

Beste Kenneth

Onlangs heb je de Lemo-vragenlijst ingevuld. Op basis van je antwoorden krijg je nu informatie over je studiemotivatie en je leervaardigheden.

Hoe je gemotiveerd bent, is bepalend voor je resultaten. Ook je manier van studeren heeft een belangrijke invloed op je studiesucces. De combinatie van je leervaardigheden noemen we je leerpatroon. Onderzoek toont aan dat je succesvol studeert als je over een waaier van leervaardigheden beschikt. Er bestaat immers geen manier van studeren die in alle situaties voor succes zorgt.

LEMO IN BEELD

HOGESCHOOL PXL

VERWERKINGSSTRATEGIEËN

Relateren en structureren
Kritisch verwerken
Concretiseren
Samen leren
Analyseren
Memoriseren



Leerstrategieën en Motivatievragenlijst

STURINGSSTRATEGIEËN

Zelfsturing
Planning en tijdsbeheer
Stuurloos leergedrag ✕

MOTIVATIE

Zelfeffectiviteit
Willen studeren
Moeten studeren ✕
Demotivatie ✕

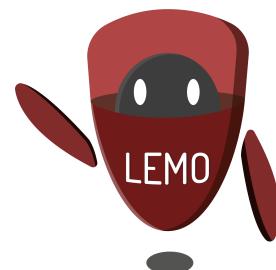
LEMO IN SCORES

Lemo werkt met 13 schalen, onderverdeeld in 3 componenten. Deze 3 componenten zijn: verwerkingsstrategieën, sturingsstrategieën en motivatie. Op de 13 schalen kan je scoren van 0 tot 5.

9 van de 13 schalen zijn gewone, positieve schalen: hoe dichter je bij de 5 scoort, hoe beter.

Dit icoontje staat voor een negatieve schaal.
 3 van de 13 schalen zijn negatieve schalen: hoe dichter je bij de 0 scoort, hoe beter.

Dit icoontje staat voor een midscore-schaal.
 1 van de 13 schalen is een midscore-schaal: hoe dichter je bij 2,5 scoort, hoe beter.
 Te hoog of te laag scoren op deze schaal is dus negatief.



VERWERKING

- Relateren en structureren
- Kritisch verwerken
- Concretiseren
- Samen leren**
- Analyseren
- Memoriseren

STURING

- Zelfsturing
- Planning en tijdsbeheer**
- Stuurloos leergedrag

MOTIVATIE

- Zelfeffectiviteit
- Willen studeren**
- Moeten studeren
- Demotivatie

JOUW 3 LEERSTERKTEN

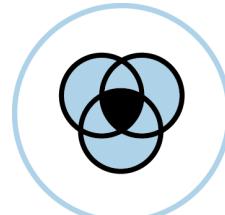


4,57/5

1

WILLEN STUDEREN

Je bent geïnteresseerd om steeds nieuwe dingen te leren kennen. Je bent leergierig. Je studeert omdat je hierdoor in het latere leven je verder kunt ontplooien in je professionele leven. Je neemt je studieproces in eigen handen omdat je leren waardevol vindt.

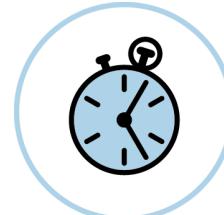


3,98/5

2

SAMEN LEREN

Je bent flexibel. Je stuurt je eigen aanpak en manier van werken bij, wanneer je medestudenten hiermee geholpen zijn. Je vergelijkt jouw manier van leren en werken wel eens met die van anderen en past, indien nuttig, je eigen manier van leren en werken daardoor aan. Je overlegt met de anderen; bijvoorbeeld om de verschillende functies en taken in de groep te verdelen.



3,77/5

3

PLANNING EN TIJDSBEHEER

Je slaagt erin om je studietijd doelgericht te plannen en daarnaar te handelen. Indien nodig stuur je de planning en de uitvoering ervan bij.

KLEURCODE

Zeer goed

Goed

Op weg

Aandacht

Werkpunt



Dit icoontje staat voor de negatieve schaal.
Dit wil zeggen dat je hier beter scoort met een lagere score



Dit icoontje staat voor de midscore schaal.
Dit wil zeggen dat je hier beter scoort met de gemiddelde score van 2,5.
Te hoog of te laag scoren op deze eigenschappen is dus negatief.

