane na problem. Istotne jest również dostosowanie warunków i sposobów nauki do potrzeb uczniów oraz odwoływanie się do czynników afektywnych.

Metoda i badanie

Celem badania przeprowadzonego wśród słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku była charakterystyka czynników wpływających na decyzję o podjęciu nauki w wieku starszym, ich oczekiwań wobec kursu oraz opis emocji i doświadczeń związanych z nauką języka obcego (angielskiego). W szczegółowy sposób badanie koncentrowało się na próbie znalezienia odpowiedzi na następujące pytania:

- co decyduje o podjęciu nauki języka obcego przez seniorów, jakie emocje temu towarzyszą?
- jak osoby starsze postrzegają siebie jako uczących się, jak podtrzymują motywację?
- jakie trudności napotykają osoby starsze, jak próbują im zaradzić, jakie emocje temu towarzyszą?

Do zebrania danych wykorzystano kwestionariusz (obejmujący informacje podstawowe) oraz narrację osobistą. Dobór metody podyktowany był dwoma czynnikami: nastawieniem słuchaczy oraz potrzebami wynikającymi z wieku badanych.

Autonarracja (narracja osobista) to inaczej opowieść o życiu lub o wybranych doświadczeniach życiowych. Charakteryzuje się ona ciągiem zdarzeń, będących ze sobą w relacji czasowej, przyczynowo-skutkowej czy tematycznej, co nadaje jej odpowiednią strukturę narracyjną. Wypowiedź pisemna (narracja osobista uzupełniona o refleksję) sprzyja ocenie i interpretacji własnych działań i pozwala spojrzeć na siebie z pewnej perspektywy. W opinii wielu badaczy człowiek jest „zwierzęciem opowiadającym historie”, zaś pojęcie historii jest tak samo fundamentalne jak pojęcie działania (Flyvbjerg 2005, s. 63). Narracja pełni dwie funkcje, a mianowicie, nadaje znaczenia przeżytym już doświadczeniom oraz pozwala spojrzeć w przyszłość, antycypować sytuacje i wyobrażać sobie alternatywę przyszłości (tamże, s. 63–64). Kiedy dobra narracja jest skończona, *nie jest możliwe, aby widz zapytał „więc o co chodzi?”* Dobra narracja sama w sobie jest odpowiedzią (tamże).

Starsi ludzie skupiają się bardziej na życiu wewnętrznym, własnych przemyśleniach i wspomnieniach. Jako że zmniejsza się liczba ich obowiązków i interakcji, w jakie wchodzi, zwiększa się indywidualizm, poczucie wolności, nieskrępowane oczekiwaniami lub presją społeczną (Rice 2002, s. 590). Zwiększa się również ich gotowość do dzielenia się własnymi przeżyciami oraz weryfikacji wcześniejszej wiedzy czy doświadczeń.

Wyniki badań

Badaniem objęto 87 słuchaczy (79 kobiet i 8 mężczyzn) uczęszczających w ośmiu grupach na kurs języka angielskiego w UTW w Katowicach w roku akademickim

2010/11. Rozpiętość wiekowa badanych wynosiła 53–83 lata. W grupie poniżej 58 lat znalazło się 2,30% ankietowanych. Większość, tj. 31,03%, stanowiły osoby dojrzałe w wieku 58–64 lata. Kategoria wiekowa 65–74 lata liczyła 22,99% próby. Seniorzy powyżej 74. roku życia stanowili 8,05% respondentów. Ciekawe jest to, że aż 38,75% badanych nie podało wieku, mimo że w metryczce ankiety proszono o podanie roku urodzenia, a nie wieku, co mogłoby deprymować ankietowanych. Z zestawienia wynika, że po odjęciu osób, które nie podały wieku, mniej więcej połowa badanych uczestników lektoratu to osoby w wieku dojrzałym, a połowa to młodsze osoby starsze i seniorzy po 65. roku życia, przyjmowanym w wielu opracowaniach za początek starości. Grupy lektoratów w UTW są więc pod względem wieku słuchaczy bardzo zróżnicowane, niezrządkiem w jednej grupie znajdują się przedstawiciele dwu różnych pokoleń.

