

Regie in eigen handen

Groeien in zelfregulatie en uitvoeringskracht

Sinds vorig schooljaar zetten wij (begeleiders van Park Uniek en ik als leerondersteuner) in op de ontwikkeling van executieve en zelfregulerende vaardigheden bij leerlingen. Wekelijks worden drie lesuren eigen werktijd ingepland, waarin leerlingen hun werk zelfstandig leren plannen en organiseren en reflecteren op hun vooruitgang. Eerdere ervaringen toonden bij leerlingen afhankelijkheid van hun begeleiders, wat leidde tot een gebrek aan autonomie. Hieruit ontstond de noodzaak om te onderzoeken hoe wij via de juiste ondersteuning en begeleiding kunnen zorgen dat de leerlingen zo autonoom mogelijk verder kunnen. Dit onderzoek richt zich op het stimuleren van autonomie door versterking van zelfregulerende en executieve vaardigheden.

Na het schetsen van de onderwijscontext, zal ik kort de link tussen zelfregulerend leren en executieve functies uitleggen. Daarna zal ik het cyclisch model van Zimmerman toelichten, evenals de drie essentiële componenten van zelfregulerend leren. Vervolgens bespreek ik de noden van de begeleiders met betrekking tot het versterken van de zelfregulerende vaardigheden tijdens eigen werktijd, zoals vastgesteld door bevraging en verschillende gesprekken. De bevindingen die hieruit voortkwamen, vormden de basis voor verdere acties, waaronder het indienen van een projectaanvraag, het opzetten van een lerend netwerk, het bevorderen van executieve vaardigheden via spelletjes, strategie-instructie tijdens de lessen coaching, de afname van de CBAM-bevraging bij begeleiders en het gebruik van PXL Appwel voor leerlingen. Daarnaast zijn enkele aanpassingen doorgevoerd in de klaspraktijk zoals het noteren van de namen van de leerlingen op het bord en het toepassen van het BBBB-methode. Vooraleer ik tot een algemene conclusie en verdere acties kom, deel ik nog enkele tips op basis van de ervaringen van de begeleiders met zelfregulerend leren.

Een nieuwe wind in het Tieltsse onderwijsland

In Tielt leefde al geruime tijd de nood en de honger naar een vervolg op het Freinetverhaal (De Meyer & Nijs, 2021) van Het Reuzenhuis in Tielt en De Koorddanser in Meulebeke.

Na een jaar van vele voorbereidingen, bezoeken aan andere scholen, overlegmomenten en denktanken ging op 1 september 2019 Park Uniek van start. Park Uniek, met Wim De Baets en Sven Weyn als pioniers, wil in de eerste plaats het Freinetaanbod op niveau van het secundair in de regio op de kaart zetten en wil tegelijk het onderwijsaanbod in Tielt uitbreiden en verruimen.

Park Uniek startte in 2019 met twee klassen 1A. Ondertussen zijn we vijf schooljaren verder en hebben ze verder opgebouwd tot en met het vijfde jaar in de doorstroomfinaliteit. Leerlingen kunnen vanaf het derde jaar kiezen voor humane wetenschappen, economische wetenschappen, natuurwetenschappen of

Latijn. Park Uniek telt ondertussen 156 leerlingen.

Inzetten op zelfregulerende en executieve vaardigheden past perfect binnen de visie van Park Uniek (Park Uniek, 2019). Park Uniek streeft naar een spontane leeromgeving waarin op een ervaringsgerichte manier kan geleerd worden. Zelfregulerend leren wordt aangemoedigd. Leren plannen, eigen talenten ontdekken en ontwikkelen, welbevinden en sociale vaardigheden krijgen daarnaast ook de nodige aandacht.

Krachtig leren: samenspel van zelfregulerende en executieve vaardigheden

Er is een sterke link tussen zelfregulerend leren en executieve functies. Executieve functies zijn de regel- en aansturingsfuncties van de hersenen die ons gedrag, onze gedachten en emoties aansturen en reguleren. Ze worden beschouwd als essentiële bouwstenen voor succes in het leren en het leven. Het zijn fundamentele vaardigheden die we dagelijks

gebruiken om goed te functioneren. Zelfregulerend leren is dan weer het cyclisch proces waarbij een lerende zijn gedrag, gedachten, gevoelens én motivatie zelf richting geeft met het oog op het bereiken van zijn leerdoelen en afhankelijk van zijn context (Pintrich, 2022, p. 36).