LEMO

VERWERKING

- Relateren en structureren
- Kritisch verwerken
- Concretiseren
- Samen leren
- Analyseren
- Memoriseren

STURING

- Zelfsturing
- Planning en tijdsbeheer
- Stuurloos leergedrag ✕**

MOTIVATIE

- Zelfeffectiviteit
- Willen studeren
- Moeten studeren
- Demotivatie ✕

JOUW 3 WERKPUNTEN



2,51/5

11

ZELFEFFECTIVITEIT

Je schat jezelf regelmatig fout in: je resultaten zijn doorgaans slechter [of juist doorgaans beter] dan wat je dacht te scoren. Je bent niet tevreden over je manier van leren.



2,27/5

12

RELATEREN EN STRUCTUREREN

Je legt te weinig verbanden tussen de verschillende onderdelen van je leerstofpakket. Je brengt ook te weinig structuur aan in je leerstof en je legt je er te weinig op toe om hoofd- en bijzaken te onderscheiden.



2,86/5

13

STUURLOOS LEERGEDRAG

Het is voor jou niet zo duidelijk wat je moet kennen en kunnen en hoe je dit best aanpakt. Je hebt nog werk om grotere hoeveelheden leerstof te verwerken.

KLEURCODE

Zeer goed

Goed

Op weg

Aandacht

Werkpunt



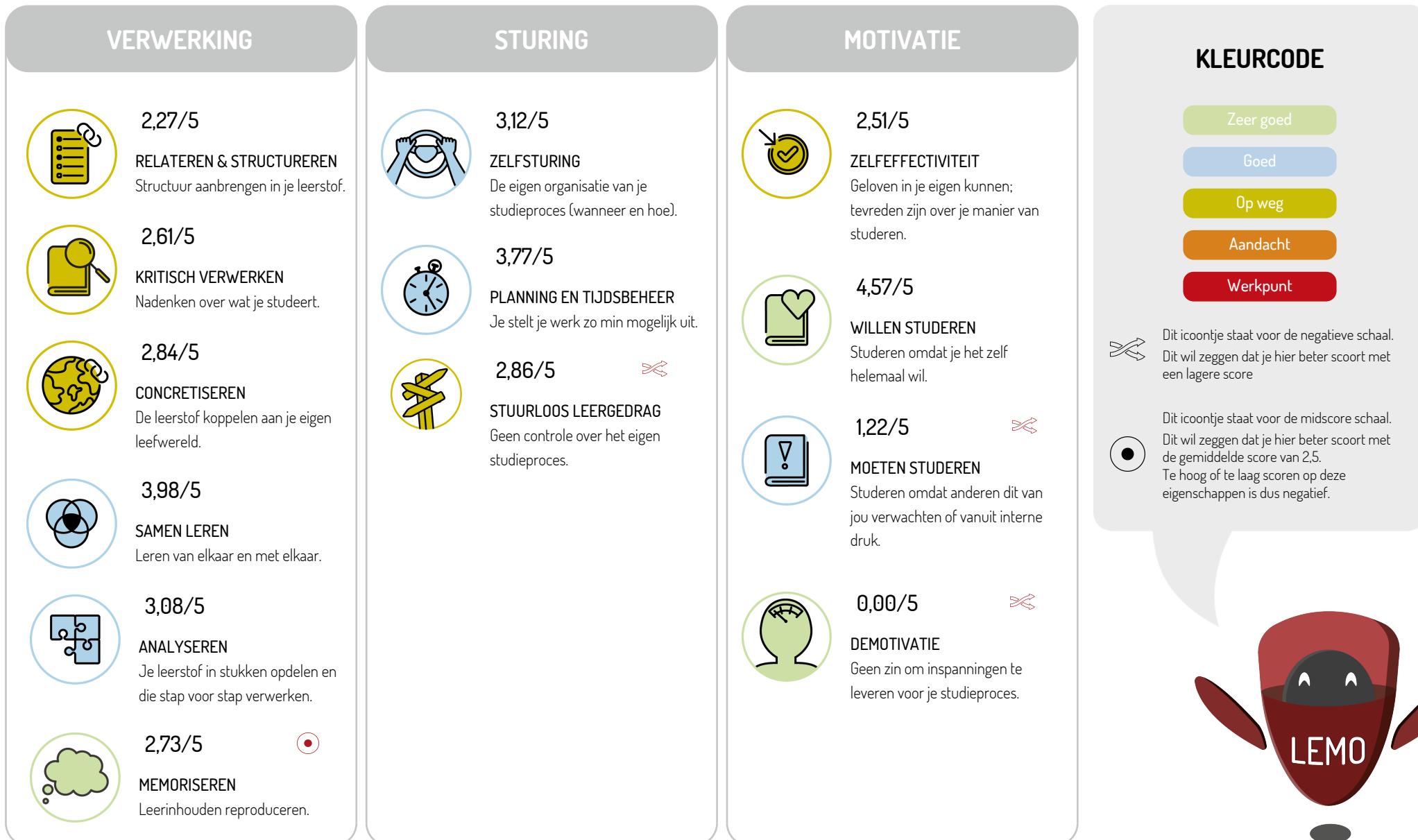
Dit icoontje staat voor de negatieve schaal.
Dit wil zeggen dat je hier beter scoort met een lagere score