Również pod względem doświadczeń w nauce języka obcego na lektoracie w UTW badani słuchacze tworzą grupę dość zróżnicowaną. Na kurs języka angielskiego w UTW badani uczęszczali od 1 miesiąca do 11 lat (odpowiedzi skrajne odpowiednio po jednej osobie). Z uwagi na kryterium długości uczestnictwa w lektoracie języka angielskiego można wyróżnić wśród badanych trzy grupy:

- grupa z najmniejszym doświadczeniem (od 1 miesiąca do 4 miesięcy – pierwszy semestr nauki w UTW) – (18,39%),
- grupa o niewielkim stażu (1–2,5 roku) – (16,09%),
- grupa o średnim stażu (3–5 lat) – (28,74%),
- grupa o dużym stażu (6–11 lat) – (19,54%).

Część respondentów (17,24%) nie podała, jak długo uczęszcza na kurs języka angielskiego. Statystycznie są to w większości słuchacze z grupy o dużym stażu, którzy być może przy wypełnianiu ankiet uświadamiają sobie, jak długo uczęszczają na kurs i jak proporcjonalnie niewielka wydaje im się ich własna znajomość języka.

Jeżeli chodzi o samoocenę poziomu umiejętności posługiwania się językiem angielskim, według skali opisowej CEFR dołączanej do ankiety, oceny badanych mieszczą się w przedziale od poniżej A1 (3,45%) do B2 (1,15%). Najwięcej słuchaczy określa swój poziom znajomości języka angielskiego jako początkujący (A1 – 29,88%) i podstawowy (A2 – 17,24%), a kolejna grupa (11,49%) jako niższy średnio zaawansowany (B1). Największą grupę (36,78%) stanowią jednak respondenci, którzy nie udzielili odpowiedzi na pytanie o poziom znajomości języka angielskiego, być może z tych samych względów, z których słuchacze nie podali, jak długo uczęszczają na lektorat w UTW.

Większość badanych (56,32%) przed rozpoczęciem uczęszczania na lektorat w UTW miała kontakt z nauką języka angielskiego od jednego miesiąca do 23 lat. 3,45% badanych nie podało czasu swojej uprzedniej nauki; a 2,30% nie odpowiedziało na pytanie. Ze względu na łączny czas uczenia się języka angielskiego przed rozpoczęciem nauki w UTW wydzielonych zostało 5 grup:

- osoby, które nie uczyły się języka angielskiego wcale – 41,48%,
- nauka poniżej 2 lat (kilka–kilkanaście miesięcy, głównie kursy językowe) – 12,64%,

- nauka od 2 do 4 lat (głównie szkoła średnia lub lektorat) – 21,84%,
- nauka od 5 do 10 lat – 16,09%,
- nauka powyżej 10 lat (hobbyści) – 2,30%; 2 osoby z odpowiednio 23 i 17 latami nauki; w obu przypadkach szkoła średnia, lektorat i odpowiednio 20 lat lekcji prywatnych i 11 lat kursu językowego.

Dla większości słuchaczy wcześniejsze doświadczenia w nauce języka angielskiego opierają się na lekcjach w szkole średniej (31,03%), kursach dla dorosłych (25,29%) oraz na lektoratach w szkołach wyższych (16,09%). Kolejne grupy słuchaczy uczyły się języka angielskiego w okresie dorosłości w formie niezinstytucjonalizowanej, pracując samodzielnie z dostępnymi materiałami (10,34%), czy też pobierając prywatne lekcje (5,75%). Pojedyncze osoby posługiwały się językiem w pracy (1,15%), czy komunikując się z obcokrajowcami (1,15%). Również bardzo nieliczni mają za sobą doświadczenia nauki w okresie dzieciństwa (szkoła podstawowa – 4,60%, prywatne lekcje – 2,30%). Na uwagę zasługuje fakt, że wielu słuchaczy UTW ma oparte na własnych doświadczeniach porównanie między własnym uczeniem się języka angielskiego w formie zinstytucjonalizowanej w późnej dorosłości w UTW i w jej wcześniejszych okresach z uwzględnieniem różnorodności stosowanych metod i technik nauczania.

