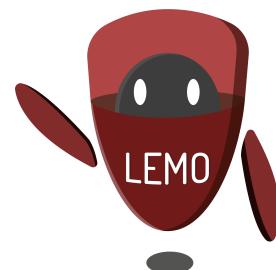


Beste Gabriel

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



## 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



**5,00/5**

**1**

### CONCRETISEREN

Je verwerkt de leerstof door verbanden te zoeken met de eigen leefwereld en eigen ervaringen buiten de school (dagelijks leven, hobby's, reizen...). Zo onthoud je de leerstof ook gemakkelijker. Je gebruikt de kennis van je studie regelmatig om praktische problemen op te lossen of om vragen van buiten de school te beantwoorden. Je interesseert je vooral voor de praktisch bruikbare onderdelen van de cursus.



**4,57/5**

**2**

### 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 ontdekken in je professionele leven. Je neemt je studieproces in eigen handen omdat je leren waardevol vindt.



**4,41/5**

**3**

### ZELFSTURING

Je neemt je studies zelf in handen: je bepaalt zelf je leerdoelen en de activiteiten die je opneemt om ze te realiseren.

## 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.



## VERWERKING

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

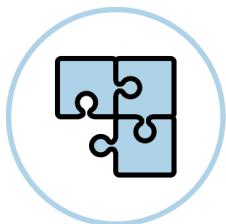
## STURING

- Zelfsturing
- Planning en tijdsbeheer
- Stuurloos leergedrag

## MOTIVATIE

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

# JOUW 3 WERKPUNTEN



3,33/5

**11**

## ANALYSEREN

Je hebt te weinig zicht op wat je al weet, inziet of kan. Je studeert te weinig stap voor stap in een voor jou logische volgorde.

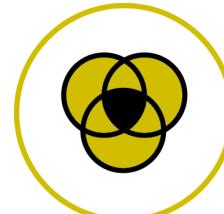


1,69/5

**12**

## MOETEN STUDEREN

Je ervaart druk vanuit je omgeving of vanuit je zelf om succesvol te zijn in deze studies. Praat over die druk met anderen of met de betrokkenen. Voel je zelf niet schuldig of wees niet teleurgesteld in jezelf mocht je minder succesvol zijn. Ga na wat je echt wil en concentreer je daarop. Studeer vanuit wat je wilt en niet vanuit wat je innerlijke stem zegt dat je moet doen.



2,98/5

**13**

## SAMEN LEREN

Je bent er erg weinig gericht op gericht om van en/of met medestudenten te leren.