Dit icoontje staat voor de midscore schaal.
Dit wil zeggen dat je hier beter scoort met de gemiddelde score van 2,5.
Te hoog of te laag scoren op deze eigenschappen is dus negatief.



JOUW LEMO-RESULTATEN



 Dit icoontje staat voor de negatieve schaal.
Dit wil zeggen dat je hier beter scoort met een lagere score

 Dit icoontje staat voor de midscore schaal.
Dit wil zeggen dat je hier beter scoort met de gemiddelde score van 2,5.
Te hoog of te laag scoren op deze eigenschappen is dus negatief.



TOELICHTING BIJ JOUW VERWERKINGSSTRATEGIEËN



RELATEREN EN STRUCTUREN



2,27/5

Structuur aanbrengen in je leerstof. Inzicht in het belang van de verschillende leerstofonderdelen. Verbanden leggen tussen de leerstofonderdelen onderling en de reeds verworven kennis.

Jij leert niet zomaar leerstof van buiten. Je probeert echt wel structuur aan te brengen in je cursusmateriaal. Soms zie je al verbanden tussen nieuwe leerstof en al verwerkte kennis. Probeer open te staan voor ruimere verbanden waarin je de leerstof kan plaatsen. Hoe meer je de leerstof kan integreren in je eigen leven, hoe gemakkelijker je met inzicht zal studeren.

TIPS

1. Zoek kapstokken (belangrijkste woorden) in een hoofdstuk waarrond je het hele verhaal kan opbouwen.
2. Tracht de onderdelen van een les(senblok) samen te brengen tot een geheel (vb via een schema): zoek de eenheid én de eigen accenten van elk onderdeel!
3. Structureer je cursus zo dat verbanden zichtbaar worden

[Meer tips: klik hier!](#)

KRITISCH VERWERKEN



2,61/5

Een kritische ingesteldheid: leerstof niet blindelings aannemen. Nadenken over wat je studeert. Een eigen mening formuleren over de leerstof. Argumenten bedenken om je mening te staven.

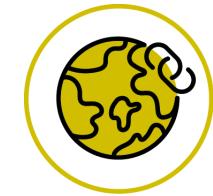
Soms vorm je zelf al je eigen mening over een stuk van de leerstof. Dat is zeker positief. Maar je moet nog veel verder durven gaan. Probeer argumenten van anderen te vergelijken met je eigen argumenten. Je kan je eigen mening bevestigd zien of ze bijschaven. Ga gerust in gesprek met medestudenten of docenten. Je wilt jezelf toch ontwikkelen tot een kritische student, die zijn cursussen niet alleen maar kan navertellen, maar er ook nog een genuanceerde eigen mening op nahoudt.

TIPS

1. Tracht situaties, methodieken, gebeurtenissen vanuit meerdere standpunten te bekijken. Formuleer van daaruit een eigen standpunt.
2. Kijk kritisch naar de objectiviteit, de volledigheid en het belang van je informatiebronnen.

[Meer tips: klik hier!](#)

CONCRETISEREN



2,84/5

De leerstof koppelen aan je eigen leefwereld.