Badani słuchacze UTW są również bogaci w doświadczenia pochodzące z nauki innych języków obcych. Większość (78,16%) deklaruje znajomość języka obcego innego niż angielski. Zdecydowanie dominują osoby, które znają jeden (40,23%) bądź dwa języki (32,18%). Nieliczni znają 3 języki (4,60%), a nawet 4 (1,15%). Wśród znanych języków dominują: rosyjski (64,37%), niemiecki (37,93%) i francuski (14,94%). Pojedyncze osoby deklarują oprócz znajomości rosyjskiego i jednego lub dwóch z dominujących języków, również umiejętność posługiwania się chorwackim (2,30%), włoskim, czeskim i łaciną (każdy po 1,15%). Deklarowany poziom znajomości wymienianych języków oscyluje głównie w granicach A1-B1 (A1 – 37,93% wskazań; A2 – 50,57% wskazań; B1 – 24,14% wskazań). Pojedyncze osoby podają poziom B2 znajomości języka rosyjskiego (2,30%) i niemieckiego (2,30%). Poziom C występuje wyłącznie dla języków niemieckiego (C1 – 1,15%, C2 – 2,30%) i francuskiego (C1 i C2 po 1,15%). Zatem jedynie nieliczni z badanych mogą pochwalić się sukcesem w nabieraniu pełni kompetencji w posługiwaniu się językiem obcym, ale większość ma doświadczenia w nauce języka obcego wyniesione najprawdopodobniej ze szkoły do poziomu umożliwiającego im obecnie podstawową komunikację, co nie pozostaje bez wpływu na ich samoocenę, motywację oraz preferencje dotyczące stosowanych w nauce języka angielskiego w UTW strategii i technik uczenia się.

W pytaniu o wskazanie co najwyżej trzech czynników, które najbardziej zaważyły na podjęciu decyzji o rozpoczęciu nauki języka angielskiego na lektoracie w UTW, najczęściej wybieraną odpowiedzią była ta, która mówiła, że nauka języka to dobry trening dla pamięci i sprawności umysłowych (74,71%). Jest to odpowiedź raczej specyficzna dla późnej dorosłości, kiedy to samo ćwiczenie sprawności umysłowych

poprzez naukę nie tylko języka zaczyna nabierać znaczenia, w przeciwieństwie do czysto utylitarnych funkcji nauki wobec możliwości późniejszego działania we wcześniejszych stadiach dorosłości. Dwa kolejne pod względem popularności czynniki motywujące słuchaczy do zapisania się na kurs w UTW to chęć nadążania za coraz większą liczbą ludzi znających język angielski oraz przydatność języka angielskiego w podróżach zagranicznych (każdy czynnik wskazało po 47,13% badanych). Kolejne dwa czynniki to odświeżenie znajomości języka (25,29%) oraz wiara, że poznanie języka angielskiego pozwoli na lepsze rozumienie pełnej anglicyzmów współczesnej polszczyzny (22,99%). W układzie tych czterech czynników przeplata się niechęć do pozostawiania w tyle za ogólnymi trendami społecznymi, dość charakterystyczne dla współczesnej grupy osób starszych z czynnikami takimi jak odświeżenie znajomości języka i jego przydatność, które młodszy dorośli prawdopodobnie również by zaznaczyli. Rzadziej występowały takie motywy, jak: chęć sprawdzenia się w uczeniu się nowej umiejętności (16,09% – to mniej niż połowa tych, którzy naukę języka angielskiego od podstaw rozpoczęli w UTW) oraz dwie odpowiedzi związane z coraz powszechniejszą dziś migracją oraz małżeństwami wielokulturowymi. Dla 11,49% respondentów motywem skłaniającym do nauki było posiadanie rodziny i znajomych w krajach anglojęzycznych, a 12,64% deklarowało posiadanie rodziny i znajomych, z którymi można się porozumieć tylko po angielsku. Niewielki odsetek badanych (11,49%) podał inne motywy, wśród których znalazła się chęć korzystania z anglojęzycznych publikacji: wyszukiwania informacji w Internecie (3,45%), czytania literatury fachowej (2,30%) i pięknej (2,30%) – w tym nauczenie się monologu Hamleta. Respondenci chcą również oglądać filmy (1,15%), porozumiewać się z obcokrajowcami spotykanymi na co dzień w Polsce (1,15%), bawić z wnukami (1,15%). Nieliczni traktowali naukę angielskiego jako realizację marzenia, wcześniej odkładanego z powodu braku czasu (2,30%). Jak widać, czynniki charakterystyczne dla młodszych uczniów dorosłych przeplatają się z czynnikami typowymi dla wieku starszego, co plasuje badanych na pozycji grupy posiadającej cechy specyficzne ze względu na wiek, ale również nieodcinające jej zupełnie od dążeń typowych dla młodszych uczących się.

