Opgesteld door: Niek van den Berg (kennismakelaar Kennisrotonde)
Vraagsteller: docent mbo
Geraadpleegd expert: Kariene Mittendorff (expert studieloopbaanbegeleiding en reflectie)
Referentie: Kennisrotonde. (2023). *In hoeverre draagt zelfreflectie door mbo-4 studenten in de context van studieloopbaanbegeleiding bij aan hun studiesucces?* (1e update) (KR. 1021)

14 december 2020 - update 21 juni 2023

Vraag

In hoeverre draagt zelfreflectie door mbo-4 studenten in de context van studieloopbaanbegeleiding bij aan hun studiesucces?

Kort antwoord

Zelfreflectie lijkt bij te dragen aan studiesucces, maar de directe relatie is niet of nauwelijks onderzocht. Zelfreflectie is echter ook een waardevolle competentie als zodanig. De ontwikkeling ervan vereist goede begeleiding door docenten. Ze kunnen studenten onder meer reflectieve vragen te stellen en bevorderen dat alle fasen van het reflectieproces aan bod komen: van betekenisvolle ervaringen als basis, via dialoog naar aanleiding daarvan, naar besluiten over vervolgacties.

Toelichting antwoord

(Zelf)reflectie en studieloopbaanbegeleiding in de context van het mbo

De begrippen *reflectie* en *zelfreflectie* worden vaak door elkaar gebruikt. Er zijn echter verschillende soorten reflectie, met methodiekreflectie (of taakreflectie) als ene vorm en zelfreflectie (of persoonlijke reflectie) als andere vorm. Bij methodiekreflectie passen studenten theorie toe op hun praktijkervaringen, op hun eigen professionele handelen. Doelen hiervan zijn dat ze zich de theorie eigen maken en nieuwe kennis ontwikkelen.

Bij zelfreflectie kijken studenten veel meer naar vragen over hun persoonlijke ontwikkeling: wie ben ik, wat wil ik, wat zijn mijn ambities en waar wil ik nog in groeien. Het doel is dat studenten meer controle krijgen over hun eigen denken, motivatie en gedrag (Kinkhorst, 2010; Kennisrotonde, 2019). In de context van het mbo gaat het in het bijzonder om reflectie op jezelf als aankomend beroepsbeoefenaar, als burger en als potentiële doorstromer naar vervolgonderwijs. Waar hierna 'zelfreflectie' staat wordt in

het bijzonder deze invulling bedoeld. Studenten die reflecteren, kijken aan de hand van concrete voor hen betekenisvolle ervaringen naar persoonlijke ambities, motieven en vervolgacties. Ze komen tot een bewust begrip van het belang van de situatie en beslissen wat ze aansluitend gaan doen (Mittendorff, 2014).[1]

Om goed te kunnen reflecteren zijn andere vaardigheden voorwaardelijk:

- taalvaardigheid,
- kunnen denken vanuit het eigen perspectief én dat van de ander (Theory of Mind) en
- executieve vaardigheden (zoals impulsbeheersing, cognitieve controle en flexibiliteit, kunnen evalueren en kunnen kiezen).

Kinderen ontwikkelen deze vermogens gaandeweg; dit proces duurt tot in de jongvolwassenheid (Jolles e.a., 2006; Kennisrotonde, 2019; Kinkhorst, 2010). Voor het mbo betekent dit dat - met name in BOL-opleidingen - niet alle studenten hun reflectievermogen al volledig hebben ontwikkeld. De mogelijke veronderstelling dat het te vroeg is om er aandacht aan te besteden is echter onterecht. In tegendeel, het is essentieel om studenten te begeleiden om hun reflectievermogen te ontwikkelen (Jolles, 2016).

Studieloopbaanbegeleiding betreft begeleiding bij de studie, de loopbaanontwikkeling en de professionele ontwikkeling; drie elementen die samenkomen in de professionele identiteitsontwikkeling (Mittendorff, 2010; Mittendorff & Kienhuis, 2014; Woudt-Mittendorff, 2019). Voor een goede dialoog tussen een studieloopbaanbegeleider en een student (loopbaandialoog) zijn verschillende elementen van belang zijn, waaronder betekenisvolle praktijkervaringen bespreken, reflectieve vragen stellen en zinvolle vervolgacties helpen vormgeven. Dit zijn tevens aspecten van (zelf)reflectie; een belangrijk onderdeel van studieloopbaanbegeleiding.

(Zelf)reflectie in de context van studieloopbaanbegeleiding beoogt bij te dragen aan de eigen ontwikkeling en daarmee aan *studiesucces*. We vatten hier studiesucces breed op als kunnen kiezen wat bij je past, minder kans op uitval uit de opleiding, goede leerresultaten en een goede toerusting voor doorstroom naar werk, vervolgonderwijs en burgerschap.

