

# Zelfregulerend leren kan je leren!

Marloes Broeren  
Conferentie Effectief Leren  
7 november 2018



***avans***  
*university of  
applied sciences*

**Marloes Broeren**  
Avans Hogeschool, Breda

Docent Communicatie  
PhD-kandidaat





## Plan voor deze workshop:

### 1. Zelfregulerend leren (ZRL):

*Wat is het?*

### 2. Onderzoek bevorderen ZRL:

*Opzet en resultaten*

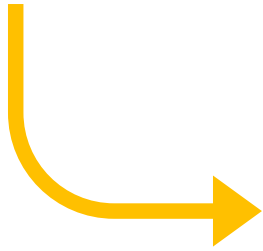
### 3. Aan de slag:

*Hoe verder?*

# **1. Zelfregulerend leren (ZRL)**



# Zelfregulerende studenten...



1. Presteren beter op toetsen;
2. Zijn beter in het toepassen van kennis en vaardigheden in nieuwe situaties (transfer);
3. Kunnen hun eigen leren blijven sturen ('life-long learning').

**Zelfregulerend leren (ZRL)**

?

?

?





- actief
- lange termijn

**effectieve leerstrategieën**

**motivatie**



- kunnen
- willen

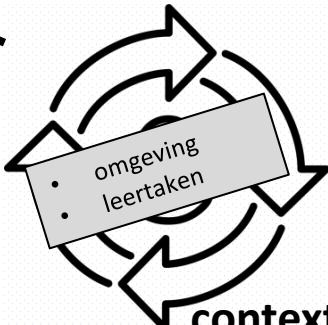
# Zelfregulerend leren

**metacognitieve**



- plannen
- monitoren
- evalueren

**vaardigheden**



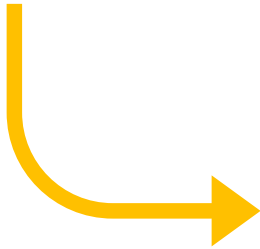
- omgeving
- leertaken

**context**



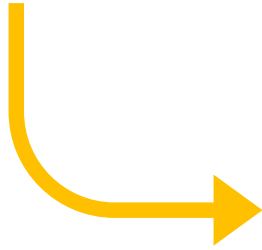
# *Kun je 'het' (aan)leren?*

**Ja!**



1. Het gebruiken van effectieve leerstrategieën (Fiorella & Mayer, 2015, Dunlosky et al, 2013);
2. Het toepassen van metacognitieve strategieën (Zimmerman & Martinez-Pons, 1986; Zepeda et al, 2015);
3. Jezelf blijven motiveren (b.v. doelen stellen) (Chen et al, 2016).

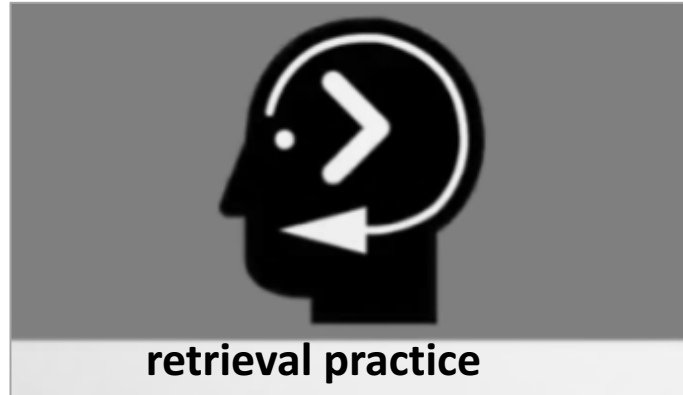
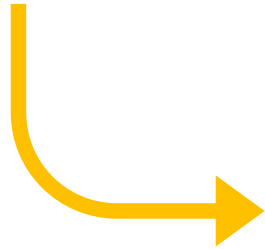
## 2. Je kan het (aan)leren.... Hoe?



1. Het gebruiken van effectieve leerstrategieën

## Mijn eerste studie:

Wat is het effect van instructies op het zelfregulerend gebruik van *retrieval practice* door studenten in het hoger onderwijs?