Czynniki afektywne związane z nauką języka obcego w UTW w świetle badań

W ogromnej większości wypowiedzi słuchaczy lektoratu języka angielskiego w UTW znajdują się określenia mówiące o czynnikach afektywnych związanych z nauką języka. Można je podzielić na dwie duże grupy motywatorów, przedstawionych w dwóch osobnych tabelach. Jest to grupa czynników skłaniających do

podjęcia nauki języka obcego (tab. 1) w UTW oraz grupa czynników skłaniających do kontynuowania nauki (tab. 2). Wśród opisywanych czynników motywacyjnych wyłaniają się również inne kwestie związane z emocjami towarzyszącymi nauce języka obcego w późnej dorosłości, takie jak: samoocena, zahamowania, samopoczucie w grupie, czy też odczucia związane z przewidywanymi i rzeczywistymi problemami w nauce. Większość badanych podaje sposoby, które pozwalają im radzić sobie z tymi emocjami i kierować je na bardziej optymalne dla siebie tory.

Tabela 1. Czynniki motywacyjne skłaniające do podjęcia nauki j. angielskiego w UTW

	Liczba osób	Liczba wypowiedzi
Czynniki ogólne – niezależne od wieku	26 (29,88%)	26
Posiadanie motywacji do nauki języka (ogólnie)	15	15
Zainteresowanie językiem angielskim	5	5
Zainteresowanie anglojęzyczną kulturą popularną (filmy i piosenki – w młodości)	1	1
Poznawcza funkcja nauki języka	1	1
Przydatność j. angielskiego podczas podróży	3	3
Bezradność w kontakcie z osobą anglojęzyczną	1	1
Lektorat w UTW to nie tylko nauka języka – czynniki motywacyjne specyficzne dla badanej grupy wiekowej	32 (36,78%)	36
Nauka w trzecim wieku – rozrywką i przyjemnością	13	15
Uczestnictwo w lektoracie okazją do bycia wśród ludzi, wyjścia z domu i wymiany doświadczeń z innymi ludźmi	6	6
Nauka języka obcego jako trening pamięci i sprawności intelektualnych	6	6
Sama nauka języka poprzez pokonywanie trudności w nowych doświadczeniach przynosi satysfakcję i lepsze poznanie siebie, własnych możliwości oraz podnosi poczucie własnej wartości	5	7
Lepsze poznanie współczesnej rzeczywistości	2	2

Większość badanych (66,66%) jest świadoma czynników, które skłoniły ich do podjęcia nauki w UTW. Na czynniki niezależne od wieku wskazuje 29,88% respondentów. Wśród nich wymienia się tezę, że do podjęcia nauki potrzebna jest chęć i motywacja, zainteresowanie językiem i kulturą kraju. Pojawiają się także motywy utylitarne – możliwość wykorzystania języka podczas podróży. Dla badanych słuchaczy nauka języka w UTW jest przede wszystkim przyjemnością i rozrywką (36,78). Motyw ten dominuje nad bardziej pragmatycznymi celami młodszych dorosłych.

Nauka języka w UTW może również pełnić funkcje terapeutyczne i profilaktyczne w walce z problemami zdrowia psychicznego w okresie starości poprzez:

- umożliwianie kontaktów towarzyskich i przeciwdziałanie poczuciu osamotnienia,
- trening pamięci i sprawności intelektualnych w zapobieganiu demencji,
- podnoszenie poczucia własnej wartości poprzez zdobywanie nowych doświadczeń, możliwość sprawdzenia siebie w nowych sytuacjach i osiągania sukcesów,
- pomoc w zrozumieniu i zaakceptowaniu zmieniającej się rzeczywistości oraz zapobieganie społecznemu wykluczeniu.

Tabela 2. Czynniki motywacyjne pozwalające na kontynuację nauki języka obcego w UTW w połączeniu ze świadomością problemów z nauką często wiązanych z wiekiem
– zarządzanie emocjami i samooceną

