Is zelfregulerend leren te onderwijzen in het mbo?

Beantwoord door Jeroen S. Rozendaal & Melissa van Amerongen (kennismakelaars Kennisrotonde).]

13 april 2023

KR. 1543

Kort antwoord

Zelfregulerend leren betreft het zelf initiatieven ondernemen, doorzettingsvermogen tonen en adaptief het eigen leerproces vormgeven om eigen doelen te bereiken. Wanneer mbo-studenten zelfregulerend kunnen leren, kan dit bijdragen aan hun prestaties, welbevinden en het ontwikkelen van generieke competenties en mogelijk hun employabiliteit. Zelfregulerend leren moet worden aangeleerd in de context van het vak/de lesstof. Dit dient te gebeuren via expliciete strategie-instructie (uitleggen, voordoen, verzoeken, bevragen en hierop feedback geven) en verder te worden ondersteund door leeromgevingen gekenmerkt door 1) een veilige en ondersteunende relatie tussen de docent en studenten en 2) autonomie-ondersteuning. Zelfs als niet alle studenten volledig tot zelfregulerend leren komen, is het aan te raden om als docent aandacht te geven aan 'leren leren' omdat ook laagpresterenden profiteren van ondersteuning bij het leren leren.

Antwoord

Inleiding

Zelfregulerend leren betreft het zelf initiatieven ondernemen, doorzettingsvermogen tonen en adaptief het eigen leerproces vormgeven om eigen doelen te bereiken (Boekaerts & Corno, 2005; Winne, 2011; Zimmerman, 2013). In deze definitie ligt de doelgerichte inzet van vier typen strategieën besloten (vgl. Boekaerts & Simons, 2003; Kennisrotonde, 2017a), namelijk strategieën gericht op het:

- verwerken van informatie zoals aandacht richten, betekenis verlenen, probleemoplossen (algemene cognitieve strategieën) en lezen, rekenen en schrijven (specifieke cognitieve strategieën);
- 'regisseren' van het leerproces zoals plannen, monitoren en evalueren, reflecteren (metacognitieve strategieën);
- positief beïnvloeden van eigen opvattingen over en emotionele reacties op de leertaak, bijvoorbeeld jezelf motiveren (motivationele strategieën);
- benutten en/of (her)inrichten van de omstandigheden waaronder het leren plaatsvindt, bijvoorbeeld een rustige werkplek creëren of gebruik maken van aanwezige hulpbronnen (gedrag).

Er zijn ruimschoots aanwijzingen dat het vermogen om zelfregulerend te kunnen leren positief bijdraagt aan leerprestaties in het primair, voortgezet en hoger onderwijs (Sins, 2023). Is zelfregulerend leren te onderwijzen in het mbo? En zo ja, hoe ziet zulk onderwijs er dan uit?

De relatie tussen zelfgestuurd leren en studiesucces in het mbo

Onderzoek naar zelfregulerend leren en gerelateerde effecten specifiek binnen de context van het mbo is schaars (Jossberger et al., 2020). Dat betekent niet dat zelfregulerend leren niet van belang zou zijn voor mbo-studenten.

Mejeh en Held (2022) leverden empirisch bewijs dat in beroepsopleidingen zelfregulerend leren positief correleert met prestaties, welbevinden en het ontwikkelen van generieke competenties. Dat betekent onder meer dat studenten die zelfregulerend kunnen leren ook beter presteren èn andersom. Jossberger et al. (2020), in een studie naar de uitvoering van leertaken door *succesvolle* mbo-studenten (niveau 4), lieten zien dat deze studenten de volgende metacognitieve strategieën inzetten: het plannen van tijd en hulpbronnen, het monitoren van hun voortgang en het bijstellen van hun aanpak wanneer blijkt dat hun aanpak niet tot de gewenste resultaten leidt. Voorts bestaat het vermoeden dat zelfregulerend kunnen leren bijdraagt aan de employability van studenten (Mejeh & Held, 2022; Van Beek et al., 2014) maar hiervoor is geen empirische onderbouwing gevonden.

Bevorderen van zelfregulerend leren

Het ontbreekt mbo-studenten vaak aan goede strategieën die nodig zijn om hun leerproces effectief te controleren: ze beoordelen hun eigen prestaties niet goed en zijn onvoldoende in staat om zelf leertaken te selecteren waar ze behoefte aan hebben (Khaled et al., 2015). Dit roept de vraag op hoe deze studenten geholpen kunnen worden.

