

# ZELFREGULATIE VAN LEERLINGEN

Bevorderen we in het onderwijs voldoende zelfregulatie?

- B. van den Eeden -

## Zelfregulatie en zelfbepaling

In het huidige onderwijs wordt er, meer dan vroeger, gekeken naar de ruimte die leerlingen zelf kunnen innemen binnen het onderwijs en krijgen zij ruimte om tot zelfregulerend leren te komen. Zelfregulerend leren is verbonden met het begrip zelfbepaling. Volgens Van Grinsven (2003) refereert *zelfregulerend leren* aan de regulatie of sturing van het leerproces. Het gaat om wat leerlingen doen om hun leerproces in goede banen te leiden en te houden. Er wordt van *zelfbepaling* gesproken (Verbeeck, 2010) wanneer iemand het gevoel heeft dat hij zijn handelingen zelf kiest, bekrachtigt en ondersteunt. Tijdens zijn handelen ervaart de lerende een grote mate van vrijheid: een hoge graad van flexibiliteit en weinig of geen druk van buitenaf.

Boekaerts (1999) ziet *zelfregulerend leren* als het in staat zijn om zelf kennis, vaardigheden en attitudes te ontwikkelen welke overgedragen kunnen worden van de ene leercontext naar de andere (ook wel 'transfer' genoemd). Transfer is van belang voor lerenden van wie verwacht wordt dat zij met gebruik van portfolio's hun zelfbepaling vergroten en zelfregulerend handelen.

## Zelfregulatie en autonomie

Zelfregulerend leren is verbonden met autonomie (Ryan & Deci, 2000). Aspecten die onder autonomie voor lerenden vallen zijn:

- zelf kunnen kiezen
- uitdaging aangaan
- bewustzijn van eigen kunnen
- verschillende mogelijkheden hebben voor zelfsturing

blad 1

Autonomie is verbonden met het begrip zelfregulatie omdat het doel van autonomie hetzelfde is als dat van zelfregulatie: zelfregulerend leren (Ryan & Deci, 2000).

## Leeromgeving

Bij zelfregulatie is de leeromgeving van belang. De leeromgeving is zodanig ingericht door de leerkracht dat de leerlingen zelfstandig kunnen werken: de invulling van het onderwijs, de ingezette leermiddelen, de mogelijkheden tot leeractiviteiten, tot samenwerken en instructie maken dat mogelijk.

Het portfolio is bijvoorbeeld een middel dat hiervoor ingezet kan worden. Het biedt structuur aan het leertraject en geeft ruimte aan de leerlingen om zelfstandig te werken. Bij de kleuters kan een keuzewerkbord ingezet worden om de keuzevrijheid te structureren. Het leertraject wordt uitgezet op basis van leerdoelen en leerlijnen waarin de lerende een actieve rol vervult. Het optimaliseren van de leeromgeving betekent dat het inzetten van leermiddelen en het vormgeven van de leeromgeving de lerende in staat stelt om zelf keuzes te maken. Ter bevordering van zelfregulatie zal dus aan eisen voldaan moeten worden met betrekking tot het inrichten van de leeromgeving door de leerkracht in samenwerking met de leerling en medeleerlingen.

Diverse auteurs gebruiken voor het beschrijven van een betekenisvolle leersituatie verschillende termen (rijke-, krachtige- of effectieve leeromgeving). De invulling van het onderwijs, de rol van de leerkracht en de rol van de leerling zelf spelen een rol om tot een 'rijke' leeromgeving te komen.

# ZELFREGULATIE VAN LEERLINGEN



Een rijke leeromgeving levert een belangrijke bijdrage aan het leren van de leerlingen (Hoogland, et al., 2011). Verbeeck (2010) geeft aan dat een leeromgeving van belang is: in scholen waar de leerkracht minder sturend en controlerend handelt krijgen de leerlingen de ruimte voor autonomie.

Leerlingen worden betere actieve en zelfregulerende leeders wanneer ze zelf ontdekken welke competenties ze nodig hebben voor het bereiken van betekenisvolle leerdoelen (Oostdam, Peetsma & Blok, 2010). Er is ruimte voor het stellen van eigen leerdoelen, het dragen van verantwoordelijkheid voor het eigen leerproces en het reguleren van het eigen uitvoeringsproces. Volgens Van der Maas (2010) nemen scholen die hun onderwijs innovatief vormgeven de leeromgeving als uitgangspunt. Er wordt naar gestreefd de leeromgeving aan te sluiten bij de onderwijsbehoeften van leerlingen. Met als resultaat dat de leerlingen intrinsiek gemotiveerd worden, gestimuleerd worden, in wisselende situaties bezig te zijn, reflecteren en feedback geven op de eigen leerdoelen.