	Liczba osób	Liczba wypowiedzi
1	2	3
Świadomość indywidualizacji procesu uczenia się oraz znajomość własnego stylu nauki i poleganie na nim, a także używanie sprawdzonych wcześniej technik/strategii nauki	12 (13,79%)	13
Używanie technik motywacyjnych (ogólnie)	33 (37,93%)	36
Akceptowanie trudności i niepowodzeń, które nie pozwala na zniechęcanie się nimi i każe cierpliwie dążyć do celu (ogólnie)	15	18
Obranie i sprecyzowanie realistycznego celu nauki	9	9
Optymistyczne nastawienie do nauki	6	6
Radość z najmniejszych sukcesów i nagradzanie się za nie	3	3
Niska samoocena – niewiara we własne możliwości i kompetencje	10 (11,49%)	10
Niewielka potencjalnie wartość dawanych przez siebie wskazówek	4	4
Branie pod uwagę kompromitacji przy wypowiedziach w języku angielskim oraz uważanie się za osobę mało inteligentną na podstawie braku umiejętności płynnego wypowiadania się w stresie	2	2
Obniżenie wymagań wobec siebie ze względu na wiek	2	2
Nauka w grupie od podstaw po wcześniejszym kontakcie z językiem; w grupie starszej tempo może być zbyt szybkie	2	2
Problemy z negatywnymi emocjami	10 (11,49%)	11
Nie porównywać swoich umiejętności z innymi uczestnikami kursu	4	5
Nie wstydzić się przyznać, że się czegoś nie rozumie	2	2
Nie wpadać w panikę, gdy się nie rozumie nagrań za pierwszym razem	1	1
Nie stresować się niezadowolaniem lektora z postępów w nauce	1	1
Ogólnie emocjonalne podejście do nauki i skłonność do nerwów i rezygnacji w razie niepowodzeń	1	1
Podczas nauki nie rozpraszać się myślami o innych problemach	1	1

1	2	3
Przełamywanie lęku przed zabieraniem głosu w języku obcym i wstydu z powodu niedoskonałości wypowiedzi poprzez podejmowanie prób wypowiadania się	15 (17,24%)	17
Przełamywanie lęku przed zabieraniem głosu w języku obcym i wstydu z powodu niedoskonałości wypowiedzi poprzez podejmowanie prób wypowiadania się	11	11
Liczenie na korektę błędu w wypowiadanych kwestiach	2	2
Nacisk na komunikację, a nie na poprawność; pozbycie się lęku przed błędem językowym	1	1
Porównywanie się z innymi osobami (które mówią mimo błędów i osiągają sukces komunikacyjny; które wcale się nie uczą i nie mają prawa do wyśmiewania; wszyscy uczący się popełniają błędy)	5	5
Przełamywanie lęku przed wyśmianiem	1	1
Problemy z pamięcią/zapamiętywaniem oraz sposoby ich rozwiązywania	22 (25,29%)	24
Poświęcać nauce dużo czasu, często powtarzać materiał i nie robić dłuższych przerw w nauce	12	13
Nie przejmować się nimi i nie zniechęcać	5	6
Potraktować jako element naturalny w podeszłym wieku, dotyczący większości	1	1
Uwierzyć w możliwość nauczania się mimo problemów	1	1
Korzystać z różnych strategii ułatwiających zapamiętywanie	1	1
Skupić się na jednym języku obcym ze względu na mieszanie się języków	1	1
Problem z pamięcią jest związany z problemami medycznymi – udarem mózgu	1	1
Problemy zdrowotne związane z wiekiem – problemy ze słuchem	3 (4,45%)	4

Większość badanych wskazuje również na problemy związane z negatywnymi emocjami, które towarzyszą uczeniu się języka obcego. Największa grupa respondentów (37,93%) podkreśla konieczność akceptowania trudności i niepowodzeń, co przeciwdziała zniechęceniu i pozwala cierpliwie dążyć do celu (17,24%). Badani stawiają przed sobą cele realistyczne – raczej należy zadowolić się umiejętnością porozumienia się w prostych sytuacjach, aniżeli dążyć do płynnego posługiwania się językiem (10,34%). Do nauki należy być nastawionym optymistycznie (6,90%) i cieszyć się z najmniejszych sukcesów (3,45%). Postawa taka jest antidotum na wyłaniającą się z wypowiedzi części słuchaczy niską samoocenę i niewiarę we własne możliwości i kompetencje (11,49%).

Najczęściej wymienianą trudnością, z którą należy się liczyć w nauce języka w wieku podeszłym, są problemy z pamięcią (25,29%). Przeciwdziałać temu powinna systematyczność i ciągle powtarzanie materiału (13,79%). Trudności z pamięcią należy uznać za zjawisko typowe dla swojego wieku i nie zniechęcać się z tego powodu (9,19%). Zdaniem większości problemy z pamięcią należy rozwiązywać raczej na poziomie emocji – poprzez zaakceptowanie tego faktu jako typowego i nieuchronnego. Znamienne jest również to, że nikt z badanych nie zauważył, aby w następstwie uczenia się języka następowała poprawa pamięci.