## KLEURCODE

Zeer goed

Goed

Op weg

Aandacht

Werkpunt



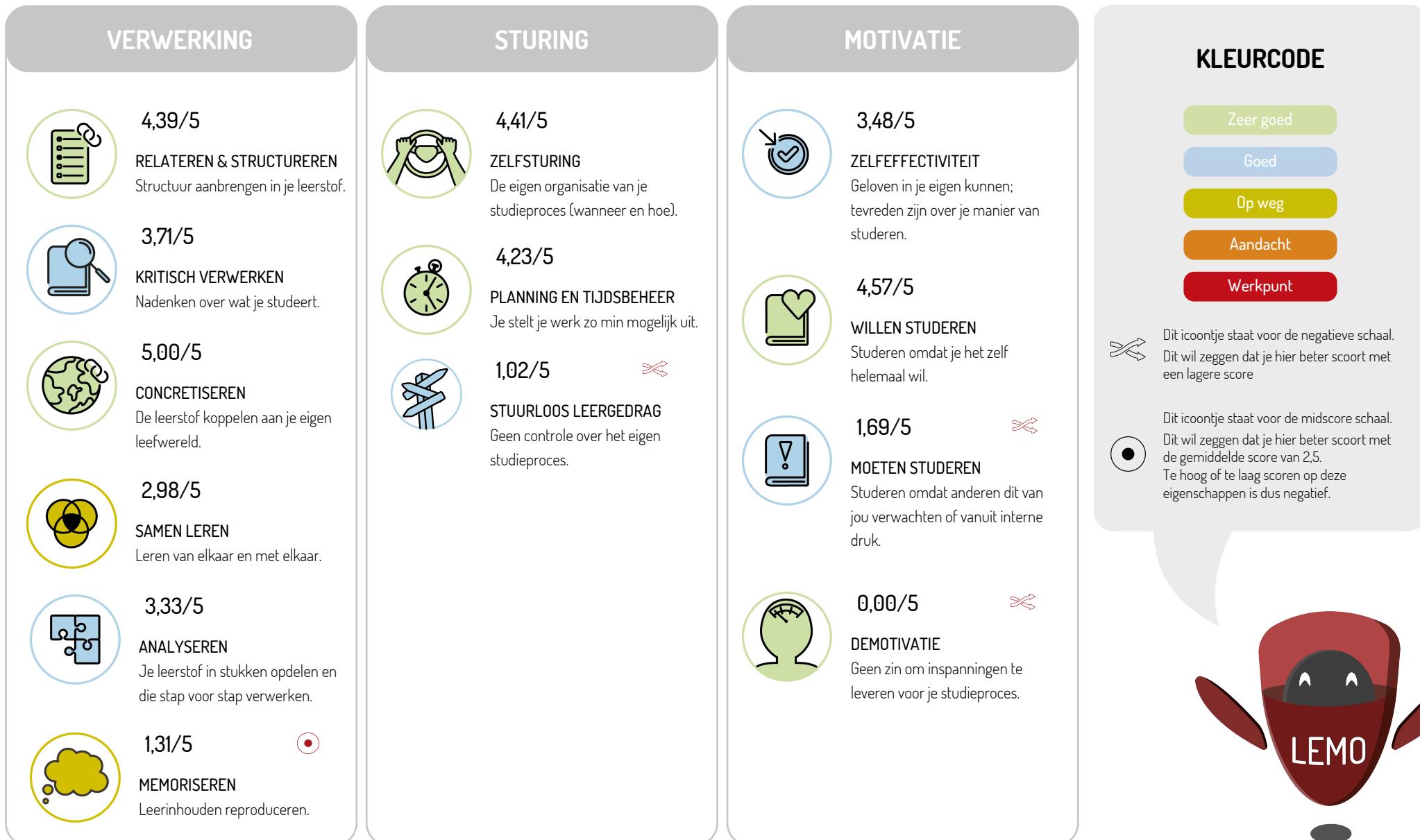
Dit icoontje staat voor de negatieve schaal.  
Dit wil zeggen dat je hier beter scoort met een lagere score



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



LEMO

# TOELICHTING BIJ JOUW VERWERKINGSSTRATEGIEËN



## RELATEREN EN STRUCTUREN



4,39/5

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

Proficiat! dit is jouw kracht! Oppervlakkig studeren is niets voor jou. Je probeert eerst alles goed te begrijpen en brengt op eigen initiatief structuur aan. Belangrijke zaken onderscheid je van minder belangrijke. Je staart je niet blind op details en feiten, je kan het omvattende verhaal heel goed weergeven. De rode draad doorheen je cursussen is duidelijk voor je. Je kan de leerstof prima linken aan kennis die je al bezit en aan thema's uit een bredere maatschappelijke context. Op die manier verwerk je de leerstof diepgaand!

TIPS

Doe zo voort!

1. Neem ook eens een andere cursus ter hand en grijp terug naar enkele cursussen van vorig jaar. Zoek verbanden. Zo krijg je een beter totaalbeeld.
2. Lees al eens een artikel buiten de cursus rond de daar behandelde thematiek en zoek de verbanden op.

[Meer tips: klik hier!](#)

## KRITISCH VERWERKEN



3,71/5

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

Je durft steeds vaker een eigen mening te ontwikkelen bij een leerstofonderdeel of een hoofdstuk. Dit betekent dat je niet zomaar alles aanneemt, maar dat je ook openstaat voor de interpretaties en opinies van anderen. Je gaat actief om met je leerstof. Het blijven geen dode letters. Probeer die kritische houding nog voor meer vakken toe te passen. Je kan zelf een persoonlijk standpunt innemen. Zorg er wel voor dat je de meningen van anderen evengoed blijft respecteren. Een kritische geest betekent ook een open geest.