**Journal of Experimental Psychology:  
Applied**

**Improving Self-Regulated Learning With a Retrieval  
Practice Intervention**


Robert Ariel and Jeffrey D. Karpicke

Online First Publication, June 12, 2017. <http://dx.doi.org/10.1037/xap0000133>

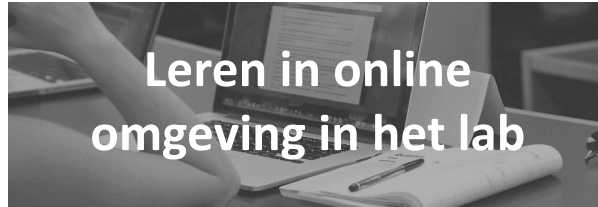
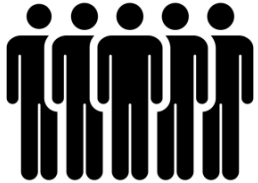
**CITATION**

Ariel, R., & Karpicke, J. D. (2017, June 12). Improving Self-Regulated Learning With a Retrieval Practice Intervention. *Journal of Experimental Psychology: Applied*. Advance online publication. <http://dx.doi.org/10.1037/xap0000133>

**Originele studie van Ariel &  
Karpicke (2017)**

- 
- Experiment in lab-setting met studenten;
  - Geven van instructies over hoe retrieval practice te gebruiken tijdens leren;
    - Leertaak: 20 woordparen (Engels – Litouws);
  - Sessie 1: instructies en daarna leren;
  - Sessie 2: alleen leren, geen instructies.

Instructies over hoe retrieval practice effectief te gebruiken



Neutrale instructies



**Instructies over gebruiken retrieval practice:**

- *Vaker testen tijdens leren, ook zonder instructies;*
- *Ieder woordpaar werd meer dan 3x getest;*
- *Betere prestatie op eindtoets.*

**Journal of Experimental Psychology:  
Applied**

**Improving Self-Regulated Learning With a Retrieval  
Practice Intervention**

Robert Ariel and Jeffrey D. Karpicke

Online First Publication, June 12, 2017. <http://dx.doi.org/10.1037/xap0000133>

**CITATION**

Ariel, R., & Karpicke, J. D. (2017, June 12). *Improving Self-Regulated Learning With a Retrieval Practice Intervention*. *Journal of Experimental Psychology: Applied*, 23(6), 1-12. <http://dx.doi.org/10.1037/xap0000133>

**Te mooi om waar te zijn?**

Original study by Ariel &  
Karpicke (2017)

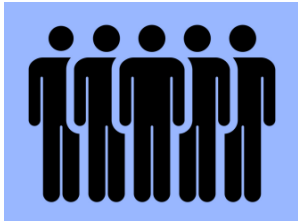
# DOEL van mijn onderzoek:

Wat is het effect van instructies op het zelf-regulerend gebruik van *retrieval practice* in het hoger onderwijs?

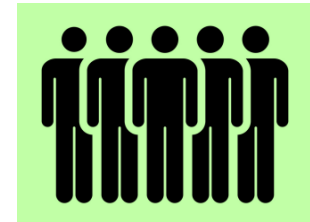


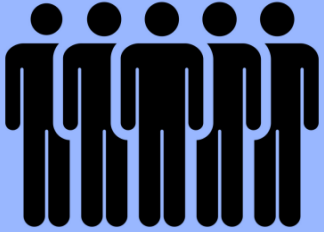


Instructies over hoe retrieval practice effectief te gebruiken



Neutrale instructies over blended learning





58 studenten kregen  
instructies over  
retrieval practice



Leeromgeving

Beginpagina → Kaarten

Online leeromgeving Marketingcommunicatie en Consumentengedrag

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
| marketingcommunicatiegroep<br>Studeren Testen Afvinken                   | marketingdoelgroep<br>Studeren Testen Afvinken   | marketingcommunicatie<br>Studeren Testen Afvinken | drie componenten van de attitude<br>Studeren Testen Afvinken |
| marketingcommunicatiegedrag<br>Studeren Testen Afvinken                  | attitude<br>Studeren Testen Afvinken             | gewoontegedrag<br>Studeren Testen Afvinken        | marketingmix<br>Studeren Testen Afvinken                     |
| verschillen in externe en interne saillantie<br>Studeren Testen Afvinken | saillantie<br>Studeren Testen Afvinken           | verschil doelgroepen<br>Studeren Testen Afvinken  | 4 stappen strategie<br>Studeren Testen Afvinken              |
| corporate communicatie<br>Studeren Testen Afvinken                       | corporate identiteit<br>Studeren Testen Afvinken | mobile marketing<br>Studeren Testen Afvinken      | 5 fasen customer journey<br>Studeren Testen Afvinken         |



58 studenten kregen  
neutral instructies  
over blended learning



**Drie sessies van 45 minuten  
tijdens de werkcolleges:**  
Sessie 1: instructies en leren  
Sessie 2: instructies en leren  
Sessie 3: alleen leren