Kolejnym wyłaniającym się problemem jest obawa przed negatywną oceną efektów wysiłków włożonych w nabywanie kompetencji językowej w porównaniu z innymi uczącymi się, a co za tym idzie, przed obniżeniem samooceny. Pojawiają się tutaj dwie grupy wypowiedzi. Jedna jest bezpośrednio związana z faktem uczenia się w grupie i tutaj słuchacze wskazują na konieczność przyznania się do braku zrozumienia jakiegoś problemu językowego (2,30%), pogodzenie się z ewentualnym niezadowolaniem lektora z wyników pracy (1,15%) oraz unikanie wszelkich porównań swojej osoby z innymi (4,60%). Niezadowolające wyniki uczenia się można także wiązać z czynnikami indywidualnymi. Część słuchaczy (13,79%), ma świadomość, że uczenie się jest procesem zindywidualizowanym. Dlatego trzeba zaakceptować własny styl nauki i polegać na nim, a także posługiwać się sprawdzonymi wcześniej technikami i strategiami uczenia się języka.

Badani seniorzy wskazują też na konieczność przełamywania lęku przed zabieraniem głosu w języku obcym i wstydu z powodu niedoskonałości wypowiedzi (17,24%). Respondenci akcentują przy tym, że przy próbach mówienia błędy są nieuniknione i charakteryzują wszystkich uczących się jakiegokolwiek języka obcego (5,75%). Wskazują, że osoby, które próbują mówić mimo błędów, zazwyczaj osiągają sukces komunikacyjny (4,60%), który cieszy. Ponadto respondenci podkreślają, że osoby, które same się nie uczą, nie mają prawa do krytyki tych, którzy taki trud podejmują (1,15%).

Lęk przed mówieniem w języku obcym częściowo może być związany z doświadczeniami upokarzającego poprawiania błędów przez nauczyciela i koncentrowanie się przede wszystkim na poprawności. Z drugiej strony, jest naturalnym elementem występów publicznych, z którymi wiąże się ocena mówiącego. U ucznia dorosłego frustracja związana z brakiem środków językowych do wyrażenia złożonych myśli, konieczność upraszczania wypowiedzi i uciekania się do sformułowań, których poprawność jest wątpliwa, bywa deprymująca.

Problemy zdrowotne związane z wiekiem nie stanowią przeszkody w uczeniu się języka obcego. Zaledwie kilkoro słuchaczy (4,45%) wskazuje na problemy ze słuchem. Nikt nie podkreśla problemów ze wzrokiem jako utrudniających naukę. Jedna osoba radzi, aby podczas nauki wszystkie problemy pozostawić „za drzwiami”.

Wnioski końcowe

Z badań wynika, że seniorzy uczestniczący w lektoratach w UTW to osoby wrażliwe, które stosunkowo chętnie dzielą się swoimi odczuciami zarówno pozytywnymi, jak i negatywnymi. Niepowodzenia w nauce odbierają jako oznakę postępującej szybciej niż u innych starości – pogarszającej się pamięci, wolniejszego przyswajania materiału, gorszego rozumienia. Jest to źródłem lęku przed konfrontacją swych umiejętności rozmowy w języku obcym z innymi. Błędy i brak płynności mowy związane z poszukiwaniem w pamięci odpowiednich słów jest traktowany jako porażka w nauce. Jednocześnie często pojawiające się optymistyczne wypowiedzi mogą świadczyć o akceptacji problemów przez badanych i ich koncentrowaniu się na pozytywnych aspektach edukacji językowej i na choćby drobnych sukcesach. Poniższe fragmenty wypowiedzi badanych najlepiej ilustrują ten wniosek:

Mimo trudności w przyswajaniu niektórych zwrotów czy słówek nie zniechęcam się i brnę z zadowoleniem dalej budząc swój rozleniwiony intelekt (59).

Bardzo chcę, ale efekty są mierne i to zniechęca, czasem myślę, że to nie ma sensu, ale drobny sukces cieszy i wieczorem na parę minut otwieram notatki (71).

Naukę języka angielskiego rozpocząłem dopiero w UTW w wieku 63 lat. Podejmując naukę języka po raz pierwszy w takim wieku nie należy stawiać sobie za cel biegle jego opanowanie (nie dotyczy to osób o wyjątkowych zdolnościach do nauki języków). Opanowanie języka w sposób umożliwiający porozumiewanie się to już jest pełny sukces. Dlatego też nie należy dążyć do tego celu „za wszelką cenę” (16).