Tijdens eigen werktijd werd al snel duidelijk dat plannen, flexibiliteit, emotieregulatie en werkgeheugen essentieel zijn voor zelfregulerend leren. Het versterken van executieve vaardigheden was dan ook een logische stap.

Zelfregulerend leren onder de loep

Na bevraging van de begeleiders eigen werktijd, inclusief formele en informele gesprekken met begeleiders en observaties tijdens eigen werktijd (PU, 2023), heb ik aanvankelijk het team versterkt met inzichten vanuit het model van Zimmerman (Peeters, 2022). Hij beschouwt zelfregulerend leren als een cyclisch proces dat bestaat uit drie fasen: de voorbereidingsfase, de uitvoeringsfase en de reflectiefase.



Figuur 1: Cyclisch model van Zimmerman (Peeters, 2022)

Zelfregulerende vaardigheden kunnen leerlingen niet op eigen kracht verwerven (Consuegra, 2023). Het is een geleidelijk proces waarbij de leerlingen worden ondersteund door hun begeleider in een stimulerende leeromgeving. Begeleiders moeten over de nodige competenties beschikken om deze vaardigheden van de

leerlingen te ondersteunen. Ze creëren een krachtige en motiverende leeromgeving waarin er ruimte en vertrouwen is voor reflectie en feedback. Het is de verantwoordelijkheid van de school om te zorgen voor een ondersteunende omgeving waarin leerlingen geleidelijk de nodige competenties kunnen verwerven.

Om zelfgestuurd te leren moeten leerlingen beschikken over voldoende cognitieve, metacognitieve en motivationele leerstrategieën. De cognitieve component gaat over de aanpak van de leerling bij een specifieke taak en de keuze en de toepassing van de meest geschikte leerstrategieën om deze op te lossen (Kostons, Donker, & Opdenakker, 2014). De metacognitieve component behelst het bewustzijn van het eigen denk- en leerproces en het overzien, monitoren en evalueren van dit proces (Dijkstra, Bunnik, & Greveling, 2021). De motivationele component omvat strategieën die zich richten op hoe een leerling reageert op een taak (Kostons, Donker, & Opdenakker, 2014). Het gaat over motivationele opvattingen over de taak, zoals intrinsieke leermotivatie, interesse, interne of externe attributie van prestaties en self-efficacy, en het geloof in de eigen mogelijkheden om een taak uit te voeren (Lombaerts, Engels, & Vanderfaeillie, 2007).

Het is van cruciaal belang om de motivatie van leerlingen te verhogen, met name door in te zetten op autonome motivatie. Leerlingen die vanuit persoonlijk belang of intrinsieke interesse leren, behalen betere resultaten, vertonen meer zelfregulerend leren, hebben een groter doorzettingsvermogen en een hoger welbevinden. Autonome motivatie en zelfsturing gaan hand in hand (Vansteenkiste, Sierens, Soenens, & Lens, 2007). Om autonoom gemotiveerd te zijn, moeten de drie basisbehoeften: autonomie, verbondenheid en competentie worden vervuld (Ryan & Deci, 2000).

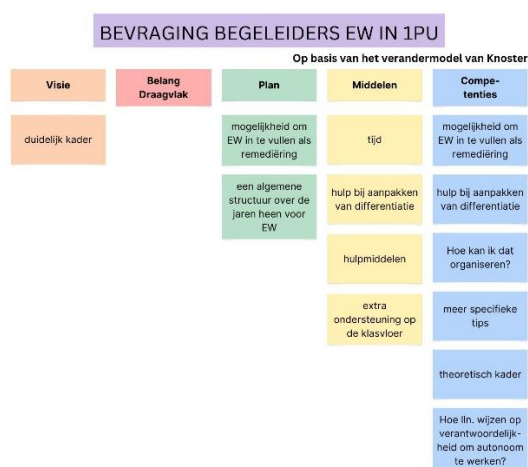
Uit de onderzoeksacties die ik voerde, is gebleken dat de zelfstandigheid van de leerlingen slechts in beperkte mate gestimuleerd wordt tijdens de voorbereidingsfase van het leerproces. Bovendien worden er tijdens de evaluatiefase aan de leerlingen weinig kansen geboden om hun eigen leerproces en dat van hun klasgenoten te evalueren. Dit is eveneens iets