TIPS

1. Volg de actualiteit rond de cursus thematiek en doe eens een fact-check.
2. Trek op basis van kritische vergelijking met andere bronnen eigen conclusies over de leerstof.
3. Durf die informatiekanalen/bronnen die het meest ter zake en kwalitatief het beste zijn te selecteren.

[Meer tips: klik hier!](#)

## CONCRETISEREN



5,00/5

De leerstof koppelen aan je eigen leefwereld.

Dit is jouw kracht! Proficiat! Je maakt voor heel veel vakken de link tussen je leerstof en de realiteit. Je ziet je cursusmateriaal als onderdeel van een veel groter geheel. Je kan de leerstof omvormen tot praktische toepassingen. Blijf dit doen, want je zal dat tijdens je verdere studie heel goed kunnen gebruiken.

TIPS

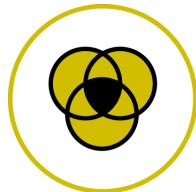
- Doe zo voort! Jij legt snel de band tussen de leerstof en de praktijk of je dagelijkse ervaringen.
1. Kijk al even naar de toekomst: roep enkele functies voor ogen waartoe je studies leiden of lees een praktijkverhaal van een beroepsbeoefenaar.
  2. Tracht zoveel mogelijk je verworven kennis en vaardigheden ook nu al in te zetten in een niet-scholische context (jeugdbeweging, vakantiejob...)

[Meer tips: klik hier!](#)

# TOELICHTING BIJ JOUW VERWERKINGSSTRATEGIEËN



## SAMEN LEREN



2,98/5

Leren van elkaar en met elkaar.

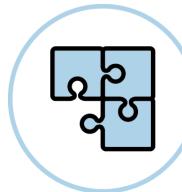
Bij een groepswerk kan jij de voordelen zien van een vlotte samenwerking. Je weet de talenten van elkaar zo optimaal mogelijk in te zetten. Samen leren houdt meer in dan rond de tafel zitten voor een groepswerk. Soms zie jij het belang van dat samen leren al in. Probeer altijd open te staan voor anderen. Je medestudenten hebben misschien andere meningen of talenten. Je kan eens raad vragen aan anderen. Alleen zo kan je erachter komen hoe anderen jouw studieproces kunnen stimuleren.

TIPS

- 1.Ga na wat jouw sterk punt is en wat jouw bijdrage kan zijn als je besluit om rond bepaalde thema's of vakken samen te werken. Wat heb jij nodig? Wat is dan de beste aanpak?
- 2.Durf actief medestudenten aan te spreken om samen de leerstof door te nemen, vragen te stellen, elkaar te bevragen, elkaar feedback te geven, ...

[Meer tips: klik hier!](#)

## ANALYSEREN



3,33/5

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



1,31/5

Leerinhouden reproduceren.

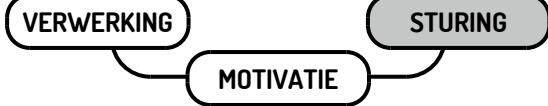
Je leert af en toe van buiten, maar je probeert dat wel zo weinig mogelijk te doen. Dat is positief! Je leerstof begrijpen is inderdaad het belangrijkste. Toch zijn er zaken die je van buiten moet leren, bijvoorbeeld gegeven feiten of bepaalde opsommingen. Sla dit niet over in je leerproces. Ga op zoek naar de juiste verhouding tussen niet en wel van buiten leren.

TIPS

1. Herhaal na iedere studeersessie met een gesloten boek kort wat je gestudeerd hebt.
2. Plan een grote herhaling aan het einde van een hoofdstuk.
3. In totaal drie keer herhalen is noodzakelijk ook al heb je inzicht in de leerstof.
4. Gebruik visuele hulpmiddelen zoals stiften, schema's, verwijzingen naar andere pp of notities.

[Meer tips: klik hier!](#)

# TOELICHTING BIJ JOUW STURINGSSTRATEGIEËN



## ZELFSTURING



4,41/5

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.

