

“Ik heb het nog nooit gedaan, dus ik denk dat ik het wel kan”

Het stimuleren van zelfstandig handelen in leerlingen

I.H. VAN GILS (420856)

1	Inleiding	2
2	Hoe wordt zelfstandigheid in de literatuur gedefinieerd?	3
3	Welk gedrag is kenmerkend voor een zelfstandige leerling?	5
4	Hoe kan ik als docent dit gedrag bij mijn leerlingen oproepen en stimuleren?	7
5	Handelingsadvies	9
Bronnen		11

1 Inleiding

Sinds februari 2021 loop ik stage in een groep 5/6 van [REDACTED]. De klas bestaat uit tien groep 5 leerlingen en acht groep 6 leerlingen. De sfeer in de groep is goed en er wordt over het algemeen ook goed gewerkt door de groep, zowel zelfstandig als in duo's of grotere groepen. Echter is deze ook erg passief en bestaat er een grote afhankelijkheid van de docent. De leerlingen komen met elke vraag die zij hebben direct naar de docent, zonder eerst te proberen dit zelf op te lossen of een klasgenoot om hulp te vragen. Ik sluit hierbij niet uit dat dit bij enkele leerlingen komt vanuit een behoefte aan aandacht, maar opvallend is dat dit bij vrijwel alle leerlingen in de klas het geval is. Ook mijn coach vindt dit typerend voor de groep en ook in vergelijking met andere klassen die zij in het verleden heeft gehad, zowel op deze school als andere scholen.

Naast dat ik zelf het zelf belangrijk vind dat leerlingen zelfvertrouwen en zelfstandigheid ontwikkelen, komt dat het belang van zelfstandigheid ook door Stichting Leerplan Ontwikkeling (SLO) wordt aangestipt. SLO heeft in opdracht van het Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen en jong-volwassenen doelen ontwikkeld. Dit thema hebben zij daarbij opgedeeld in zelf, zelfsturing, de ander, relaties en kiezen. Hierbij zijn met name de domeinen zelf, zelfsturing en kiezen van belang voor de zelfstandigheid. Ook in de 21e eeuwse vaardigheden komen aspecten van zelfstandigheid terug in de vorm van zelfregulering en probleemoplossend denken en handelen (Stichting Leerplan Ontwikkeling (SLO), 2019, 2021).

Vanuit de bovenstaande casus en mijn overtuiging van het belang van zelfstandigheid heb ik dan ook de volgende leervraag opgesteld: Hoe vergroot ik als docent de zelfstandigheid van mijn leerlingen tijdens de les? Om deze leervraag te kunnen beantwoorden heb ik deze opgedeeld in drie deelvragen:

1. Hoe wordt zelfstandigheid in de literatuur gedefinieerd?
2. Welk gedrag is kenmerkend voor een zelfstandige leerling?
3. Hoe kan ik als docent dit gedrag bij mijn leerlingen oproepen en stimuleren?

Elke deelvraag behandel ik in een eigen hoofdstuk en kom aan de hand van de bevindingen uit deze hoofdstukken tot een advies over hoe ik als toekomstige (bovenbouw)docent dit probleem kan aanpakken.

2 Hoe wordt zelfstandigheid in de literatuur gedefinieerd?

In de literatuur met betrekking tot leren en de ontwikkeling van kinderen worden verschillende termen gebruikt om naar het begrip 'zelfstandigheid' te verwijzen. Een van de meest voorkomende termen is 'autonomie'. Samen met competentie en relatie vormt autonomie de drie basisbehoeften volgens de zelfdeterminatietheorie van Deci Ryan (2000). Als in deze drie basisbehoeftes wordt voorzien is de intrinsieke motivatie groter dan wanneer dit niet het geval is. Autonomie betekent in dit geval de vrijheid om zelf keuzes te maken en daar naar te handelen. Wordt deze vrijheid beperkt, dan daalt de intrinsieke motivatie. Het begrip autonomie verwijst dus niet alleen naar zelfstandigheid maar ook een zekere mate van onafhankelijkheid en vrijheid. Vanuit de zelfdeterminatietheorie is deze vorm van zelfstandigheid, samen met de andere twee basisbehoeftes, ook een universele vereiste voor leren in het algemeen en betreft met name de ervaring van de leerling en niet een bepaalde vorm van handelen of gedragingen.