wat door de leerlingen werd bevestigd in de bevraging rond eigen werktijd. Opvallend is dat 79,5% van de leerlingen aangeeft een planning op te stellen, maar slechts 38,5% erin slaagt om zich aan die planning te houden.

Van noden naar actie

In februari 2023 bleek uit de enquête over de eigen werktijd bij de begeleiders in 1PU, gebaseerd op het verandermodel van Knoster, dat zij vooral een gebrek aan kennis, vaardigheden en attitudes ervoeren om leerlingen te begeleiden bij hun zelfregulerende vaardigheden (Van Hauwaert, 2023). Ze hadden behoefte aan theoretische kadering, specifieke tips om de eigen werktijd te organiseren en tools om binnen eigen werktijd ook te remediëren. Het was essentieel om voorbij deze angst via kleine aanpassingen te groeien in het begeleiden en versterken van de zelfregulerende vaardigheden van de leerlingen.

Deze bevindingen vormden de basis voor het verder verloop van dit onderzoek.



Figuur 2: Resultaten bevraging begeleiders EW in 1PU

Ontdek de kracht van je brein, ontwikkel je executieve vaardigheden

In maart 2023 heb ik een projectaanvraag ingediend bij de Koning Boudewijnstichting met als doel de executieve vaardigheden van de leerlingen van de Freinetscholen in onze regio te versterken. Executieve vaardigheden vormen een verrijking op cognitief, sociaal en emotioneel vlak (Diamond A., 2013). Daarnaast zou de overgang van het lager naar het secundair onderwijs soepeler kunnen

verlopen. Wanneer deze vaardigheden niet expliciet worden aangeleerd, kan dit leiden tot heel uiteenlopende problemen bij onder andere het plannen van huiswerk, het organiseren van tijd, het onthouden van tijd, het beheersen van impulsen en het volhouden van aandacht. Wanneer een leerling hiermee problemen ervaart, dan is dit nefast voor zijn motivatie en zelfvertrouwen.

Samen met de begeleiders van Park Uniek ben ik ervan overtuigd dat het verhogen van de betrokkenheid en autonomie van leerlingen binnen de Freinetwerking hen competentier maakt om succesvoller om te gaan met de eisen die zowel op school als in het dagelijks leven aan hen worden gesteld en dat hun leerresultaten zullen toenemen.

Hiermee spelen we in op de zelfdeterminatietheorie (Ryan & Deci, 2000).

Met een deel van het budget dat ik verwierf met de projectaanvraag, heb ik begin september 2023 de training executieve vaardigheden gevolgd bij Leren Leren Nederland in Schiedam. Na deze tweedaagse opleiding ben ik bevoegd om de workshop ‘Werken aan executieve vaardigheden’ te geven. Deze workshop heb ik eind september 2023 in de drie Freinetscholen gebracht. In Park Uniek sloten alle coaches (klastitularissen) aan waardoor ze ondergedompeld werden in de wereld van de executieve functies. Hierdoor wordt er nu over de verschillende jaren onder de coaches consistent dezelfde taal gehanteerd. Daarnaast werden voor de verschillende scholen ook toolboxes gekocht met gevarieerd materiaal. Het materiaal uit de toolbox werd toegelicht en methodieken werden uitgetest zodat de coaches (en ook vakbegeleiders in het eerste jaar) er effectief mee aan de slag kunnen gaan. De leerkracht die initieel enkel les gaf in Salto Humano en nu ook vakbegeleider eigen werktijd is in het eerste en tweede jaar van Park Uniek, was niet aanwezig op deze workshop.

Momenteel ga ik vooral in gesprek met begeleiders en denken we samen na over opportuniteiten vanuit de eigen lespraktijk die de executieve vaardigheden versterken.