Je gaat steeds meer leerstof koppelen aan eigen ervaringen buiten de school. Dat is een heel goede evolutie. Probeer dat voor meerdere vakken te doen. Sta niet enkel stil bij voorbeelden uit je eigen directe omgeving maar kijk ook eens naar de bredere maatschappelijke context. De leerstof zal veel langer blijven hangen op die manier.

TIPS

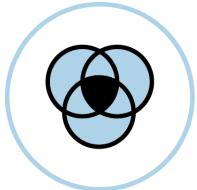
1. Probeer je persoonlijke ervaring in verband te brengen met de les.
2. Zoek naar praktijkvoorbeelden die de leerstof illustreren.
3. Beeld je in dat je beroepshalve informatie moet geven aan een klant over de leerstof. Hou het praktisch! Wat zeg je dan?

[Meer tips: klik hier!](#)

TOELICHTING BIJ JOUW VERWERKINGSSTRATEGIEËN



SAMEN LEREN



3,98/5

Leren van elkaar en met elkaar.

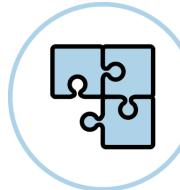
Je ziet het nut en belang van samen leren in. Alleen is de stap om het effectief te doen soms nog een hele uitdaging voor je. Vraag eens spontaan naar de aanpak en de visie van je medestudenten. Die open houding en het respect voor anderen, bezit jij al. Probeer deze vaardigheid nog aan te scherpen.

TIPS

- 1.Tracht op diverse niveaus van elkaar te leren: het kan gaan om feedback op een taak of een presentatie, over het begrijpen van de inhoud, over een examineeroefening...
- 2.Schep duidelijkheid in de samenwerkingsvorm (wie, wat, wanneer) en kijk kritisch naar je eigen aandeel in het groepsgebeuren.

[Meer tips: klik hier!](#)

ANALYSEREN



3,08/5

Je leerstof in bevatteijke stukken opdelen en die stap voor stap verwerken. (De verwerking in dit leerproces kan op verschillende manier gebeuren: schema's, mindmaps,...)

Je maakt tijd voor je studie. Stap voor stap ga je de leerstof aanpakken en dat is al heel waardevol. Doe zo verder. Probeer deze procesmatige aanpak nog uit te breiden naar al je vakken. Verlies het omvattend verhaal wel nooit uit het oog. Je hebt de rode draad immers nodig om verbanden tussen de verschillende onderdelen van je leerstof te zien.

TIPS

- 1.Ga ook eens op zoek naar bijkomende informatiebronnen als je een stuk leerstof niet begrijpt. En ga dan pas verder...
- 2.Analyseer ook vragen en opdrachten zorgvuldig zodat je correct kan interpreteren wat er gevraagd wordt.

[Meer tips: klik hier!](#)

MEMORISEREN



2,73/5

Leerinhouden reproduceren.

Proficiat! Dit is jouw kracht! Jij hebt de goede balans gevonden tussen van buiten leren en je leerstof inzichtelijk beheersen. Je hebt begrepen dat het memoriseren van je leerstof soms noodzakelijk is.

TIPS

- Je houdt een goed evenwicht tussen te veel en te weinig memoriseren van de leerstof. Besteed zeker ook aandacht aan andere leervoorkeuren zoals het relateren en structureren, het zoeken naar toepassingen, het analyseren ervan. In combinatie met evenwichtig memoriseren leidt dit tot efficiënt leren.

[Meer tips: klik hier!](#)

TOELICHTING BIJ JOUW STURINGSSTRATEGIEËN



ZELFSTURING



3,12/5

De eigen organisatie van je studieproces (wanneer en hoe je studeert). Je eigen werk- en studieplanning opmaken en die waar nodig bijsturen om tekorten weg te werken en maximale resultaten te bereiken.

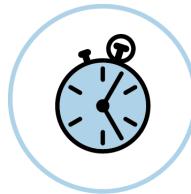
Jij kan jezelf al heel goed inschatten. Je bent heel zelfstandig met je leerproces bezig. Je werkt aan een realistische tijdsplanning voor je studie. Goed zo. Er is nog steeds ruimte om ze te optimaliseren. Wees op verschillende tijdstippen kritisch voor jezelf, zodat je kan bijsturen. Speel je eigen organisatietaal zoveel mogelijk uit. Integreer ze in je planning en studieproces. Je wilt toch steeds efficiënter te werk gaan, daarom is het goed om jezelf regelmatig te evalueren. Jij kent jezelf het best, dus pas jij ook het best je leerproces aan veranderende omstandigheden, vereisten, verwachtingen, hinderpalen... aan. Zo word je nog sterker, dan je al bent.