Een tweede term die vaak in de context van leerlingzelfstandigheid wordt gebruikt is *independent learning*, oftewel zelfstandig leren. Bij zelfstandig leren wordt volledig door de leerling zelf bepaald wat hij/zij leert en op welke manier. Meeus et al. (2008) noemen dit ook wel intern-gestuurd leren omdat de sturing dus alleen uit de leerling komt en niet van een externe (zoals bijv. de docent). Hoewel deze zeker ambitieuze en vrije onderwijsvisie mij zeker aanspreekt, is deze vorm van volledige vrijheid en zelfstandigheid van de leerling naar mijn idee lastig te realiseren in het Nederlandse schoolsysteem, waarin gewerkt wordt met (van bovenaf opgelegde) kerndoelen en leerlijnen, zoals ook in de inleiding werd genoemd. Deze opvatting is daarom voor deze leervraag helaas niet bruikbaar.

De derde term die veel in de literatuur terugkomt, en voor mijn leervraag ook het meest bruikbare is, is *self-regulated learning* of zelfregulerend leren. Zelfregulerend leren is een leerproces waarin leerlingen zelf in staat zijn dit proces te plannen, te monitoren, zo nodig bij te sturen en hierin een proactieve houding innemen (Zimmerman, 2008). Volgens Boekaerts (1997) is zelfregulerend leren op te delen twee soorten zelfregulering: cognitief en activerend. Onder cognitieve zelfregulering valt het beschikken en vergaren van kennis, het kiezen van juiste leerstrategieën en het opstellen en eventueel bijstellen van een planning voor de activiteit. Activerende zelfregulering betreft het omzetten

van het plan in handelingen, het zichzelf motiveren en gemotiveerd blijven, en het reguleren van emoties. Het proces van zelfregulerend leren beslaat dus een breed vlak aan (cognitieve) vaardigheden zoals zelfregulatie, probleemoplossend vermogen, metacognitie en motivatie.

Ondanks de breedte van de term zelfregulerend leren past deze het beste bij het soort zelfstandigheid dat ik in de leerlingen wil zien. Voor de volgende vragen zal ik daarom ook de volgende definitie van zelfstandigheid aanhouden: Een leerling is zelfstandig wanneer deze in staat is zelfregulerend aan een taak of opdracht te werken.

3 Welk gedrag is kenmerkend voor een zelfstandige leerling?

Vanuit het begrip zelfregulerend leren zijn verschillende gedragingen van een leerling als wenselijk aan te merken. Zimmerman (1990) beschrijft drie kenmerken voor leerlingen die zelfregulerend te werk gaan:

1. Het systematisch inzetten van meta-cognitieve, activerende en gedragsmatige strategieën
2. Het zichtbaar en onzichtbaar monitoren van de effectiviteit van hun strategieën en werkwijzes
3. Een duidelijke reden en/of motivatie voor het leren

Daarbij passen zelfregulerende leerlingen vaak minstens één van de volgende veertien leerstrategieën toe: zelfevaluatie, organisatie en transformatie, zelfmonitoring, structureren van de omgeving, opleggen van consequenties aan zichzelf, repeteren en onthouden, het zoeken van sociale hulp (bij leeftijdsgenoten, docenten of andere volwassenen), en het her- en inzien van notities, boeken en toetsen (Zimmerman, 1990, p. 7).