Lerend netwerk in actie

Vanuit de overtuiging dat een professionele leergemeenschap het professionaliseren van leerkrachten een boost geeft, zijn we in augustus 2023 eveneens gestart met een lerend netwerk. In het lerend netwerk nemen naast twee begeleiders van Het Reuzenhuis, twee begeleiders van De Koorddanser en ikzelf met een collega-leerondersteuner ook drie begeleiders eigen werktijd uit Park Uniek deel. Om het executief functioneren van de leerlingen te beoordelen, hebben we vragenlijsten voor leerlingen en ouders gemaakt. De resultaten leren ons dat de meeste problemen ervaren worden met plannen, organiseren en volgehouden aandacht. Deze vaardigheden zijn nodig om optimaal te kunnen werken tijdens eigen werktijd. We namen al literatuur door rond het onderwerp, we wisselden ideeën uit en we deelden goede praktijkvoorbeelden met elkaar. Een bezoek brengen aan elkaars klaspraktijk waarbij we over de grenzen van de eigen school kijken, staat nog op de planning. Het lerend netwerk draagt ertoe bij dat de begeleiders leren van en met elkaar en dit over de schoolmuren heen. Succeservaringen worden gedeeld en besproken met elkaar wat ervoor zorgt dat het geloof in eigen kunnen kan groeien.

Er zit meer in een spelletje dan je denkt

Het spelen van spelletjes is een middel om executieve vaardigheden te versterken (Diamond & Lee, 2011). Daarom organiseerden we eind oktober 2023 een spelletjesavond om leerlingen en hun ouders de kans te bieden om een aantal spelletjes te leren kennen, ze te spelen en te vernemen op welke manier ze kunnen ingezet worden om de executieve vaardigheden te versterken.

In november 2023 volgden we met begeleiders uit de drie Freinetscholen de vorming 'Executieve functies trainen met spellen' aan het Spellenlab in Vives Brugge. We hadden de kans om een verscheidenheid aan coöperatieve, competitieve en solitaire spellen te verkennen die een meerwaarde kunnen bieden bij het verbeteren van executieve functies. We ontdekten concrete toepassingsmogelijkheden van gezelschapsspellen en dachten na hoe we deze in Park Uniek kunnen integreren. Tijdens

de lessen coaching introduceren we sindsdien geregeld een spelletje als middel om leerlingen vertrouwd te maken met de verschillende executieve vaardigheden.

Strategie-instructie tijdens coaching

We hebben ervoor gekozen om het expliciet aanleren van executieve en zelfregulerende vaardigheden los te koppelen van de eigen werktijd. Strategie-instructie vindt plaats binnen de lessen coaching en gebeurt momenteel voor plannen, organiseren, emotieregulatie en volgehouden aandacht. Tijdens coaching vertrekken we vanuit voorbeelden; leerlingen wisselen ze uit en bespreken ze met elkaar. Via expliciete en directe ondersteuning krijgen de leerlingen de informatie die nodig is om in een volgende fase van observeren naar imiteren te kunnen groeien.

Het impliciet direct ondersteunen (bv. demonstreren, tussentijds feedback geven, herinneren aan een leerstrategie), het indirect ondersteunen waarbij leerlingen voldoende oefenkansen worden geboden om de vaardigheden onder de knie te krijgen en het ondersteunen in verschillende contexten gebeurt tijdens de lessen eigen werktijd. Onze wens is dat begeleiders groeien van bewust onbekwaam over bewust bekwaam naar onbewust bekwaam bij het ondersteunen van deze strategieën.

Begeleiders en eigen werktijd: inzichten en bedenkingen

Via het betrokkenheidsmodel (CBAM = Concerns-Based Adoption Model) van Van den berg en Vandenberghe (1995) en individuele gesprekken ging ik na hoe de begeleiders tegen eigen werktijd aankijken. Redenen om de huidige werking van de eigen werktijd niet bij te stellen en in te zetten op het expliciet versterken van de executieve en zelfregulerende vaardigheden, hebben vooral te maken met praktische overwegingen. Begeleiders weten niet hoe ze zich moeten organiseren, twijfelen of ze dit wel kunnen of vrezen dat een nieuwe manier van werken veel tijd en energie van hen zal vergen. Het gebrek aan geschikte lesmaterialen of opdrachten, net als de heersende druk om de leerplandoelen te halen, worden aangehaald als tegenargument.