Proficiat! Dit is jouw kracht! Jij organiseert je leerproces heel goed. En dat is heel knap. Het zal steeds belangrijker worden in je studie- en werkcarrière. Zelfevaluatie is voor jou geen moeilijke opdracht. Jij weet waar je tekortkomingen en talenten liggen. Je krijgt steeds meer ervaring met het bijsturen van je vooropgestelde planning om een studiedoel te bereiken. En je laat je kritische zin nooit verloren gaan. Zo zet jij je talenten zoveel mogelijk in de verf zetten en werk jij je tekorten weg. Een win-win-situatie!

TIPS

Doe zo voort. Wil je nog beter worden?

- 1.Kijk eens of je verbanden kan vinden met andere cursussen?
- 2.Blaad eens in de bibliografie van de lector en kijk eens voor een boeiend uitbreidend artikel.
- 3.Ga ook eens op zoek naar verbanden van het cursus- en leermateriaal met de dagelijkse praktijk.

[Meer tips: klik hier!](#)

## PLANNING EN TIJDSBEHEER



4,23/5

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

Proficiat! Planning en timemanagement zijn jouw kracht! Je organiseert je studietijd doelgericht en maakt een realistische, haalbare planning. Je schat goed in hoeveel tijd je nodig hebt voor bepaalde opdrachten en taken. Prioriteiten bepalen is voor jou vanzelfsprekend. Wanneer je opdrachten of taken krijgt, bepaal je voor jezelf deadlines en vat je de koe bij de horens. Het kleurrijke overzicht van je taken is nooit veraf en wordt regelmatig bijgewerkt. Eenmaal je aan een taak begint, werk je geconcentreerd en vermijd je afleiders. Er is ook nog ruimte om even op adem te komen en jezelf te voeden met ontspannende activiteiten.

TIPS

Doe zo voort! Het blijft nuttig om flexibel in te spelen op onverwachte kansen. Dit kan tot verrassende resultaten leiden!

[Meer tips: klik hier!](#)

## STUURLOOS LEERGEDRAG



1,02/5

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

Je hebt inzicht in je eigen studieproces. Je weet welke methoden het best werken voor jou. Dat is echt al zeer positief. Naast dit inzicht moet je nu gewoon nog proberen om flexibel om te gaan met dit studieproces. Wees niet bang om je planning aan te passen als dat nodig is. Wanneer je een opgave extra moeilijk vindt, trek er dan een extra ogenblik tijd voor uit. Andere taken gaan misschien sneller dan verwacht. Hoe beter je jezelf kan bijsturen, hoe efficiënter je tijd kan besteden aan je leerproces. Het is heel belangrijk om je zelfstandigheid bij het plannen te vergroten. Zo merk je dat je steeds grotere leerstofgehelen zal kunnen verwerken. Blijf dit zo volhouden en het resultaat zal volgen!

TIPS

- 1.Zoek examenvragen op, formuleer zelf vragen bij de leerstof of laat je bevragen door medestudenten die zelf met vragen zitten.
- 2.Structureer je cursus op consequente manier met gebruik van kleur, nummering, tekens, kernwoorden, signaalwoorden, ...

[Meer tips: klik hier!](#)

# TOELICHTING BIJ JOUW MOTIVATIE

VERWERKING

STURING

MOTIVATIE

## ZELFEFFECTIVITEIT



3,48/5

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 studieproces. Dat is al heel positief. Je hebt het gevoel dat je zelf controle hebt over je leren. Dit vergroot je zelfvertrouwen. Misschien kan je dit gevoel van controle nog iets aanscherpen. Wanneer resultaten tegenvallen, twijfel dan niet meteen aan je eigen bekwaamheid of capaciteiten. Daar is geen enkele reden voor. Gebruik ze vooral als leermomenten. Je hebt al zicht op hoe je jezelf kan verbeteren bij een slechtere score, aarzel niet om je hiervoor te blijven inzetten. Wees steeds voldoende kritisch voor jezelf. Elk nadeel heeft zijn voordeel. Elke fout leert je iets over je manier van studeren. Je gebruikt dit om jezelf te verbeteren. Zo overschat of onderschat **jij** jezelf ook niet. Je bent goed op weg.

TIPS

1. Is er een vak waar je je nog onzeker bij voelt? Haal dan inspiratie uit succeservaringen bij andere vakken om je methodiek aan te pakken.
2. Probeer ook eens digitale hulpmiddelen uit die het leren ondersteunen.
3. Wanneer na een tijdje een studie-aanpak minder effectief blijkt, durf deze dan flexibel aan te passen.