TIPS

- 1.Kijk zeker ook zeker naar de uitbreidings-leerstof of naar de verwijzingen die de lector maakt.
- 2.Wat wil je voor jezelf bereiken met deze cursus? Formuleer voor jezelf een reeks doelen en kijk wat de huidige cursus er al kan toe bijdragen.
- 3.Bedenk dagelijkse praktijksituaties waarin je de leerstof kan toepassen.

[Meer tips: klik hier!](#)

PLANNING EN TIJDSBEHEER



3,77/5

Het vermogen om je studietijd doelgericht te plannen en daarnaar te handelen. Indien nodig stuur je de planning en de uitvoering ervan bij.

Je bent je bewust van het belang van een efficiënt tijdsmanagement om succes te boeken in het hoger onderwijs. Dit vertaalt zich in een doelgerichte planning en het kunnen stellen van prioriteiten. Hiermee ben je al goed op weg! Je zal merken dat je je planning regelmatig moet bijstellen. Plannen is nu eenmaal een dynamisch gegeven. Ook zal je keuzes moeten maken om een balans te vinden tussen jouw buitenschoolse activiteiten en engagementen en je studiewerk voor de opleiding. Dat is niet steeds gemakkelijk. Gaandeweg leer je jezelf beter kennen en kan je beter inspelen op je persoonlijke noden i.v.m. studeren. Zo ontwikkel je een persoonlijke studie-aanpak waarbij je prettig en geconcentreerd kan werken.

TIPS

- 1.Durf je planning bij te stellen wanneer je inschatting niet helemaal realistisch was of wanneer er nieuwe prioriteiten of kansen zijn.
- 2.Ken jezelf! Plan moeilijkere opdrachten en taken op momenten van de dag waarop je het meest productief bent.

[Meer tips: klik hier!](#)

STUURLOOS LEERGEDRAG



2,86/5

Geen controle over het eigen studieproces. Moeizame organisatie van het eigen leren.

Je probeert je studie zelf in handen te nemen. Je probeert na te gaan wat echt voor jou werkt! Je denkt na of jouw studiemethode de juiste is, of je flexibel kan omgaan met je studieplanning, of je efficiënt kan omgaan met je studietijd. Je tracht je leerverwachtingen in te schatten! Laat positieve resultaten stimulerend zijn voor je inspanningen!

TIPS

- 1.Durf met medestudenten praten over het vak en bevraag hen hoe zij het vak leren.
- 2.Tracht examenvragen op de kop te tikken van voorbije jaren en test jezelf.
- 3.Herlees en herbekijk je notities binnen de 24 uur om er nog structuur in te krijgen.

[Meer tips: klik hier!](#)

TOELICHTING BIJ JOUW MOTIVATIE

VERWERKING

STURING

MOTIVATIE

ZELFEFFECTIVITEIT



2,51/5

Geloof hebben in je eigen kunnen; tevreden zijn over je manier van studeren; zelfvertrouwen hebben. Verantwoordelijkheid nemen voor je studie.

Je voelt je verantwoordelijk voor je studie en hebt al wat vertrouwen in je eigen aanpak. Je kan dit zelfvertrouwen zeker vergroten. Daarvoor neem je best de feedback van de docent ter harte. Achterhaal welke manier van studeren tot de beste resultaten leidt voor jou. Zo schat je jezelf steeds beter in. Wanneer je goed scoort, mag je best trots zijn op jezelf! Durf bij een tegenvallend resultaat ook kritisch te zijn. Wat is er precies fout gelopen? Maar laat dit niet je zelfbeeld ondergraven. Gebruik je fouten om van te leren. Blijf open staan voor positieve en negatieve feedback. Zo ga jij je nog meer verantwoordelijk voelen voor je studie. Bovendien krijg je meer het gevoel dat jij zelf met jouw capaciteiten en jouw aanpak je studieresultaten de hoogte in kan jagen.