Sins (2023) stelt dat er verschillende manieren zijn om zelfregulerend leren te bevorderen. Voor studenten die eerder genoemde strategieën nog niet kennen en/of kunnen toepassen, is expliciete strategie-instructie door de docent het meest effectief (Van der Vegt, 2022). Studenten die al wel een repertoire aan strategieën kunnen gebruiken, profiteren van indirecte bevordering van zelfregulerend leren. Dit laatste komt dan tot uiting in de inrichting van de leeromgeving. Strategieën met betrekking tot zelfregulerend leren dienen altijd te worden aangeleerd en doorontwikkeld in de context van het vak/de lesstof. Dit geldt dus zowel voor studenten die al wel enigszins zelfregulerend kunnen leren als studenten die dit nog niet kunnen. Zo worden deze strategieën betekenisvol voor studenten. Door strategieën te laten toepassen in nieuwe situaties, wordt het repertoire aan strategieën van studenten wendbaar. Dat wil zeggen dat de student steeds beter leert om zelf in te schatten welke strategieën relevant zijn gegeven nieuwe situaties. Dit wordt ook wel 'transfer' genoemd (Raaijmakers, 2017). Losse studielessen hebben geen zin (Zie Veenman, 2013; Kennisrotonde, 2017a).

Wederom is onderzoek in de mbo-context op dit gebied schaars. Het is echter aannemelijk dat inzichten ten aanzien van het bevorderen van zelfregulerend leren bij kinderen en adolescenten ook opgaan voor (v)mbo-studenten. We trekken deze conclusie omdat het onderzoek dat wel verricht is in deze context, in dezelfde richting wijst als onderzoek in andere onderwijssectoren. Van Beek et al. (2014) geven aan dat in het mbo de uitdaging voor docenten om zelfregulerend leren te bevorderen groter kan zijn dan op de havo

of het vwo als gevolg van het cognitief niveau, leer- en gedragsproblemen, en de uitdagende levensfase waarin veel van hun studenten zich bevinden (zie hierover ook: Wigfield et al., 2006).

Expliciete strategie instructie

Expliciete instructie is effectief om strategieën met betrekking tot zelfregulerend leren (cognitieve, metacognitieve motivationele strategieën en gedrag) aan te leren. Onder expliciete strategie-instructie wordt verstaan dat docenten deze strategieën expliciet aan studenten uitleggen, voordoen ('modelleren'), verzoeken in onderwijsactiviteiten en in toetsing, bevragen en hierop feedback geven (vgl. Van der Vegt, 2022). De WWW&H-vuistregel (Veenman, 2013) ondersteunt docenten hierbij en staat voor uitleg over het wat, wanneer, waarom en hoe van deze strategieën. Kortom, docenten moeten hun doelgroep expliciet 'leren leren'. In de onderwijspraktijk komt dit nog zelden voor (zie voor detail uitwerkingen van de didactiek van 'leren leren' onder meer Dijkstra et al., 2022; Peeters, 2022; Sins, 2019; 2023; Van den Brekel, 2020).

Indirecte bevordering van zelfregulerend leren

Voor studenten die gevorderd zijn in het zelfregulerend leren, kan expliciete instructie worden afgebouwd. Deze studenten kunnen zich verder ontwikkelen in leeromgevingen waarin zelfregulerend leren indirect wordt bevorderd (Van der Vegt, 2022). Zo'n leeromgeving wordt gekenmerkt door een veilig leerklimaat en autonomie-ondersteuning.

Een veilige en ondersteunende relatie tussen de docent en de student(en) betekent onder meer dat er in de klas een cultuur heerst waarin fouten maken mag, en fouten gezien worden als kansen om te leren. Pylväs et al. (2022) noemen het belang van sociale steun en positieve (procesgerichte) feedback van leraren en werkplektrainers/medewerkers bij het leren en bij het ontwikkelen van zelfregulerend leren (zij spreken van 'zelfredzaamheid') van studenten in een beroepsopleiding.