Effecten op studiesucces zijn niet direct onderzocht

Of (zelf)reflectie op langere termijn bijdraagt aan studiesucces is lastig op basis van onderzoek te onderbouwen, omdat de relatie niet rechtstreeks is onderzocht. Er zijn wel indirecte aanwijzingen, bijvoorbeeld dat een betere voorbereiding op een vervolgstudie na het mbo bijdraagt aan een zekerder keuze en studiesucces in het hbo (Kennisrotonde, 2016).

[1] Reflecteren is overigens iets anders dan evalueren. Evalueren is terugblikken op een situatie of resultaten, waarbij je bijvoorbeeld kijkt wat er goed ging en wat niet, en besluit over eventuele bijstellingen die nodig zijn (*single loop* leren). Reflecteren gaat dieper, omdat het de onderliggende oordeelsvorming betrekt in de beschouwingen. Je bekijkt dan bijvoorbeeld naar wat er voor heeft gezorgd dat iets goed ging of niet goed ging (*double loop* leren) (Kinkhorst, 2010, p.19).

LAAN VAN NIEUW OOST INDIË 300 2593 CE DEN HAAG
POSTADRES POSTBUS 93461 2509 AL DEN HAAG
T 070 349 44 58 W WWW.KENNISROTONDE.NL

Overigens is reflectievaardigheid niet alleen mogelijk functioneel voor studiesucces, maar ook een waardevolle competentie op zich voor professionals, die aandacht in het onderwijs als zodanig al legitimeert (Kuijpers & Meijers, 2009; Visscher-Voerman, 2018).

Reflectievaardigheid ontwikkelen vereist kundige begeleiding

Omdat het brein van jongere studenten nog in ontwikkeling is, is reflecteren voor hen nog lastig. Om reflectievaardigheden te ontwikkelen is het essentieel dat docenten studenten hierbij begeleiden. Reflectie krijgt in de onderwijspraktijk echter niet altijd vorm op een manier die bijdraagt aan de beoogde effecten. Docenten en studieloopbaanbegeleiders zijn niet zomaar in staat om de ontwikkeling van reflectievaardigheden te ondersteunen, met mede als gevolg dat studenten portfolio's en persoonlijke ontwikkelplannen maken zonder goed te weten wat ze moet doen en wat ze eraan hebben. Ze krijgen er een hekel aan en ervaren het als een 'moetje' (Kinkhorst, 2010; Luken, 2010, 2018; Mittendorff, 2014; Meijers, 2017; Woudt-Mittendorff, 2019). Ook wanneer studieloopbaanbegeleiders getraind zijn voor hun rol, blijkt het lastig om studieloopbaanbegeleiding en daarmee reflectie adequaat vorm te geven. Studieloopbaanbegeleiders voelen zich nog steeds onvoldoende toegerust en de student vertrouwt de studieloopbaanbegeleider onvoldoende, zo blijkt onder meer uit interviews met 31 docenten van 18 verschillende scholen, 2,5 jaar na de start van een gerichte training (Draaisma & Mittendorff, 2017).

Een van de knelpunten is dat zowel studieloopbaanbegeleiders als studenten vaak de neiging hebben om studieloopbaanbegeleiding als geïsoleerde activiteit te zien, los van het onderwijs. Ze zijn met name gericht op studievaardigheden en -voortgang, in plaats van op de (meer toekomstgerichte) professionele identiteitsontwikkeling en de diepere reflectie die daarvoor nodig is (Korthagen, 2018; Mittendorff, 2010; Simon, 2019). Als reflectie niet op een goede manier wordt ingezet, ontstaan risico's als te kritisch kijken, piekeren en aarzelen om tot actie over te gaan (Luken, 2010, 2018; Mittendorff, 2014).

Kinkhorst (2010) ontwikkelde op basis van eerder onderzoek een set didactische ontwerpregels die aansluiten bij de kenmerken van studenten in het hoger onderwijs. Aannemelijk is dat deze regels ook van toepassing zijn in het mbo.

1. Definieer nauwkeurig wat er met reflectie bedoeld wordt.
2. Organiseer dialoog als katalysator van reflectie.
3. Operationaliseer reflectie in activiteiten en resultaten (bijvoorbeeld aan de hand van een stappenplan)
4. Verbind reflectie aan betekenisvolle ervaringen en motivaties van studenten.
5. Oefen in deelvaardigheden en biedt daarvoor relevante kennis aan.
6. Verschaf expliciete beoordelingscriteria die aansluiten bij het startniveau. Geef daarbij voorbeelden.
7. Wees als opleider een rolmodel wat betreft reflectie.