TIPS

1. Probeer onderdelen van een vak eens op een andere manier te verwerken. Evalueer nadien wat de beste aanpak was.
2. Je score voor een vak wijkt af van wat je verwachtte? Zoek dan naar een verklaring en pas je aanpak aan.
3. Leen eens het studiemateriaal van succesvolle medestudent en kijk hoe hij/zij materiaal verwerkt.

[Meer tips: klik hier!](#)

WILLEN STUDEREN



4,57/5

Studeren omdat je het zelf helemaal wil. Je eigen interesse is je grootste drijfveer.

Proficiat! Dit is jouw kracht! Je studeert vanuit een sterke innerlijke drijfveer wat zich vertaalt in inzet en passie. Je ervaart studeren als waardevol. Je schept er plezier in om uitdagende opdrachten te ontrafelen en je levert daar graag de nodige inspanningen voor. Je gaat verder dan wat strikt van jou gevraagd wordt. Wanneer je studeert, vergeet je al snel de tijd. Studeren, opzoekwerk, vergelijken, dingen bespreken, ... het geeft je een diepe voldoening. Je bent heel goed op weg om je studie tot een succes te maken!

TIPS

1. Motivatie is inderdaad heel belangrijk. Komt je ooit in een situatie terecht waar het niet vanzelfsprekend is om je gemotiveerd te houden voor je studie: probeer dan te achterhalen wat je op dit ogenblik zo erg boeit en probeer dat dan toe te passen als het minder gaat.
2. Jouw motivatie kan ook inspirerend zijn voor anderen die meer worstelen met hun motivatie. Durf inspireren. Wie weet zullen zij ook later voor jou inspirerend zijn.

[Meer tips: klik hier!](#)

TOELICHTING BIJ JOUW MOTIVATIE

VERWERKING

STURING

MOTIVATIE

MOETEN STUDEREN



1,22/5

Studeren vanuit interne of externe druk. Controle houden vanuit angst, schuld, schaamte of trots. Of druk voelen vanuit de verwachtingen van ouders, lectoren, medestudenten, vrienden, ...

Over het algemeen ervaar je weinig druk om te moeten studeren. Toch zijn er ook vakken of leertaken waarbij je minder betrokken bent vanuit jezelf. Je ervaart daar meer druk en misschien wel spanning en stress. Je studeert dan bijvoorbeeld omdat je vindt dat je goed moet presteren. Dan komt de druk van binnenuit. Het kan ook zijn dat er hier en daar druk wordt uitgeoefend vanuit anderen (ouders, lectoren, medestudenten, vrienden, ...). Wanneer deze druk niet groter wordt en niet te lang aanhoudt, is er niet echt een probleem. Het kan ook zijn dat je weinig druk ervaart omdat je in het algemeen weinig gemotiveerd bent. Dat kan je studiesucces wel in de weg staan.

TIPS

1. Wees waakzaam voor momenten van stress en spanning ten gevolge van druk van binnenuit of van buitenaf.
2. Wanneer deze score samenhangt met weinig gemotiveerd zijn, bekijk dan zeker de tips bij 'demotivatie'.
3. Ga steeds op zoek naar manieren om plezier in studeren te ervaren!

[Meer tips: klik hier!](#)

DEMOTIVATIE



0,00/5

Gebrek aan goesting om te studeren. Geen zin om inspanningen te leveren voor je studieproces.