Autonomie-ondersteuning van de student krijgt vorm door 1) het aanreiken van betekenisvolle uitdagende en rijke leertaken, 2) samenwerkend leren en 3) het geven en gefaseerd afbouwen van expliciete instructie via het aanreiken van zogenaamde 'scaffolds' (Van Merriënboer & Kirschner, 2012; Kennisrotonde, 2017b; Van der Vegt, 2022). Dit zijn hulpmiddelen zoals werkbladen en zelfbeoordelingsinstrumenten die een tijdelijke 'steiger' vormen tussen wat de student nog niet volledig zelfstandig kan. Kortom: werken in de zone van naaste ontwikkeling van studenten, maar dan op het gebied van leren leren (zie ook Kennisrotonde, 2016).

Conclusie: een samenspel tussen de student en de leeromgeving

Zelfregulerend leren kun je niet zelfregulerend leren. Dus ook in het mbo zou dit expliciet moeten worden aangeleerd om studenten te laten profiteren van de positieve effecten van zelfregulerend leren. De leeromgeving moet dan wel een beroep doen op het opgebouwde strategierepertoire van studenten om hun verdere ontwikkeling te bevorderen, parallel aan en na expliciete strategie-instructie.

Diverse studies in de mbo-context bieden evidentie voor dit samenspel tussen de kenmerken van de student en de inrichting van de leeromgeving. Een gedateerde, maar interessante studie van Slaats et al. (1999) liet zien dat in opleidingen waar vooral reproductie van informatie wordt gevraagd, studenten ook

vooral reproductief leergedrag lieten zien. Hierbij stelden ze zich afhankelijk van de docent op. Studenten in opleidingen waarin vaker een beroep op probleemoplossende vaardigheden werd gedaan, toonden deze vaardigheden meer en waren ook meer zelfregulerend. Jossberger et al. (2020) vonden dat *succesvolle* mbo-studenten (niveau 4) die ten aanzien van een taak vooral werden beoordeeld op de kwaliteit van het *product*, zich ook voornamelijk focusten op productevaluatie en het leer*proces* niet evalueerden. Dit zogenaamd 'strategisch leergedrag' van studenten is al veel vaker empirisch vastgesteld, bijvoorbeeld in de context van het hoger onderwijs (zie bijvoorbeeld Entwistle & Waterston, 2011; Vermunt & Verloop, 1999). Dus als je als docent wilt dat studenten hun eigen leerproces gaan sturen, dien je daar expliciet aandacht aan te besteden in je leerdoelen, onderwijsactiviteiten en toetsing. Hierbij is het balanceren tussen structuur bieden en ruimte geven (Van der Vegt, 2022).

Tot slot:

Sommige docenten in het (v)mbo vragen zich af hun leerlingen/studenten wel in staat zijn om zelfregulerend te kunnen leren. Op deze vraag is geen sluitend antwoord te geven. Echter, Sins (2023) betoogt dat ook voor studenten die minder goed presteren expliciete strategie-instructie de voorkeur geniet, zelfs als je als docent niet geheel tot het afbouwen ('fading') van expliciete strategie instructie komt (zie ook Kennisrotonde, 2017b). Kortom, zelfs als niet alle studenten volledig tot zelfregulerend leren komen, is het aan te raden om als docent aandacht te geven aan 'leren leren' omdat ook laagpresterende leerlingen profiteren van ondersteuning bij het 'leren leren'.

Geraadpleegde bronnen

Boekaerts, M., & Corno, L. (2005). Self-regulation in the classroom: a perspective on assessment and intervention. *Applied Psychology: An International Review*, *54*(2), 199-231.

Dijkstra, P., Bunnik, P., & Krikke, A. (2022). *Zelfregulerend leren. Effectiever leren met leerstrategieën.* Boom.

Entwistle, N., & Waterston, S. (2011). Approaches to studying and levels of processing in university students. *British Journal of Educational Psychology*, *58*(3), 258-265.

Jossberger, H., Brand-Gruwel, S., Van de Wiel, M. W. J., & Boshuizen, H. P. A. (2020). Exploring Student's Self-Regulated Learning in Vocational Education and Training. *Vocations and Learning*, *13*(2020), 131-158.

Kennisrotonde (2016). *Welk leerkrachtgedrag is effectief om zelfgestuurd leren te bevorderen?* (KR.094). Den Haag: Kennisrotonde.

Kennisrotonde (2017a). *Hoe kunnen docenten het eigenaarschap van studenten in het voortgezet onderwijs versterken?* (KR. 180). Den Haag: Kennisrotonde.