Aansluitend op het laatste kenmerk van Zimmerman beschrijven Boekaerts en Corno (2005) twee soorten zelfregulatie, namelijk *top-down* en *bottom-up*. Bij *top-down* zelfregulatie is er sprake van een doel dat zelfregulatie vereist om behaald te worden. Dit kan bijvoorbeeld het willen leren spelen van een lied op de gitaar zijn. Om dit te behalen stelt de leerling een plan op, maakt een planning voor het uitvoeren hiervan, monitort de voortgang van dit proces en weet zich zelf hiervoor te motiveren. Er is dus sprake van intrinsieke motivatie. Bij *bottom-up* zelfregulatie wordt op gang gebracht door signalen vanuit de omgeving, bijvoorbeeld feedback of beloningen/straf. In dit geval is er sprake van extrinsieke motivatie. Hierbij bestaat echter ook het gevaar dat wanneer een leerling te veel negatieve signalen vanuit de omgeving krijgt de zelfregulatie omslaat naar (negatieve) emotionele regulatie en volledig afhaakt bij het leren.

Een zelfregulerende leerling bevindt zich volgens Zimmerman (2008, p. 178) voortdurend in een cyclus welke uit drie fases bestaat: een voorzorgfase, een prestatiefase en een zelfreflectiefase. Tijdens de voorzorgfase wordt een doel gezet en een plan uitgewerkt om dit doel te bereiken, maar ook het opstellen van verwachtingen met betrekking tot de

uitkomst. Hierop volgt de prestatiefase waarin de taak wordt uit gevoerd zelfinstructie, -regulering en -monitoring aan bod komen. Hierna volgt de zelfreflectiefase waarin de voorgaande fases worden geëvalueerd. Uit deze evaluatie volgt weer een nieuwe voorzorgfase, waarin doelen en strategieën eventueel worden aangepast en bijgesteld.

Zelfregulering is daarmee dus voornamelijk een mentaal proces wat zich in bepaalde gedragingen, zoals het maken van een planning of of structureren van de leeromgeving, kan uiten. Daarbij is het ook zo dat wanneer leerlingen dit gedrag niet (altijd) vertonen dit niet wil zeggen dat zij niet zelfregulerend bezig zijn. Iedere leerling past een eigen selectie van strategieën toe, afhankelijk van wat zij bij hun behoeftes en de taak vinden passen. Wat alle zelfregulerende leerlingen echter wel gemeen hebben, is een duidelijke reden of motivatie voor het leren, deze motivatie kan zowel intrinsiek als extrinsiek zijn.

4 Hoe kan ik als docent dit gedrag bij mijn leerlingen oproepen en stimuleren?

Er is voor de docent een tweevoudige taak weggelegd met betrekking tot het aanmoedigen van zelfregulerend leren. Allereerst heeft de docent de taak van het aanleren strategieën voor de zelfregulatie. Deze strategieën zijn op te delen in drie categorieën (Dignath et al., 2008, p. 121):

1. Cognitief: Strategieën voor de omgang met (geleerde) informatie, zoals herhalingsstrategieën, het structureren en organiseren van informatie in diagrammen, het koppelen van nieuwe kennis aan bestaande kennis en probleemoplossingsstrategieën (zowel algemeen als voor specifieke onderwerpen).
2. Metacognitief: Strategieën met betrekking tot het controleren, monitoren en reguleren van het eigen leren, zoals kennis over eigen leerstijl en planningsvaardigheden en het maken van de strategiekeuze voor taken.
3. Motivatie: Strategieën voor het motiveren, gemotiveerd blijven en doorzetten bij het uitvoeren van taken.

Het is noodzakelijk om op school aandacht te besteden aan deze vaardigheden om de zelfregulering van leerlingen te bevorderen en verder te laten groeien. Hiermee kan al op jonge leeftijd worden begonnen omdat ook jonge kinderen al zelfregulatie kunnen leren en toepassen. Daarbij geldt ook, hoe eerder je goede leerstrategieën en -houdingen aanleert hoe beter, aangezien zich dan nog geen foute of negatieve strategieën hebben kunnen ontwikkelen.