Kwalitatieve studies in het hbo ondersteunen deze ontwerpregels. Voortbouwend op zowel het hierboven besproken onderzoek van Kinkhorst (2010) als dat van Mittendorff

(2010) komen Mittendorff (2014) en Mittendorff et al. (2012) in hun onderzoek tot de conclusie dat studenten instructie over en structuur van het geboden reflectieonderwijs waarderen, evenals feedback van medestudenten. Dat wil uiteraard nog niet zeggen dat ze daardoor beter gaan reflecteren. Begeleiding door de docent is een sleutelfactor, maar de kwaliteit daarvan blijkt uiteen te lopen. Bijvoorbeeld geschreven reflecties komen niet altijd terug in studieloopbaanbegeleiding-gesprekken en de volledige reflectiecyclus (van ervaring naar inzicht naar actie) wordt niet altijd als geheel doorlopen. Ook blijkt dat soms te veel en te vaak gereflecteerd wordt om reflectie als zinvol te ervaren.

Goede instructie en begeleiding is cruciaal

Naar aanleiding van deze en andere studies wijst onder meer Woudt-Mittendorff (2019) op het belang van betekenisvolle ervaringen als kapstok om tot zinvolle reflectie te komen. Dit kan bijvoorbeeld in onderwijs waarin de actuele beroepspraktijk en projecten centraal staan. Een meer geïntegreerde vorm van studieloopbaanbegeleiding, waarbij reflectie in studieloopbaanbegeleiding-activiteiten (inclusief gesprekken) veel meer verbonden is met praktijkervaringen van studenten, lijkt bij te dragen aan de kwaliteit van reflectieactiviteiten van studenten. Hierbij zijn goede instructie (onder andere door studenten ook echt te leren reflecteren) en goede begeleiding cruciaal. Een studentgerichte en toenemende studentgestuurde stijl, dialoog (i.p.v. monoloog) en gerichte feedback zijn kenmerken van goede begeleiding. Ook de inzet van groepsreflectie met medestudenten kan helpen bij het ontwikkelen van reflectievaardigheid. Het creëren van een veilige leeromgeving is een cruciale stap voor het begeleiden van reflectieactiviteiten, individueel en zeker ook in een groep.

Geraadpleegde bronnen

Draaisma, A., & Mittendorff, K. (2017). Betekenisvol reflecteren op verschillende niveaus. In F. Meijers & K. Mittendorff (Eds.). *Zelfreflectie in het hoger onderwijs* (pp. 33-50). Garant.

Jolles, J., De Groot, R. H. M., Van Benthem, J. F. A. K., Dekkers, H. P. J. M., De Glopper, C. M. & Uijlings, H. B. M. (2006). *Brain Lessons. A contribution to the international debate on Brain, Learning & Education.* Neuropsych Publishers.

Jolles, J. (2016). *Het tienerbrein. Over de adolescent tussen biologie en omgeving*. Amsterdam University Press.

Kennisrotonde. (2016). *Waar moet een succesvol traject gericht op de doorstroom mbo – hbo aan voldoen?* (KR.106). Kennisrotonde.

Kennisrotonde (2019). *Zijn er effectieve werkwijzen om kinderen van 4 tot 6 jaar te stimuleren tot reflectie op hun eigen activiteiten?* (KR.608). Kennisrotonde.

Kinkhorst, G. (2010). Didactische ontwerpregels voor reflectieonderwijs. *OnderwijsInnovatie, 12*(1), 17-25.

Korthagen, F. (2018). Een andere visie op reflectie. Reactie op Luken. *Tijdschrift voor begeleidingskunde, 7*(1), 12-16.

Kuijpers, M. & Meijers, F. (2009). Leeromgeving voor loopbaanleren. Onderzoek naar relaties tussen de leeromgeving en loopbaancompetenties van vmbo en mbo leerlingen. *Pedagogische Studiën, 86*(2), 93-109.

Luken, T. (2010). Problemen rond reflectie. De risico's van reflecteren nader bezien. *Handboek Effectief Opleiden,* 52/373, juni 2010, 11.1-12.0

Luken, T. (2018). Reflecteren over reflectie: Wat hebben negatieve effecten en wankele vooronderstellingen te betekenen? *Tijdschrift voor Begeleidingskunde, 7*(1), 2-11.

Mittendorff, K. M. (2010). *Career conversations in senior secondary vocational education* (proefschrift TU/e).

Mittendorff, K. (2014). Leren reflecteren. In: F. Meijers, M. Kuijpers, K. Mittendorff & G. Wijers (red.). *Het onzekere voor het zekere. Kwetsbaarheid als kracht in loopbaandialogen*. Garant.

Mittendorff, K., Van der Donk, S., & Gellevij, M. (2012). *Kwaliteit van Reflectie. Onderzoek naar de kwaliteit van SLB programma's en reflectieprocessen van studenten*. Saxion.

Visscher-Voerman, J. I. A. (2018). *Perspectieven op onderwijsinnovatie*. (Lectorale rede) Saxion Hogeschool.

Woudt-Mittendorff, K. (2019). Bouwstenen voor SLB 2.0: een toekomstbestendig ontwerp. *OnderwijsInnovatie, 21*(3), 32-34.

Onderwijssector

Middelbaar beroepsonderwijs, hoger onderwijs

Trefwoorden

reflectie, zelfreflectie, studieloopbaanbegeleiding (slb)