Kennisrotonde (2017b). *Is het waar dat voor studenten die op vmbo niveau functioneren, een reflectieopdracht moeilijk uit te voeren is dan voor studenten die op havo/vwo niveau zitten? (en kunnen ze daarbij dan geholpen worden?* (KR. 198). Den Haag: Kennisrotonde.

Khaled, A., Gulikers, J., Biemans, H., & Mulder, M. (2015). Occurences and quality of teacher and student strategies for self-regulated learning in hands-on simulations. *Studies in Continuing Education*, *38*(1), 101-121.

Mejeh, M., & Held, T. (2022). Understanding the Development of Self-Regulated Learning: An Intervention Study to Promote Self-Regulated Learning in Vocational Schools. *Vocations and Learning*.

Peeters, J. (2022). *Zelfregulerend leren. Hoe? Zo! Voor elke leersituatie, in elk vak en met elke leerling*. Lanoo Campus.

Pylväs, L., Nokelainen, P., & Rintala, H. (2022). Vocational Students' Perceptions of Self-Regulated Learning in Work-Based VET. *Vocations and Learning*, *2022*(15), 241-259.

Raaijmakers, S. F. (2017). *Improving Self-Regulated Learning. Effects of Training and Feedback on Self-Assessment and Task-Selection Accuracy*. Universiteit Utrecht.

Sins, P. (2019). *iSelf. Aanpak voor het bevorderen van zelfregulerend leren door leraren*. Saxion.

Sins, P. (2023). *Zelfregulerend leren gaat niet vanzelf. Maar hoe dan wel?* Hogeschool Rotterdam.

Slaats, A., Lodewijks, H. G. L. C., & Van der Sanden, J. M. M. (1999). Learning styles in secondary vocational education: disciplinary differences. *Learning and Instruction*, *9*(1999), 475-492.

Van Beek, J. A., De Jong, F. P. C. M., Minnaert, A. E. M. G., & Wubbels, Th. (2014). Teacher practice in secondary vocational education: teacher-regulated activities of student learning and student self-regulation. *Teaching and Teacher Education*, *40*, 1-9.

Van der Brekel, C. (2020). *Zelfsturing in de klas. Zo doe je dat! 8 aanraders*. Instondo.

Van der Vegt, A.L. (2022). *Stap voor stap op weg naar zelfregulatie*. Onderwijskennis.

Van Merriënboer, J., & Kirschner, P. (2012). *Ten Steps to Complex Learning; A Systematic Approach to Four Component Instructional Design*. Routledge.

Veenman, M. V. J. (2013). Training metacognitive skills in students with availability and production deficiencies. In H. Bembenutty, T. Cleary, & A. Kitsantas (Eds.), *Application of self-regulated learning across diverse disciplines: a tribute to Barry J. Zimmerman* (pp.299-324). Information Age Publishing.

Vermunt, J., & Verloop, N. (1999). Congruence and friction between teaching and learning. *Learning and Instruction*, *9*(3), 257-280.

Wigfield, A., Byrnes, J. P., & Eccles, J. S. (2006). Development during early and middle adolescence. In P. A. Alexander, & P. H. Winne (Eds.), *Handbook of educational psychology* (pp. 87-114). Routledge, Taylor & Francis Group.

Winne, P. (2011). A cognitive and metacognitive analysis of self-regulated learning. In D. H. Schunk & B. Zimmerman (Eds.), *Handbook of self-regulation of learning and performance* (pp. 15-32). Routledge.

Zimmerman, B. J. (2013). From cognitive modeling to self-regulation: A social cognitive career path. *Educational Psychologist*, *48*(3), 135-147.

Over deze vraag

Opgesteld door:	Jeroen S. Rozendaal en Melissa van Amerongen (kennismakelaars Kennisrotonde)
Vraagsteller:	Projectleider onderwijsinnovatie
Onderwijssector:	(v)mbo
Trefwoorden:	Mbo, zelfregulerend leren, metacognitie, motivatie, studiesucces
Referentie:	Kennisrotonde. (2023). *Is zelfregulerend leren te onderwijzen in het mbo?* (KR. 1543)

Dit antwoord is gepubliceerd op Kennisrotonde.nl. De Kennisrotonde is samen met NCO en Onderwijskennis een dienst van het NRO.