Om het zelfregulerend leren bij leerlingen te stimuleren moet ook de vorm van lesgeven worden aangepast naar wat procesgericht lesgeven wordt genoemd. Dit is dan ook de tweede taak van de docent. Zoals de naam aangeeft, ligt bij deze vorm van lesgeven de nadruk op het leerproces en niet op het leerresultaat. Procesgericht lesgeven is gebaseerd op de volgende vier principes (Bolhuis & Voeten, 2001):

1. Het langzaam uitbreiden van de zelfregulatie naar het gehele leerproces: Hierbij demonstreert de docent eerst het leerproces (*modeling*), nodigt vervolgens de leerlingen uit om hieraan mee te doen, waarna zij zelfstandig hiermee kunnen oefenen en werken. Ook is het van belang om constant vragen aan leerlingen te stellen en discussies aan te wakkeren over hun leerstrategieën, waardoor er expliciet

nagedacht wordt over de keuzes die zij maken bij het leren en hier gezamenlijk in de klas op gereflecteerd kan worden. Door dit in de klas hardop te doen wordt het voor de leerlingen onderdeel van hun leerproces.

2. Het duidelijk maken van de verbinding tussen verbeterde resultaten en het toepassen van bepaalde strategieën: Hierdoor leren leerlingen niet alleen een grote diversiteit aan strategieën, maar worden zij zich ook bewust van de verschillen tussen deze strategieën en wanneer een strategie wel of niet toepasbaar is op een taak.
3. Aandacht voor de emotionele aspecten van leren: Hoewel wij leren graag als een positieve activiteit zien, krijgen leerlingen bij het leren ook vaak te maken met tegenslagen. Als docent heb je daarom ook de taak leerlingen leren om te gaan met zulke tegenslagen en niet op te geven. Positieve, procesgerichte feedback kan hierbij voor een positievere houding van de leerling tegenover tegenslagen en doorzettingsvermogen stimuleren.
4. Het behandelen van leerprocessen en -resultaten als een sociaal fenomeen: Hiermee wordt bedoeld dat het observeren van anderen en het hiervan leren een grote rol spelen in procesgericht lesgeven. Door leerlingen van en met elkaar te laten leren, leren ze nieuwe perspectieven en strategieën kennen en wordt de drempel om anderen om hulp te vragen verlaagd.

Bij het procesgericht lesgeven krijgt de docent dus vooral een coachende en begeleidende rol, in plaats van een sturende rol zoals deze nu vaak in het Nederlandse onderwijs is weggelegd. Echter is het nog steeds zo dat ons onderwijs erg resultaatgericht is en een gehele omschakeling naar procesgericht lesgeven vaak niet mogelijk zal zijn. Wel kunnen elementen hiervan worden ingezet om zelfregulatie bij de leerlingen op te roepen en aan te moedigen.

5 Handelingsadvies

Ik heb aan het begin van dit onderzoek de volgende leervraag voor mijzelf opgesteld: Hoe vergroot ik als docent de zelfstandigheid van mijn leerlingen tijdens de les? Om dit te kunnen beantwoorden heb ik mij gericht op het leerproces van zelfregulerend leren en mij hier verder in verdiept. Aan de hand van het literatuuronderzoek dat ik in de voorgaande hoofdstukken heb gedaan heb ik een viertal tips opgesteld, die een (bovenbouw)leerkracht kan helpen bij het vergroten en aanmoedigen van de zelfstandigheid en zelfregulatie van leerlingen in zijn/haar klas

Zorg ervoor dat je in de basisbehoeftes van de leerlingen voorziet

Zelfregulerend leren rust voor een groot deel op de motivatie van leerlingen en streeft daarbij met name intrinsieke motivatie na. Om aan zelfregulerend leren toe te komen moet er dus allereerst een situatie in de klas zijn waarin leerlingen zich veilig voelen en waar in de drie basisbehoeftes volgende de zelfdeterminatietheorie wordt voorzien. Door te voldoen aan de basisbehoeftes relatie (tussen leerling en docent en leerlingen onderling), competentie en autonomie wordt de intrinsieke motivatie van de leerling vergroot en bied daarmee dus de basis voor de volgende tips.