Simons (1998) beschrijft een 'krachtige leeromgeving' als een leeromgeving waarin sprake is van volwaardigheid in de leeractiviteiten. Het betreft het formele 'leren leren', het 'actieleren' en het 'ervaringsleren', met als doel om de lerenden zelf het leren vorm te laten geven met gebruik van de verschillende vormen van leren. De drie vormen van leren worden nader toegelicht:

## Formeel leren leren

Er worden veel beslissingen genomen door de leerkracht, de lerende heeft een actieve rol door zijn voorkennis, het geleerde en de lesdoelen te verwoorden, waarbij ruimte is voor zelfstandig leren; hulp wordt ingezet op het ontwikkelen van het leren leren.

## Actieleren

Bij actieleren gaat het om leren dat bewust gepland en zelf gestuurd wordt. Leerdoelen worden expliciet gesteld door de leerlingen met behulp van de leerkracht en er wordt gewerkt om deze leerdoelen te verwerkelijken. Leren staat hierbij op de voorgrond; leerkrachten begeleiden de leerlingen door naar hun keuzes en verantwoordingen te vragen vanuit een kritisch perspectief. Hierbij zijn vooral het testen, monitoren, repareren, reflecteren en evalueren van belang.



## Ervaringsleren leren

Bij ervaringsleren is er sprake van lerend werken en niet van werkend leren. Het gaat om incidentele spontane leerprocessen, waarbij lerenden de gelegenheid krijgen om ervaringen op te doen.

Van der Maas (2010) stelt dat in een effectieve leeromgeving op basis van leerdoelen en leerlijnen een leertraject uitgezet wordt, waarin de leerling een actieve rol vervult. Er is sprake van een uitdagende en betekenisvolle authentieke leeromgeving als aan de volgende uitgangspunten wordt voldaan met als doel om de lerenden zelf het leren vorm te laten geven:

# ZELFREGULATIE VAN LEERLINGEN



- leerlingen kunnen zelfstandig aan de slag (waarbij de kaders duidelijk zijn)
- er wordt gewerkt aan uitdagende taken of opdrachten
- er is gelegenheid tot werken in kleine groepjes
- er zijn keuzemogelijkheden
- er zit afwisseling in de verschillende leertaken/ opdrachten

Van der Maas (2010) geeft aan dat het daadwerkelijke 'leren' zich afspeelt binnen specifieke betekenisvolle contexten. Kennis wordt opgebouwd vanuit situatie gebonden context en cultuur met specifieke activiteiten. De lerende wordt gestimuleerd een transfer te maken van de opgedane kennis naar het toepassen in nieuwe situaties. Het uitbouwen van competenties brengt de kennis van de lerende naar een hoger plan.

## De rol van de leerkracht

Volgens Van Grinsven (2003) zal de leerkracht een niet-traditionele rol aan moeten nemen, die van coach: een coach die op afstand zicht houdt op het leerproces en waar nodig bijstuurt. Dit betekent dat een coach leerlingen aanmoedigt tot actieve kennisverwerving en tot het toepassen van kennis in een andere situatie. De verwachting is dat de aandacht, het gedrag en de actieve ondersteuning van de leerkracht leidt tot het versterken van de leerkracht-leerling relatie. Het voorzien in deze basisbehoefte zal een positief effect hebben op de motivatie. De rol van de leerkracht is dat deze als



coach de leerling op afstand kan bijsturen en aanmoedigen.

## De rol van de leerling

Wanneer een leersituatie wordt vormgegeven waarbij de leerlingen de ruimte krijgen om zelfregulerend aan het werk te gaan dan neemt de leerling een actieve rol in en richt zich op een doel waarbij kennisverwerking, het oefenen van vaardigheden en experimenteren met kennis wordt aangemoedigd. Het verhoogde zelfregulerende vermogen leidt tot een positieve verandering in de relatie tussen leerkracht en leerling en leerlingen onderling. De leerling ervaart verhoogde motivatie en dit heeft weer effect op het handelen door de leerling. De leerling ervaart de ondersteuningsmogelijkheid van de leerkracht en medeleerlingen en maakt hier dan ook gebruik van om zelfregulerend te kunnen handelen en zijn leerproces bij te stellen. Intrinsieke motivatie vindt bewust plaats bij de zelfregulatie en dit leidt tot een hoge kwaliteit van leren. Het met zelfvertrouwen handelen komt ten goede aan het strategiegebruik door de leerling en zijn leerproces.

