

Zelfregulerend leren

Zelfregulerend leren is een concept, dat handvatten geeft aan docenten en studenten om het leren te verbeteren. Het is van belang tijdens een opleiding, maar ook daarna: met zelfregulatie wordt levenslang leren een vanzelfsprekendheid. Dit gebeurt door op metaniveau naar het leren te kijken en zelfevaluatie en zelfcontrole toe te passen op de leertaak. En door de studenten te helpen hun (meta)cognitieve vaardigheden die samenhangen met ZRL te trainen.

Wat kun je doen als docent?

Het vermogen om zelfregulerend te leren vraagt van de docent of begeleider om studenten hierin te stimuleren en ondersteunen.

Wat is het?

Tijdens het zelfregulerend leren wordt een student steeds meer eigenaar van het eigen leerproces. Dit gebeurt door concrete doelen te stellen, strategieën toe te passen om die doelen te bereiken, het eigen leerproces te monitoren en de resultaten te evalueren. Wanneer nodig, kan de student het studiegedrag aanpassen of nieuwe doelen formuleren (Zie figuur 1).

Motivatie

De motivatie, het vertrouwen in eigen bekwaamheid en de metacognitieve vaardigheden ('leren om te leren') van een student, zoals te zien in figuur 2, zijn bepalend voor de mate waarin een student in staat is om zelfregulerend te leren. Op al deze vlakken kan de student zich óók ontwikkelen, zodat zelfregulerend leren op zichzelf ook een ontwikkelproces is.

Begeleiding

Zelfregulerend leren betekent voor de docent of begeleider niet "ik laat het los en succes ermee". De factoren in figuur 2 kun je als begeleider beïnvloeden: het zelfregulerend leren kun je dus stimuleren en ondersteunen.

Voor wie?

In de opleidingen aan de Faculteit der Geneeskunde UvA gaan studenten (steeds meer) zelfregulerend leren. Bachelor en master Geneeskunde en bachelor en master Medische informatiekunde leiden op tot toenemend zelfstandig het eigen leerproces monitoren en aansturen.