Z wypowiedzi badanych wynika, iż nauka języka obcego w wieku senioralnym jest wyzwaniem na każdym etapie procesu edukacji. Seniorzy podkreślają rolę motywacji początkowej, dotyczącej podjęcia nauki. Warto zauważyć, iż grupa badanych charakteryzuje się różnorodną motywacją przy podejmowaniu decyzji o uczeniu się języka obcego, choć dominują motywy związane z potrzebami poznawczymi i społecznymi (m.in. potrzeba kontaktów społecznych). Często decyzja o nauce języka obcego podyktowana jest chęcią przełamania własnych barier czy próbą weryfikacji powszechnych stereotypów.

Wyzwanie stanowić również może sam proces uczenia się języka obcego, który często oznacza zmaganie się ze swoimi słabościami i powolne pokonywanie własnych ograniczeń. Zaskakuje upór i determinacja w dążeniu do celu. Seniorzy, co charakterystyczne, stawiają sobie realistyczne, niezbyt wygórowane cele *Nasze ambicje są duże, ale możliwości zapamiętywania ograniczone (71)* oraz stosują różne strategie podtrzymywania motywacji własnej. Jedna z badanych stwierdza: *Chwalę się przed sobą i robię sobie małe przyjemności, jeśli osiągam sukces (24).*

Proces uczenia się języka obcego niejednokrotnie prowadzi do zmiany myślenia o samym sobie lub zwiększa wiedzę badanych na temat własnych preferencji czy ograniczeń. Poniższe komentarze oddają najpełniej tę tezę.

Podobno to nieprawda, że jestem odporny na wiedzę (13).

Pomimo zaawansowanego wieku robimy postępy i to jest optymistyczne (17).

Lubię robić coś dla siebie – ucząc się w pewnym sensie dowartościuję się, pomimo iż wiem, że 30–40 lat temu, spędzając tyle czasu nad książką byłabym prymuską (24).

Nauka języka w grupie daje również możliwość kontaktów, dzielenia się swoją indywidualnością i doświadczeniem. Umożliwia spędzenie czasu w sposób przyjemny i pożyteczny. Tym samym pełni funkcję terapeutyczną.

Badanie pokazało również konieczność stosowania różnorodnych technik czy zadań wymagających od uczących się autorefleksji, rozpoznania i werbalizacji emocji, które towarzyszą procesowi nauki języka obcego oraz dzielenia się sposobami pokonywania problemów. Temat i zakres badania zostały dobrze przyjęte przez słuchaczy i w wielu przypadkach stanowiły przyczynek do dalszej dyskusji.

Bibliografia

- ARNOLD J. (red.), 1999, *Affect in language learning*, Cambridge University Press, Cambridge.
- BATES P.B., 1987, *Theoretical Propositions of Life-Span Developmental Psychology: on the Dynamics between Growth and Decline*, Developmental Psychology, Vol. 23, No. 5.
- BEISGEN B.A., CROUCH KRAITCHMAN M., 2003, *Senior Centers opportunities for Successful Aging*, Springer Publishing Company, New York.
- CAMPOS A., CAMINO E., PÉREZ-FABELLO M.J., 2011, *Using the Keyword Mnemonics Method Among Adult Learners*, Educational Gerontology, Vol. 37, Iss. 4.
- DEPP C.A., JESTE D.V. (eds.), 2010, *Successful cognitive and emotional ageing*, American Psychiatric Publ., Washington, DC.
- DORR K., 2006, *Handbook. Language Course Teaching. Methods for Senior Citizens*, Projekt w ramach programu Grundtvig [/www.senior-language.com/uploads/media/Teaching_Methods_for_Senior_Citizens.pdf](http://www.senior-language.com/uploads/media/Teaching_Methods_for_Senior_Citizens.pdf), Dn: 15. 03. 2011.
- GASS S.M., SELINKER L., 2008, *Second Language Acquisition*, Routledge, London.
- GROSS J.J. (ed.), 2007, *Handbook of emotion regulation*, Guilford Press, New York.
- GRUSZKOWSKA M., KOZDROŃ A., 2009, *Wpływ ćwiczeń fizycznych na stany emocjonalne kobiet w starszym wieku*, Gerontologia Polska, t. 17, nr 2.
- GRZANKA-TYKWIŃSKA A., KĘDZIORA-KORNATOWSKA K., 2010, *Znaczenie wybranych form aktywności w życiu osób w podeszłym wieku*, Gerontologia Polska, t. 18, nr 1.
- HENDRIE H.C. et al., 2010, *Defining and Assessing Cognitive and Emotional Health in Later Life*, [in:] Depp, Jeste Depp, C.A., D.V. Jeste (ed.), *Successful cognitive and emotional ageing*, American Psychiatric Pub., Washington, DC.
- JOHNSTONE R., 2002, *Addressing "the age factor": some implications for languages policy*, Council of Europe, Strasbourg.