Componenten waaruit het leerproces bestaat (Lodewijks, Simons, & Zuylen, 1997):

1. doelen stellen
2. uitvoeren van het leergedrag dat tot de realisatie van het doel leidt (leerstrategieën uitkiezen en in de gaten houden)
3. testen (en beoordelen) of het doel bereikt is (aan de hand van afgesproken slotoefening)
4. feedback krijgen en beloond worden

In figuur 1 zijn voorbeelden opgenomen van het reguleren van deze vier componenten van het leerproces.

# ZELFREGULATIE VAN LEERLINGEN



Doel	Uitvoering	Prestaties	Feedback / beloning
<ul style="list-style-type: none"> <li>doelen kiezen</li> <li>subdoelen bepalen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>leerstrategie kiezen</li> <li>planning maken</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>vaststellen (meten) van leer-resultaat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>terugkoppeling naar leerdoel</li> <li>terugkoppeling</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>voorkennis mobiliseren</li> <li>haalbaarheid van doelen inschatten</li> <li>aan de gang gaan</li> <li>relevantie van het doel bepalen</li> <li>jezelf motiveren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>motivatie in stand houden</li> <li>leerstrategie in de gaten houden</li> <li>tijd inschatten</li> <li>tijd bewaken</li> <li>herstelmaatregelen nemen</li> <li>tussentijds testen en toetsen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>beoordelen of doel is behaald</li> <li>waarde van leerresultaat beoordelen</li> <li>oorzaken van falen of slagen bepalen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>jezelf belonen</li> </ul>

Figuur 1. Voorbeelden van reguleren per component van het leerproces (Lodewijks, Simons, & Zuylen, 1997)

Als we het hebben over het reguleren van leren, bedoelen we het reguleren van deze vier componenten van het leerproces. Dat reguleren heeft overigens een dubbele functie: het gestelde leerdoel realiseren én opgedane leerervaringen meenemen in toekomstige leersituaties.

## Het zes-blokkenmodel

Bij zelfregulatie kunnen twee aspecten of soorten worden onderscheiden, namelijk:

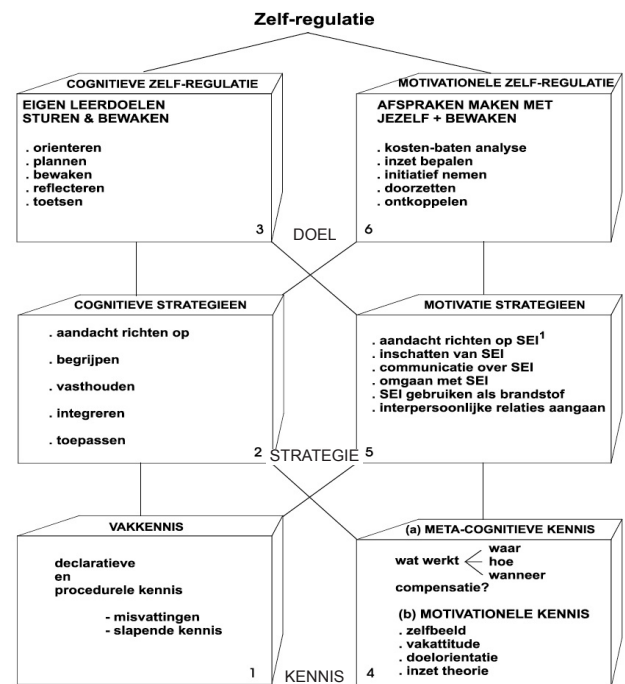
- cognitieve zelfregulatie
- motivationele zelfregulatie.

Bij het zes-blokkenmodel (Boekaerts, 1999), zie figuur 2, worden er drie lagen onderscheiden:

1. doelen
2. strategieën
3. kennis

Het zes-blokkenmodel maakt aspecten die in het handelen van de leerling terug te zien zijn inzichtelijk. Factoren die van invloed zijn op het zelfregulerend vermogen of de motivatie zijn de keuzevrijheid van leerlingen binnen een rijke leeromgeving.