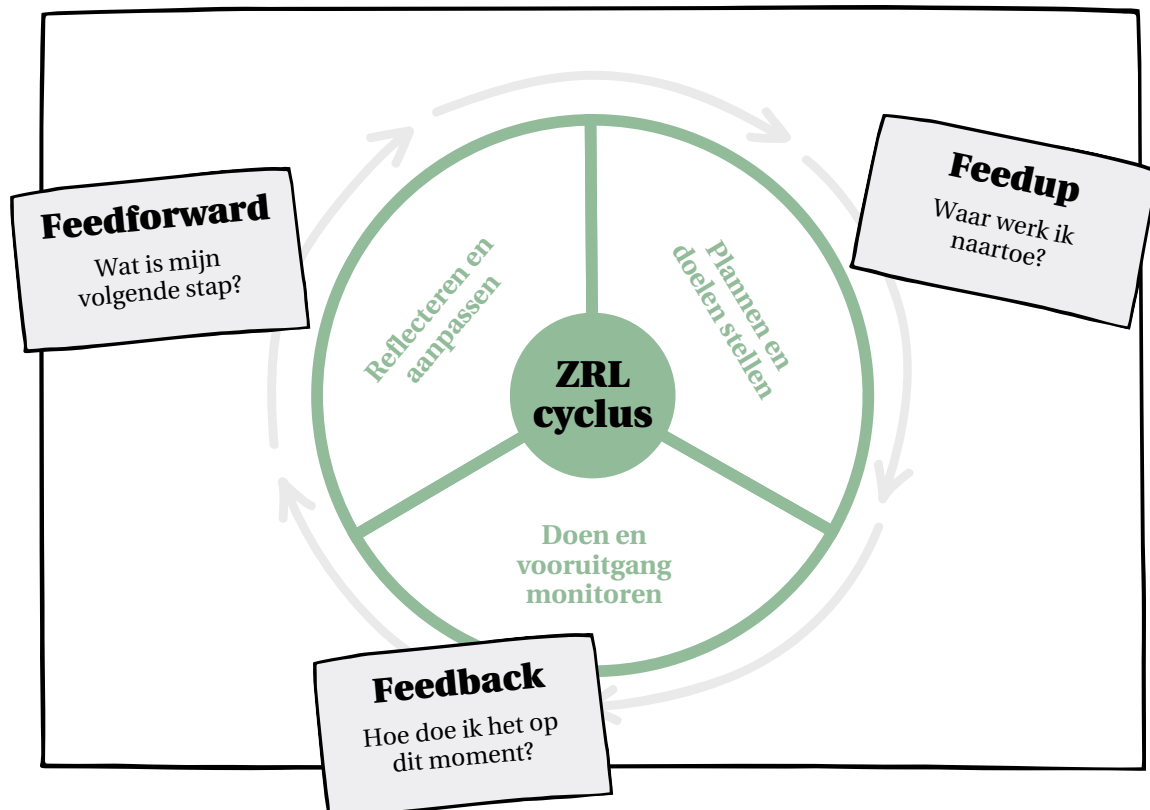
Laat het kwartje rollen

Als we het hebben over 'het kwartje valt', dan suggereert dat een eenmalige indaling van een inzicht. In zelfregulerend leren laten we het kwartje 'op z'n kant' vooral rollen. Je helpt studenten van de ene naar de andere fase van de ZRL-cyclus. Dit kan door vragen te stellen die aansluiten op de (meta)cognitieve vaardigheden. Wat zijn dat voor vragen en hoe doe je dat als docent?

Lees verder:
bekijk figuur 1 & 2

Figuur 1:

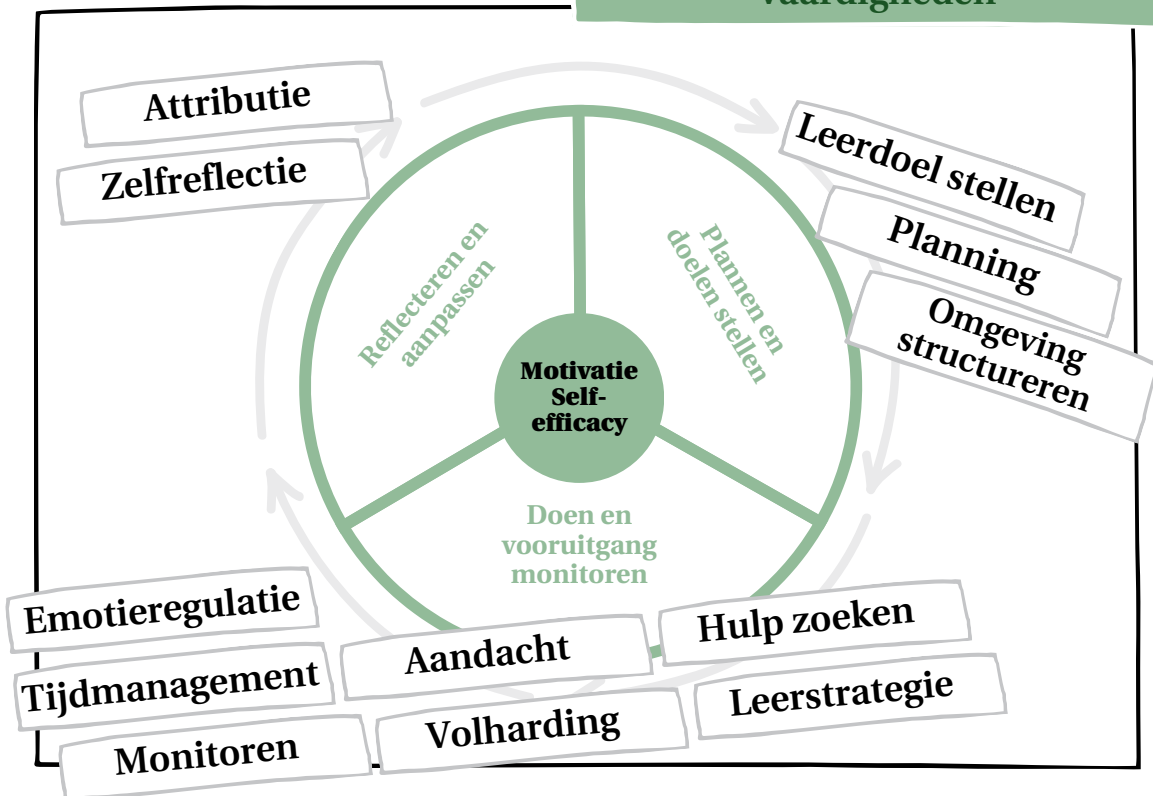
Zelfregulerend leren en de rol van feedback