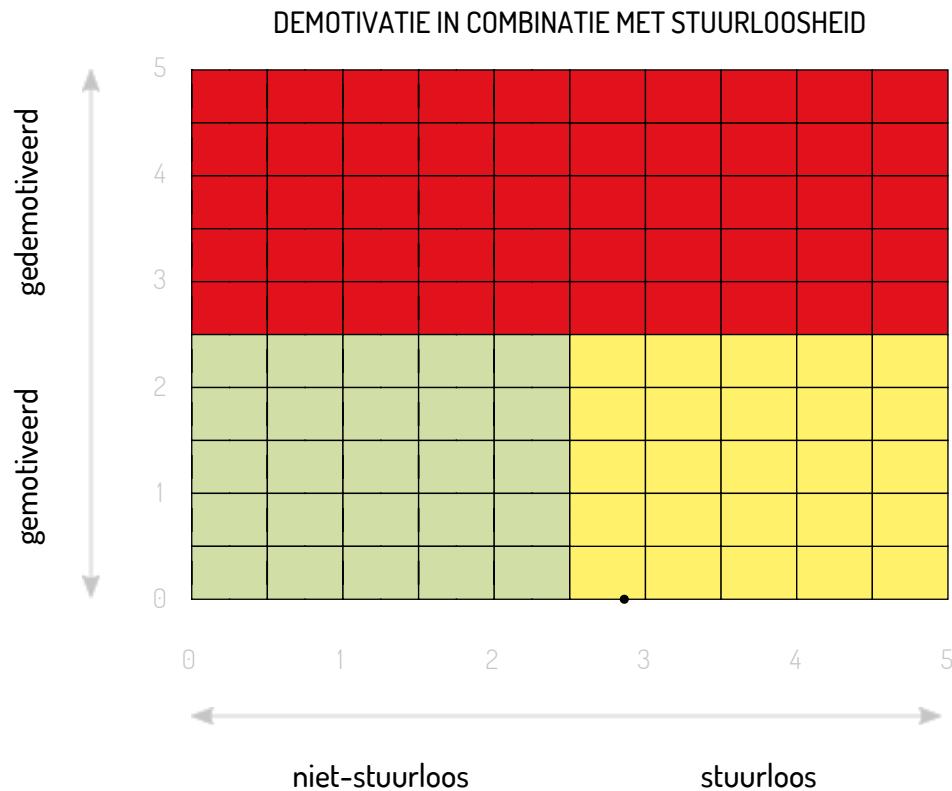
Goed zo! Je weet duidelijk waarom je studeert. Aan motivatie geen gebrek. Je maakte een duidelijke keuze voor deze studierichting wat tot uiting komt in betrokkenheid en inzet voor je studie. Je motivatie om te studeren kan vanuit verschillende bronnen komen. Je studeert omdat je het interessant en boeiend vindt of omdat je overtuigd bent dat je leeractiviteiten tot een persoonlijk doel leiden (willen studeren). Of je put eerder je motivatie uit een innerlijk of extern gevoel van druk (moeten studeren). Bij innerlijke druk wil je controle houden en zijn gevoelens zoals angst, schaamte of schuld de motor om te studeren. Externe druk kan bijvoorbeeld komen vanuit de verwachtingen van je ouders, je lectoren, je medestudenten, je vrienden, ...

TIPS

1. Maak voor jezelf uit of je eerder vanuit 'willen' dan wel vanuit 'moeten' studeert en geef je motivatie een boost met de tips bij deze twee schalen.
2. Ga bij een hogere score op 'moeten studeren' op zoek naar wat jou in leeractiviteiten kan interesseren of boeien om meer voldoening te ervaren.

[Meer tips: klik hier!](#)

HEB JIJ EEN RISICOPROFIEL ?



JOUW RISICOPROFIEL HOORT BIJ GROEP 3

Gemotiveerde, ongerichte leerder

Je profiel bevat een sterk en een zwak element. Neem rustig de tijd om je studieproces en je studiemethode bij te sturen. Het is niet dat je geen motivatie hebt.

Je voelt je sterk betrokken bij je studie omdat deze aansluit bij je interesses en capaciteiten. De organisatie van je studieproces lukt nog niet helemaal. Een realistische studieplanning en inschatting van de studietijd zijn een uitdaging. Je bent wellicht nog op zoek naar een efficiënte studiemethode.

TIPS

- Ben je nog op zoek naar een meer geschikte studiemethode? Spreek erover met je lector of studiebegeleider.
- Wanneer je een studieplanning maakt, investeer dan in een realistische inschatting van de studietijd met voldoende ruimte voor ontspanning en onverwachte wendingen.
- Coach jezelf door realistische doelen te stellen en stap voor stap te werken.
- Laat je ook inspireren door de tips op p. 7 bij sturing.



SLOTTEKST



Beste Kenneth

Je hebt nu meer zicht op je leervoordigheden en motivatiekenmerken. Met de tips en tools kan je verder aan de slag: je kunt je leersterkten nog verder uitbouwen of je werkpunten bijschaven.



MIJN NOTITIES

Handwriting practice lines for notes.