- KACZMARCZYK M., TRAFIALEK E., 2008, *Aktywizacja osób w starszym wieku jako szansa na pomyślne starzenie się*, Gerontologia Polska, t. 15, nr 4.
- KRYSTOŃ M., 2005, *Motivation in the adult education*, The New Educational Review, Vol. 5, No. 2(3).
- LEE P.L., LAN W., YEN T.-W., 2011, *Aging Successfully: A Four-Factor Model*, Educational Gerontology, Vol. 37, Iss. 3.
- LÓJ G., 2004, *Personality and Health problems of elder people*, The New Educational Review, Vol. 3/2, No. 2(3).
- MARCINEK P., 2007, *Funkcjonowanie intelektualnie w okresie starości*, Gerontologia Polska, t. 15, nr 3.
- RICE D., 2000, *Adulthood*, [in:] M. Haralambos, D. Rice (eds.), *Psychology in Focus*, Causeway Press Ltd., Bath.
- ROWE J.W., KAHN R.L., 1998, *Successful aging*, Pantheon Books, New York.
- SCHLEPPGREGG M., 1987, *The Older Language Learner*, The National and Learning Forum (NTLF), <http://www.ntlf.com/html/lib/bib/87-9dig.htm>, DW: 15.03.2011.
- SINGLETON D., RYAN L., 2004, *Language Acquisition: The Age Factor*, Multilingual Matters Ltd., Clevedon.
- STANLEY C., 1999, *Learning to think, feel and teach reflectively*, [in:] J. Arnold (ed.), *Affect in language learning*, Cambridge University Press, Cambridge.
- STOLARCZYK-ZIELONKA M., 2010, *Lingwistyczne aspekty komunikacji językowej osób starszych*, [w:] B. Mikołajczyk, J. Taborek, W. Zabrocki (red.), *Język w poznaniu*, cz. 1., Wydawnictwo Rys, Poznań.
- STUART-HAMILTON I., 2000, *Psychologia starzenia się*, Wydawnictwo Zys i S-ka, Poznań.
- WEISEL L.P., 1980, *Adult Learning Problems: Insights, Instruction, And Implications* (Information Series No. 214), Columbus, OH, *ERIC Clearinghouse on Adult, Career, and Vocational Education*, ED 193 534.
- WERBIŃSKA D., 2010, „*Moja podróż z językiem obcym*” – narracyjne badanie autobiograficzne, *Neofilolog*, nr 34.
- ZIELIŃSKA-WIĘCZKOWSKA H., KĘDZIORA-KORNATOWSKA K., 2009, *Jakość starzenia się i starości w subiektywnej ocenie słuchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wiek*, Gerontologia Polska, t. 17, nr 3.
- ZIELIŃSKA-WIĘCZKOWSKA H., KĘDZIORA-KORNATOWSKA K., KORNATOWSKI T., 2008, *Starość jako wyzwanie*, Gerontologia Polska, t. 16, nr 3.

Inne dokumenty

- Raport Rady Europy: *Language Course Teaching Methods for Senior Citizens* (Grundtvig 1.1.) Grundtvig Training Courses http://www.senior-language.com/uploads/media/Microsoft_Word_Final_report_doc.pdf, DW: 15.30.2011.
- ec.europa.eu/economy_finance/.../publication6654_en.pdf

The role of affective factors in the process of learning a foreign language by late adults

The article aims at describing the affective factors that accompany the process of foreign language learning by late adults aged: 53–83. The article also concentrates on such issues as motivation and language learning experiences as well as coping strategies implemented by late adults to minimize the negative affect. The research was carried out among 87 subjects (79 females and 8 males) who attended an English language course organized by the University of Third Age (Katowice) in 2011/2012. The research was based on a narrative inquiry and questionnaire data.