[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



1,69/5

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.

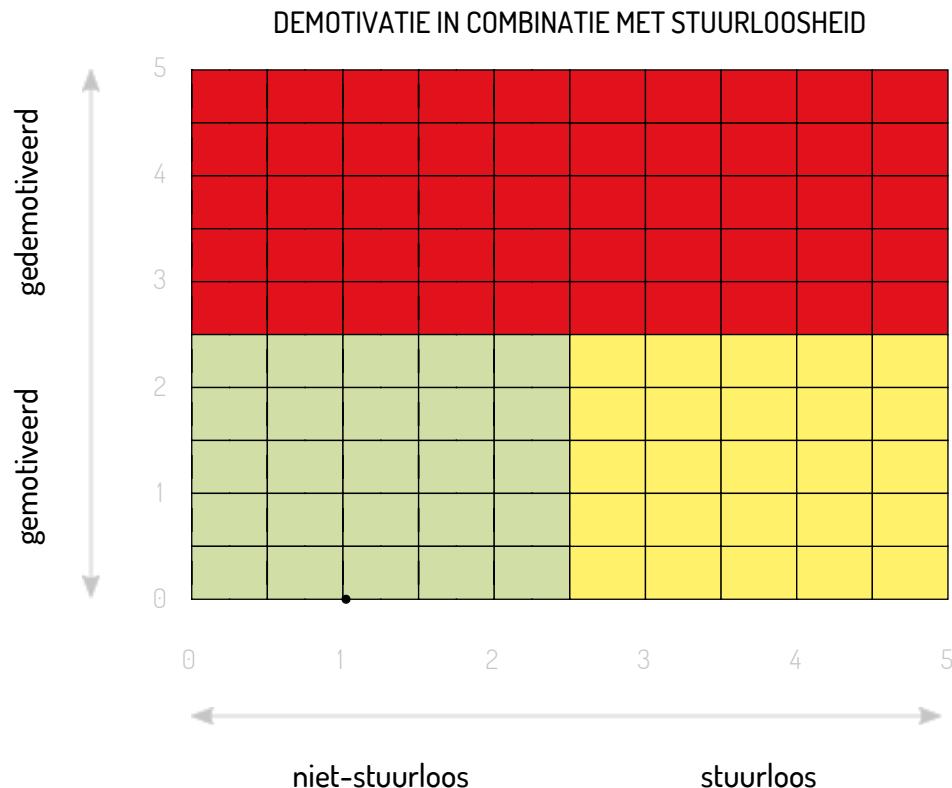
Goed zo! Je weet duidelijk waarom je studeert. Aan motivatie geen gebrek. Je maakte een duidelijke keuze voor deze studierichting wat tot uiting komt in betrokkenheid en inzet voor je studie. Je motivatie om te studeren kan vanuit verschillende bronnen komen. Je studeert omdat je het interessant en boeiend 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 4

### Gemotiveerde, gerichte leerder

Proficiat! Je profiel bevat twee belangrijke elementen om plezier te beleven aan je studies en ze tot een succes te maken. Jij weet waar je naar toe wilt met je studies en je hebt een degelijke studie-aanpak: je pakt het studeren efficiënt aan en weet wat je doet.

Je studeert vanuit persoonlijke interesse en je bent sterk gemotiveerd om steeds bij te leren en kennis en inzichten te verwerven. Je studie sluit goed aan bij je kwaliteiten. Je verwerkt de leerstof kritisch en bent op zoek naar inzicht, verbanden en samenhang. Ook de organisatie van je studieproces verloopt vlot en efficiënt. Je ervaart studeren als zinvol en waardevol. Doe zo verder!

### TIPS

Tracht ook je medestudenten te inspireren met jouw leerkracht. Geef eens duiding hoe *jij* je studeren aanpakt en leg eens uit wat *jou* in deze studies zo motiveert om er voor te gaan. Door het zelf te verwoorden krijg je nog een duidelijker beeld van je motivatie. Geef ook aan: hoe weet *jij* wat je juist moet leren?



# SLOTTEKST



Beste Gabriel

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.