Bovenstaande bezorgdheden en tegenargumenten situeren zich vooral op de zelfbetrokkenheid en de taakbetrokkenheid.

Begeleiders merken en geloven dat door de executieve en zelfregulerende functies te versterken ze zelf meer voldoening zullen halen uit het begeleiden van de eigen werktijd, waar ze nu geregeld met een onvoldaan gevoel de eigen werktijd beëindigen. Begeleiders die reeds aan de slag gingen met de executieve en zelfregulerende vaardigheden ervaren bij zichzelf een professionele groei; ze passen andere methodieken toe en zijn zich bewuster van hun eigen handelen en de impact ervan op het gedrag, de gedachten en de emoties van de leerlingen. Waar begeleiders die er al mee aan de slag gingen, eerst schrik hadden voor tijdsverlies, merken ze voorzichtig tijdswinst door hun effectievere manier van begeleiden.

Op de CBAM zien we een hoge score voor informatiebehoefte en voor behoefte aan samenwerking in het team.

Bij de begeleiders eigen werktijd in het eerste jaar is de interesse in de wijzigingen die zullen optreden in de persoonlijke werksituatie groot. Deze hoge score wijst erop dat de begeleiders nog meer tijd nodig hebben om de informatie over deze vernieuwing te bespreken. We mogen hieruit besluiten dat de oriëntatiefase onvoldoende is doorlopen. Mogelijk heeft dit te maken met het feit dat slechts de helft van deze begeleiders de oriëntatiefase effectief heeft meegemaakt. Er zijn zes begeleiders eigen werktijd verspreid over de drie klassen van het eerste jaar in Park Uniek. Drie van hen zijn reeds van bij de opstart van Park Uniek, nu vijf jaar geleden, betrokken en eveneens begeleider eigen werktijd in het eerste jaar. Daarnaast is er één begeleider die niet expliciet koos voor Park Uniek en al meer dan tien jaar verbonden is aan Salto Humano, en door het dalend leerlingenaantal in Salto Humano halftijds in Park Uniek terechtkwam. Een andere begeleider is nieuw gestart in september en vertrok eind december, en de laatste begeleider eigen werktijd in het eerste jaar is pas gestart op 1 februari 2024. Dit maakt dat slechts de helft van de begeleiders eigen werktijd in het eerste jaar echt betrokken was bij de keuze voor eigen werktijd.

Daarnaast komt ook een hoge behoefte aan samenwerking naar boven uit deze bevraging. Dit is alvast gunstig voor het verder en blijvend uitrollen van de eigen werktijd en tegelijk is het ook noodzakelijk om hier expliciet tijd voor vrij te maken.

Op weg naar zelfsturing: namen op het bord

Sinds de herfstvakantie maken de leerlingen tijdens eigen werktijd ook duidelijk aan de vakbegeleider met welk vak ze bezig zijn. We hebben gemerkt dat deze kleine aanpassing tot een aantal voordelen leidt: zo wordt een georganiseerde en gestructureerde leeromgeving gecreëerd, wat bijdraagt aan de zelfregulerende en executieve vaardigheden van de leerlingen. Het bevordert het zelfbewustzijn van de leerlingen over hun eigen leerproces. Het helpt de leerlingen om gefocust te blijven op de taak. Voor begeleiders is het gemakkelijker om te zien waar leerlingen mee bezig zijn en om eventuele hulp of begeleiding te bieden die nodig is. Het bevordert ook de samenwerking tussen leerlingen omdat het duidelijk is welke leerlingen aan welk vak werken en zo kan er gericht hulp gevraagd of samengewerkt worden.