Figuur 2:

Zelfregulerend leren

als cyclus met metacognitieve vaardigheden



Lees verder: hoe pas je het toe?

Wanneer pas je het toe?

Zelfregulerend leren

binnen de verschillende fasen van onderwijs

Start

- Wat wil jij leren tijdens dit onderwijsmoment? (activeren van voorkennis en leerdoelen stellen)
- Kort reflecteren op resultaten van laatste toets. (leerdoelen stellen)

Het is hierbij belangrijk om het kader aan te geven waarbinnen hun leerdoelen dienen te vallen. Dit doe je door aan te geven wat de doelen zijn van het onderwijsonderdeel.

Tijdens

- Bij het uitvoeren van een werkopdracht - hoe gaat het? (voortgang monitoren)
- Aanbieden van formatieve toetsing, zoals een kleine quiz. (voortgang monitoren)
- Bij het stagneren van het leerproces - wat ging er wél goed? (zelfreflectie en hulp zoeken). Wat heb je nog nodig om door te kunnen en hoe kun je hieraan komen? Herken je deze situatie van een ander moment? en hoe heb je het toen opgelost? (reflecteren en attributie)
- Je kunt de studenten ook tijdens onderwijs helpen om te reflecteren op hoe zij leren. Dit doe je door vragen te stellen die gaan over andere niveaus dan denken, namelijk voelen (wat voelde je toen?), willen (wat is voor jou belangrijk?) en doen (wat heb je na ons vorige gesprek gedaan?).

Afsluitend

- Wat neem jij je voor na dit onderwijsmoment? (nieuw (leer)doel stellen)

Je kunt studenten hierbij uitdagen door ze mee te nemen naar een toekomstige situatie. Bijvoorbeeld door aan het eind van het onderwijsmoment te vragen naar onzekerheid; wat vind je nog moeilijk? Zo kun je ze ook faciliteren bij het formuleren van een nieuw leerdoel waarmee ze zelfstandig aan de slag kunnen gaan.

Gedrag van de docent

- Bij het stellen van de vragen zijn er twee aspecten die nog expliciete aandacht verdienen. Namelijk luisteren, met als doel zelfregulatie te stimuleren, en onzekerheid kunnen verdragen.
- Door je als docent coachend op te stellen door goed te luisteren en door te vragen, kun je de student stimuleren om zelf tot een oplossing en actie te komen. Qua vorm kan dat bijv. ook door de studenten samen hun leerproces en voortgang te laten bespreken.
- Om te zorgen dat reflectie over het leren echt zinvol is, moet er ruimte zijn voor onzekere factoren. Dit betekent dat het spreken over fouten maken gestimuleerd moet worden en dat je als docent hierin een rolmodel bent, door jezelf kwetsbaar op te stellen.

Tip: lees ook het factsheet over motivatie

Colofon

Dit is een publicatie van Principal educators Sander Corssmit en Lida van der Merwe, in samenwerking met Lydia van der Meij, stafadviseur Faculty development, Teaching & Learning Centre Faculteit der Geneeskunde. Vormgeving door Nikki Smeets.

Referenties / links op aanvraag beschikbaar.

Vragen? Mail tlc@amsterdamumc.nl