

Zelfsturing bestaat uit de volgende componenten

1. Cognitieve strategieën

- Spreiden van de leerstof/studiemomenten.
- Actief uit het hoofd) ophalen van informatie.
- Leerstof uitleggen en met veel details beschrijven.
- Tijdens het studeren onderwerpen afwisselen.
- Specifieke voorbeelden gebruiken om abstracte ideeën te begrijpen
- Afbeeldingen en woorden combineren.

2. Metacognitie

Kennis

- Beschrijvende kennis: weten **wat** je leerprestatie beïnvloed.
- Procedurele kennis: kennis over strategieën en aanpak.
- Randvoorwaarden: waar, wanneer en waarom je een strategie of aanpak gebruikt.

Vaardigheden

- Voor de start van de opdracht.
 - Oriënteren op taak.
 - Doelen stellen.
 - Strategisch plannen van de taak.
- Tijdens het uitvoeren van een taak.
 - Zelfcontrole tijdens het uitvoeren van de taak.
- Na de taak.
 - Zelfbeoordeling na de taak.

3. Motivationale componenten

- Mate van interesse in taak/taakwaardering
- Initiatief nemen
- Doorzetten
- Zelfeffectiviteit: ideeën die de leerling heeft over het vermogen om het doel te bereiken.
- Attributie: toeschrijven van oorzaak falen of halen van doel.

4. Affectieve (gevoelsmatige) componenten

- Ervaren autonomie.
- Zelf-bekwaamheid en controle ten aanzien van de taak.
- Stellen van gerichte leerdoelen.
- Goed kunnen omgaan met feedback.

5. Opvattingen over

- Intelligentie
- Leren

6. Strategische component

- Gedragmatige handelingen, zoals leeromgeving goed inrichten en hulp kunnen vragen/zoeken.
- Cognitieve handelingen.

Daarvoor is nodig

- Voldoende ontwikkeling van de **executieve functies**. Zo is zonder gerichte aandacht geen mogelijkheid om met een taak aan de slag te gaan.
- Cognitieve vaardigheden
 - Structureren
 - Analyseren
 - Relateren
- Juiste interactie tussen alle bovenstaande variabelen.

Bronnen

Boekaerts, M., & Simons, P. R. J. (1999). *Leren en instructie*. Assen: Koninklijke van Gorcum.

De Boer, H., Donker-Bergstra, A.S., Kostons, D.D.N.M., Korpershoek, H., & Van der Werf, M.P.C. (2013).

Effective strategies for self-regulated learning: A meta-analysis. Groningen: GION.

De Bruyckere, P. (2018). *Tool voor topleraren*. Leuven: Lannoo campus.

Deci, E.L., & Ryan, R.M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York:

Plenum.

Dijkstra, P. (2019). *Zelfregulerend leren. Effectiever leren met leerstrategieën*. Amsterdam: Boom uitgevers.

Driscoll, M. P. (2005). *Psychology of learning for instruction*. Londen: Pearson Education.

Geerlings, T. & Van der Veen, T. (2001). *Lesgeven en zelfstandig leren*. Assen: Koninklijke van Gorcum.

Hattie, J. (2012). *Visible learning for teachers: Maximizing impact on learning*. New York: Routledge.

Kirschner, P. A., Claessens, L., & Raaijmakers, S. (2018). *Op de schouders van reuzen*. Meppel: Ten Brink

Uitgevers.

Newell, A., Shaw, J. C., & Simon H., A. (1958). Element of a theory of human problemsolving. *Physical Review,*

65, 151-166 doi: 10.1037/h0048495. Gevonden op 2 februari 2021 op

<http://digitalcollections.library.cmu.edu/awweb/awarchive?type=file&item=33573>

Surma et al. (2019). Wijze lessen. *Twaalf bouwstenen voor effectieve didactiek*. Meppel: Ten Brink uitgevers.

Ten Dam, G., & Vermunt, J. (2003). De leerling. In: N. Verloop & J. Lowyck (Eds.), *Onderwijskunde* (pp. 151-193).

Groningen/Houten: Wolters-Noordhoff.

Verloop, N., & Lowyck, J. (2003). *Onderwijskunde*. Groningen: WoltersNoordhoff.