Deze keuzevrijheid binnen een rijke leeromgeving leidt tot leerlingen die vanuit



<sup>1</sup> SEI = sociaal-emotionele informatie

Figuur 2. Zes-blokkenmodel (Boekaerts, 1999)

autonome motivatie werken aan doelen, kennis en toepassen van strategieën. Dit model levert eisen op waaraan de leeromgeving moet voldoen, welke keuzes leerkrachten en leerlingen kunnen maken en wat kan leiden tot autonome motivatie bij leerlingen en hun leerprocessen.

Het is de bedoeling dat leerkrachten dit model kunnen hanteren om aan te geven welk doel ze in een bepaalde les nastreven. Ook kan het model als diagnostisch instrument worden gebruikt. Met behulp van de genummerde blokken en van de relaties tussen de blokken kan worden aangegeven wat een groep leerlingen/ of een individuele leerling al wel, of juist nog niet beheerst. Uit deze analyse wordt dan duidelijk waar nog oefening nodig is (welke soort opgaven), en wat de leerlingen al alleen, of met minimale steun kunnen. Op deze wijze kan het zes-blokkenmodel een didactisch hulpmiddel zijn. Zie ook de leerwerkkaart *Scaffolding*.

# ZELFREGULATIE VAN LEERLINGEN



## Opdracht:

- Verdiep je in de werkwijze van het zes-blokkenmodel, het artikel van Lodewijks, Simon en Zuylen (1997) staat een praktische vertaalslag opgenomen. Kijk op meta-niveau naar je les waarbij de leerlingen zelfregulatie ervoeren. Wat werkte? Waar speelde dit zich af in het zes-blokkenmodel van Boekaerts? Hoe werd de leersituatie vormgegeven? Welk effect had dit op het gedrag van de leerlingen?
- Stel een les op waarbij je de factoren beschreven bij 'een rijke leeromgeving' verwerkt. Wat was het effect op het gedrag van de leerlingen? Welke factoren hebben zichtbaar invloed gehad op het leerlinggedrag? Hoe hebben de leerlingen dit ervaren? En jij? Wat betekende dit voor jouw rol als leerkracht? Komt dit overeen met de beschreven items?
- Reguleren van de vier componenten van het leerproces: geef per component een voorbeeld uit de eigen praktijk.

## Literatuur:

- Boekaerts, M. (1999). *Self-regulated learning: where we are today*. *International Journal of Educational Research* 31, 445-457.
- Grinsven, L. v. (2003). De invloed van leeromgevingen op motivatie en strategiegebruik voor zelfregulerend leren. *Studiehuisreeks* nr 53, 0-44.
- Hoogland, K., Janson, D., Vliegthart, M., Vugt, R. v., Zonneveld, E., & Zwart, A. (2011). *Rekenen verbeteren? Begin bij de leraar!* Utrecht: APS.
- Lodewijks, J., Simons, P., & Zuylen, J. (1997). *Het reguleren van leren*. Tilburg: MesoConsult B.V.
- Maas, van der, M. (2010). *Een effectieve leeromgeving in het primair en voortgezet onderwijs*. *Onderzoeksrapportage Inrichten leeromgevingen PO en VO 2008-2010*. 's-Hertogenbosch: KPC GROep.
- Mourshed, M., Chijioke, C., & Michael, B. (2010). *How the world's most improved school systems keep getting better*. London: McKinsey&Company.
- Oostdam, R., Peetsma, T., & Blok, H. (2007). *Het nieuwe leren in basisonderwijs en voortgezet onderwijs nader beschouwd: een verkenningnotitie voor het Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap*. Amsterdam: SCO-Kohnstamm Instituut.
- Ryan, R., & Deci, E. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well Being. *American Psychologist* Vol 55, 68-78.
- Simons, R. (1998). *Krachtige leeromgeving*. Retrieved 6 12, 2015, from <http://home.tiscali.nl/robertjansimons/publicaties/Krachtige%20leeromgevingen.doc>
- Verbeek, C. (2010). Op eigen vleugels, Autonomie voor kinderen in het basisonderwijs. *Over woorden en daden, ontwikkelingen in het onderwijs*, 0-50.