Van brein naar begeleider

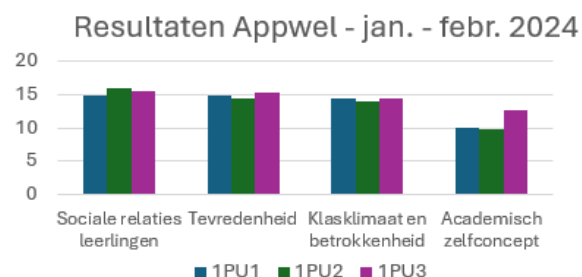
Een manier waarop we de zelfredzaamheid van de leerlingen proberen stimuleren is via de BBBB-methode: de 'Brein – Boek – Buur – Begeleider'-methode. Leerlingen worden aangeleerd om eerst zichzelf te bevragen, daarna pas relevante bronnen te raadplegen en in derde instantie een medeleerling te bevragen. Pas daarna, als de leerling nog vragen heeft of meer begeleiding nodig heeft, kan de begeleider aangesproken worden. Meteen hulp vragen aan de begeleider is sindsdien merkbaar gedaald.

PXL Appwel als gids voor meer welbevinden

Welbevinden is een belangrijke voorwaarde om te kunnen leren. Vandaar gingen we vanaf januari 2024 aan de slag met PXL Appwel, volgens ons een ideaal hulpmiddel om het

welbevinden van leerlingen te meten en via de aangeboden tools te verhogen.

Aan de hand van een vragenlijst met 31 items werden vier dimensies in kaart gebracht: tevredenheid, klasklimaat en betrokkenheid, sociale relaties tussen leerlingen en academisch zelfconcept.



Figuur 3: Resultaten Appwel in 1PU

Vanuit deze bevraging wordt bevestigd dat het belangrijk is om in te zetten op academisch zelfconcept, waar zelfregulerende en executieve vaardigheden onder vallen. We hebben ondertussen al verschillende stappen gezet om het academisch zelfconcept van leerlingen te versterken waardoor ze zich competentier voelen en hun leerproces meer in handen nemen. Het is nog wachten tot eind mei 2024 – wanneer een nieuwe bevraging staat ingepland – om te zien of onze acties effect hebben bij de leerlingen.

Maak met volgende strategieën het verschil

In Park Uniek proberen we het beste in elke leerling naar boven te halen, niet alleen op cognitief vlak, maar ook op vlak van zelfsturing en persoonlijke groei. Hierbij spelen motivatie, voorbereiding, monitoring en individuele ondersteuning een belangrijk rol.

Door hierop te focussen verbeteren we niet alleen de leerprestaties, maar ook de zelfregulerende en executieve vaardigheden van de leerlingen. Hieronder volgen een aantal strategieën die ondertussen geïmplementeerd zijn in Park Uniek.

Motiveer de leerlingen

Motivatie bevorderen stimuleert de zelfregulerende en executieve vaardigheden van leerlingen. Besteed aandacht aan de opmaak van een opdracht, want deze is bepalend bij het al of niet volledig lezen van de opdracht. Laat je opdrachten lezen door

collega's en geef feedback aan elkaar. Op die manier kunnen de opdrachten aantrekkelijker gemaakt worden en kunnen leerlingen gemotiveerder zijn. Sluit aan bij de leefwereld van de leerlingen want ook dit is bepalend voor de motivatie. Zo werd een schrijfofdracht gekoppeld aan een actueel thema binnen Park Uniek, namelijk het opnieuw mogen eten in de forumzaal.

Zet in op de voorbereidingsfase

Voorzie in de werkbrieff ruimte waar de leerlingen hun doelen kunnen formuleren en de wijze waarop ze deze wensen te bereiken. Geef ook een richtinggevend tijdsbestek mee in deze werkbrieff.

Implementeer kansen tot monitoring van het leerproces

Zorg voor voldoende mogelijkheden waarbij de leerlingen tijdens het leerproces kunnen nagaan in welke mate ze de leerdoelen al bereikt hebben. Varieer in de mogelijkheden zoals online quizen, peerfeedback, verbeterleutels en tussentijdse evaluatie.