Besteed expliciet aandacht aan leerstrategieën

Om zelfregulerend te kunnen leren moeten leerlingen over een breed scala aan leerstrategieën beschikken en weten hoe en wanneer ze deze moeten toepassen. Hoewel leerlingen ook zonder expliciete instructie leerstrategieën zullen leren, bestaat hier het risico dat zij verkeerde gewoontes aanleren, wat het aanleren van de juiste strategieën bemoeilijkt. De leerstrategieën kan je aanleren door deze te *modellen* en door het gesprek aan te gaan over hoe bepaalde taken aan te pakken. Feedback helpt hier ook, maar het is belangrijk dat deze op het proces gericht is en niet op eindproduct of de persoon. Voor deze tip geldt dat het voordelig is om hier op jonge leeftijd mee te beginnen om het ontwikkelen van foute en negatieve leerstrategieën te vermijden.

Maak van leren een sociale activiteit

Door leerlingen samen te laten werken krijgen ze de mogelijkheid van elkaar te leren en elkaar bij het werken te observeren. Hierdoor kunnen ze tot nieuwe inzichten komen,

leren zij andere perspectieven dan de eigen kennen en ontwikkelen ze de gewoonte elkaar om hulp te vragen en aan te moedigen als ze vastlopen bij het uitvoeren van een taak of het maken van een opdracht. Hiermee ontstaat niet alleen een positieve afhankelijkheid tussen de leerlingen, maar wordt ook de afhankelijkheid van de docent verkleind.

Vergeet de sociaal-emotionele zelfregulatie niet

Een belangrijk onderdeel van zelfregulerend leren is het kunnen omgaan met tegenslagen, deze te evalueren en het aanpassen van de leerstrategie aan de hand van deze evaluatie. Het is daarom ook belangrijk aandacht te geven aan het emotionele aspect van leren en hoe hier op een gezonde en productieve manier mee om te gaan. Het is belangrijk dat leerlingen weten dat het leerproces ook tot frustratie kan leiden, maar dat je hierdoor niet meteen moet opgeven. Door de aandacht van het product naar het proces te verschuiven kan je duidelijk maken dat je ook van fouten en mislukte taken iets kan leren en hier alleen maar beter van wordt.

Gebruikte literatuur

- Boekaerts, M. (1997). Self-regulated learning: A new concept embraced by researchers, policy makers, educators, teachers, and students. *Learning and Instruction*, 7(2), 161–186.
- Boekaerts, M. & Corno, L. (2005). Self-Regulation in the Classroom: A Perspective on Assessment and Intervention. *Applied Psychology*, 54(2), 199–231.
- Bolhuis, S. & Voeten, M. J. M. (2001). Toward self-directed learning in secondary schools: what do teachers do? *Teaching and Teacher Education*, 17(7), 837–855.
- Dignath, C., Buettner, G. & Langfeldt, H.-P. (2008). How can primary school students learn self-regulated learning strategies most effectively? - A meta-analysis in self-regulation training programmes. *Educational Research Review*, 3(2), 101–129.
- Meeus, W., Petegem, P. V. & Meijer, J. (2008). Stimulating independent learning: a quasi-experimental study on portfolio. *Educational Studies*, 34(5), 469–481.
- Ryan, R. & Deci, E. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *The American psychologist*, 55, 68–78.
- Stichting Leerplan Ontwikkeling (SLO). (2019, oktober 23). *Sociaal-emotionele ontwikkeling*. Geraadpleegd op 7 juni 2021, van <https://www.slo.nl/thema/meer/gezonde-leefstijl/doelgroepen-thema/sociaal-emotionele/>
- Stichting Leerplan Ontwikkeling (SLO). (2021, juni 1). *21e-eeuwse vaardigheden*. Geraadpleegd op 7 juni 2021, van <https://www.slo.nl/thema/meer/21e-eeuwsevaardigheden/>
- Zimmerman, B. J. (1990). Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview. *Educational Psychologist*, 25(1), 3.
- Zimmerman, B. J. (2008). Investigating self-regulation and motivation: Historical background, methodological developments, and future prospects. *American Educational Research Journal*, 45(1), 166–183.