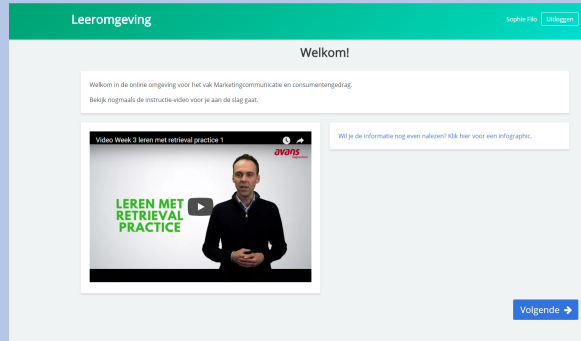
**Leertaak:**  
Leren 20 termen +  
definities marketing-  
communicatie per sessie



**Online omgeving:**

1. Studeren van termen
2. Jezelf testen
3. Term afvinken

# HYPOTHESEN



**1: Meer gebruik van testen tijdens leren** (opties per term: testen / studeren / afvinken);



**2. Vaker testen en correct ophalen van een term en definitie;**



**3. Relatie met een betere prestatie op het tentamen.**

# RESULTATEN



# Dus...

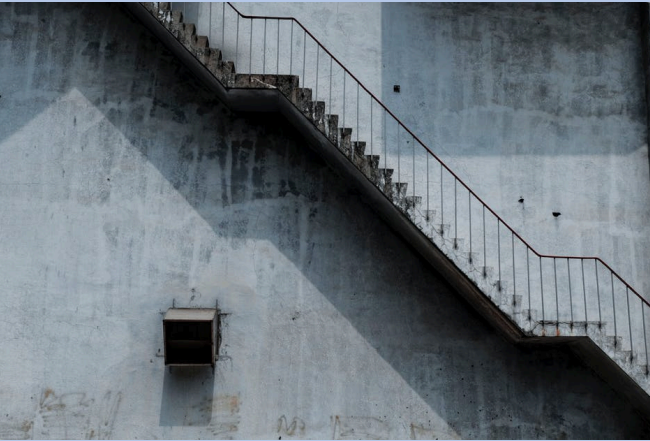


**1: Effect 'in het lab' blijft bestaan 'in het echt':**  
... wel in meer bescheiden vorm.

**2. Effect van instructies alleen in 3<sup>e</sup> sessie:**  
... het duurt even voordat de instructies werken.

**3. Een minimale interventie heeft effect:**  
... alleen (nog) niet op prestatie.

# Hoe nu verder?



1: Hoe kunnen we de interventie nog effectiever en impactvoller maken?

2. Hoe kunnen we de 'externe steun' van de sessies op Avans afbouwen zodat het meer zelfregulerend studiegedrag wordt?

3. In hoeverre blijft het effect van de instructies bestaan als je de externe steun wegneemt?

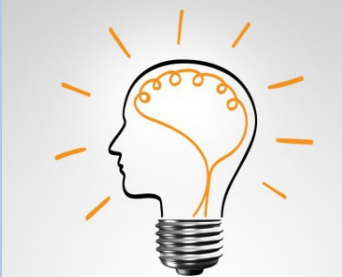
# Aan de slag!



- Maak een groepje van 4 of 5;
- Pak de vragen van de vorige slide erbij en bespreek deze met elkaar.  
→ Geef er gerust je eigen draai aan 😊
- Na 15 minuten deelt ieder groepje een samenvatting van hun discussie.



# Ideeën voor vervolg...



## **1. Interventie nog effectiever?**

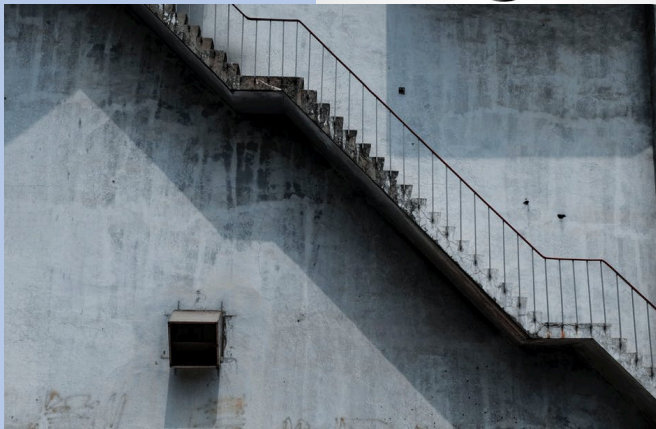
In meerdere vakken; langere periode; altijd toegankelijk

## **2: 'Externe steun' afbouwen?**

Instructies tijdens colleges - thuis aan de slag

## **3. Effect zonder externe steun?**

Meerwaarde voor student, rol motivatie



**Bedankt voor jullie  
aandacht!**

Marloes Broeren

E: [mmdhj.broeren@avans.nl](mailto:mmdhj.broeren@avans.nl)

T: 06-51731129