Bouw manieren van hulp in

Tijdens het monitoren van het leerproces kan een leerling tot de vaststelling komen dat hij extra hulp nodig heeft en vervolgens stappen onderneemt om die hulp te krijgen. Voorzie verschillende manieren van hulp. Binnen Park Uniek hebben we eerst de vijf minuten regel ingevoerd waarbij de leerlingen in de eerste vijf minuten geen vragen mogen stellen aan de begeleider. Deze regel is geëvolueerd naar de BBBB-methode. Deze methode werd het afgelopen jaar geïntroduceerd als tool om de zelfredzaamheid van de leerlingen te stimuleren. Leer de leerlingen eerst zichzelf de vraag te stellen (brein), vervolgens naslagwerken te raadplegen (boek), daarna hulp te vragen aan een medeleerling (buur) en als laatste stap om hulp te vragen aan de begeleider. Wijs leerlingen hier consequent op, zodat het een gewoonte wordt en ze dit effectief toepassen.

Bevorder zelfreflectie

Voorzie reflectiemomenten over bereikte resultaten en de manier waarop deze werden bereikt. Dit is noodzakelijk om te groeien in het reguleren van het eigen leerproces.

In Park Uniek wordt postreflectie geïntegreerd in heel wat taken. Momenteel is deze nog eerder beperkt en wordt er vooral gefocust op wat goed of minder goed ging en nog onvoldoende op mogelijke aanpassingen voor toekomstige taken.

Speel in op de individuele ondersteuningsbehoefte

Niet elke leerling heeft dezelfde ondersteuning nodig. Pas je ondersteuning aan aan de individuele leerling en aan het vak.

Ik merk dat de ene begeleider hier meer oog voor heeft dan de andere en dat ik hierin ook een taak te vervullen heb als leerondersteuner. Zo voorzie ik voor een bepaalde leerling soms een stappenplan of maak ik een gerichtere tijdsplanning op. Ik hoop dat begeleiders hier van leren en dit meenemen naar hun klaspraktijk op momenten waarop ik er niet ben en ze met een bepaalde leerling botsen op een gelijkaardig probleem.

Zelfregulering in Park Uniek

Het gevaar bestaat erin dat begeleiders de executieve en zelfregulerende vaardigheden geïsoleerd trainen. Binnen Park Uniek kozen we er bewust voor om de eerste kennismaking te laten gebeuren binnen coaching, om daarna deze vaardigheden meteen in te zetten in eigen werktijd zodat de leerlingen wat ze leerden gemakkelijker toepassen in hun dagelijks leven. Door in te zetten op een integrale en complexe vorm van zelfregulerend leren en door verschillende leerstrategieën te combineren kan deze transfer gemakkelijker gebeuren. Leerlingen gaan zelf op zoek naar opties om een probleem op te lossen en stappenplannen worden door de begeleiders niet standaard aangeboden; waardoor er niet alleen wordt ingezet op meer zelfstandigheid maar ook op meer zelfsturing. We merkten namelijk op dat we de leerlingen ongewild vast zetten door zelf te veel suggesties te doen, ook al is dit iets wat ze op een bepaalde leeftijd net zouden willen. Leerlingen in het eerste jaar voelen zich 'groot' en proberen al eens onderuit gezakt aan hun bank te zitten in plaats van hun onderzoek voor te stellen aan hun medeleerlingen. Het is de taak van de begeleider om opdrachten te voorzien waarbij

leerlingen binnen eigen werktijd samenwerkend kunnen leren, vrijheid krijgen, elkaar kunnen stimuleren en bijsturen en zo afstand nemen van de aangeleerde hulpeloosheid die we zien optreden bij pubers.

Zelfsturing stimuleren, potentieel maximaliseren

Dit onderzoek heeft bevestigd dat leerlingen zelfsturing kunnen ontwikkelen. Een belangrijke vereiste hiervoor is dat we hen leren hoe ze moeten leren en welke strategieën ze kunnen gebruiken om hun potentieel te maximaliseren. Voorafgaand aan een opdracht is het bovendien van groot belang dat ze nadenken over hun aanpak en welke relevante kennis ze al hebben voor die specifieke opdracht. Het regelmatig evalueren van hun aanpak tijdens en na de opdracht, inclusief het identificeren van obstakels en het zoeken naar gepaste hulp zoals het raadplegen van medeleerlingen, het zoeken naar aanvullende informatiebronnen zoals boeken of online materiaal, het gebruikmaken van studiehulpmiddelen zoals samenvattingen of instructievideo's of het stellen van vragen aan de begeleider, draagt bij aan het versterken van hun executieve en zelfregulerende vaardigheden in het leerproces.

Volgend schooljaar zal er nog ingezet worden op gerichte ondersteuning en training van de begeleiders om hen te helpen bij het verder organiseren en implementeren van effectieve methoden om de executieve en zelfregulerende vaardigheden bij leerlingen te versterken. Tijdens de teamvergadering zal er structureel tijd voorzien worden om lesmateriaal en opdrachten die gericht zijn op het bevorderen van zelfregulatie en executieve vaardigheden te ontwikkelen en te delen. We gaan verder aan de slag met het lerend netwerk waarbij via peer learning en samenwerking good practices worden uitgewisseld en begeleiders elkaar ondersteunen bij het overwinnen van praktische uitdagingen. Nieuwe mogelijkheden en kansen liggen voor ons om samen verder te bouwen aan een stimulerende leeromgeving die bijdraagt tot versterkte executieve en zelfregulerende vaardigheden.

Bibliografie

- Consuegra, E. (2023). *Zelfregulerend leren: leer je niet vanzelf*. Opgeroepen op april 4, 2024, van Onderzoekende school:
<https://www.onderzoekendeschool.be/topics/zelfregulatie/zelfregulatie-in-de-praktijk>
- De Meyer, M., & Nijs, K. (2021, januari 1). *Pedagogische invarianten Celestin Freinet vertaling 2020*. Opgeroepen op april 19, 2024, van Freinetbeweging:
<https://freinetbeweging.be/wp-content/uploads/2016/11/Pedagogische-invarianten-Celestin-Freinet-Vertaling-2020.pdf>
- Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annual Review of Psychology*, 64, pp. 135-168.
- Diamond, A., & Lee, K. (2011). Interventions Shown to Aid Executive Function Development in Children 4-12 Years Old. *Science*, 333, pp. 959-964.
- Dijkstra, P., Bunnik, P., & Greveling, A. (2021). *Zelfregulerend leren - Effectiever leren met leerstrategieën*. Amsterdam: Boom uitgevers.
- Kostons, D., Donker, A., & Opdenakker, M.-C. (2014). *Zelfgestuurd leren in de onderwijspraktijk - Een kennisbasis voor effectieve strategie-instructie*. Groningen: GION onderwijs/onderzoek.
- Lombaerts, K., Engels, N., & Vanderfaeillie, J. (2007). Exploring Teachers' Actions to promote Self-Regulated Learning Practices in Primary School. *The Australian Educational and Developmental Psychologist*, 24(02), pp. 4-24.
- Park Uniek. (2019). *Pedagogisch project*. Opgeroepen op april 19, 2024, van Park Uniek:
<https://parkuniek.be/pedagogisch-project>
- Park Uniek. (2019). *Toolbox*. Opgeroepen op februari 13, 2024, van Park Uniek:
https://parkuniek.be/onze_toolbox
- Peeters, J. (2022). *Zelfregulerend leren, Hoe? Zo!* Tielt: Uitgeverij Lannoo.
- Pintrich, P. (2022). Definitie zelfregulerend leren. In J. Peeters, *Zelfregulerend leren, Hoe? Zo!* (p. 36). Tielt: Uitgeverij Lannoo.
- PU. (2023, april 17). Eigen werktijd. (L. Van Hauwaert, Interviewer)
- Ryan, R., & Deci, E. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, pp. 68-78.
- Van Hauwaert, L. (2023). *Onderzoek en innoveren 2. niet gepubliceerd*.
- Vansteenkiste, M., Sierens, E., Soenens, B., & Lens, W. (2007). Willen, moeten en structuur: over het bevorderen van een optimaal leerproces. *BEGELEID ZELFSTANDIG LEREN*, 37, pp. 1-27.

Figuren

Figuur 1: Cyclisch model van Zimmerman

Figuur 2: Resultaten bevraging begeleiders EW in 1PU

Figuur 3: Resultaten Appwel in 1PU