

# Zelfsturing

## De zelfsturende student

Kun je werken aan het studiesucces van studenten door zelfsturing te stimuleren? En kun je de leeromgeving zo inrichten dat zelfsturing gefaciliteerd wordt? Binnen Fontys ontstaan steeds meer mogelijkheden voor studenten om zelf aan het roer te staan. In dit artikel lees je vanuit welke theorie we dit doen en laten we enkele toepassingen zien.

### Zelfsturing van de student als basis

In de aanpak van Fontys om studiesucces te bevorderen is de student, en de 'journey' die de student tijdens zijn studieloopbaan doorloopt, het uitgangspunt. Dat betekent dus ook aandacht besteden aan de fase vóórdat hij het hoger onderwijs binnenkomt en nádat hij het hoger onderwijs verlaat. Daarin staan, naast de ontwikkeling van kennis en vaardigheden, zelfsturing en persoonlijk leiderschap centraal. Onze (beleids-)adviezen en ontwikkelde interventies ter bevordering van studiesucces zijn dan ook gebaseerd op theorieën en onderzoek die deze zelfsturing onderschrijven. Welke theorieën en onderzoeken dat zijn, wordt hieronder besproken.

### De Zelf-Determinatie Theorie

De Zelf-Determinatie Theorie (ZDT) is één van de onderleggers bij het werken aan studiesucces binnen onze hogeschool. ZDT betreft een overkoepelende theorie over menselijke groei, motivatie en persoonlijk functioneren (Ryan & Deci, 2000; 2017) en veronderstelt dat individuen gericht zijn op groei en positieve psychologische ontwikkeling (Deci, & Vansteenkiste, 2004). Deze aangeboren actieve neiging tot groei komt volgens deze theorie niet onvoorwaardelijk tot uiting, maar alleen in een stimulerende omgeving. Een omgeving wordt als stimulerend ervaren wanneer deze inspelt op drie psychologische basisbehoeften. Deze basisbe-

### Studiesucces in hoger onderwijs

Studiesucces bestaat uit uiteenlopende elementen die sterk met elkaar samenhangen en waar je vanuit meerdere perspectieven naar kunt kijken. Binnen Fontys Hogescholen kiezen we daarom niet voor één vaststaande en vastomlijnde definitie. Er is gekozen om juist met die complexiteit om te gaan. En, afhankelijk van de verschillende contexten en uitdagingen bij de diverse opleidingen, te bepalen welke aspecten van studiesucces op dat moment relevant of urgent zijn om er integraal aan te werken. Studiesucces gaat hierbij dan niet alleen om een studeerbaar curriculum en rendementcijfers, maar ook om de persoonlijke ontwikkeling van de student en de (studie)loopbaankeuzes die hierbij horen.

hoeften betreffen de behoefte aan autonomie, de behoefte aan verbondenheid, en de behoefte aan competentie. Als deze drie basisbehoeften ondersteund worden, zal een student dus ook intrinsieke motivatie ervaren waardoor zijn studiesucces groter is (zie figuur 1).

De behoefte aan **autonomie** appelleert aan de psychologische vrijheid om goed geïnformeerde keuzes te maken (Jacobs, Claes, Vansteenkiste, 2007), voortkomend uit welwillendheid. Om dit te kunnen doen, is het wel noodzakelijk deze keuzes te laten

## en studiesucces in het hoger onderwijs



**Figuur 1.** Invloed van de psychologische basisbehoeften op motivatie, en de invloed van motivatie op studiesucces (aanpassing van Vansteenkiste & Soenens, 2015)

aansluiten bij wie je bent (je eigen interesses en waarden). In dat geval is het voor de ouder of de docent van de student belangrijk om het ontdekken van dit ‘zelf’ te faciliteren. Dit begint in het hoger onderwijs al bij het maken van een studiekeuze. Daarnaast kan autonomie ook een rol in het onderwijs krijgen. Doordat een student zelf mag bepalen hoe en waarover hij een opdracht mag maken, daarbij de leeruitkomsten in de gaten houdende, zal hij meer zelfregie en intrinsieke motivatie ervaren, iets wat we in een van de toepassingen hieronder verder zullen beschrijven.

Bij de behoefte aan **verbondenheid** gaat het om het ervaren van een warme en hechte band met anderen en te worden ‘gezien’ als persoon. Vooral in nieuwe omgevingen speelt dit een belangrijke rol. Voor eerstejaars studenten is het dus extra belangrijk om deze verbondenheid te ervaren. Een ‘warm welkom’ naast goed ingerichte introductie- en inductieprogramma’s zullen net gestarte studenten sneller een thuisgevoel geven. Dit thuisgevoel, ook wel sociale integratie genoemd, is van groot belang om als student te leren hoe succesvol aan de slag te gaan (ook wel bekend als ‘academische integratie’).

De behoefte aan **competentie** wordt ondersteund wanneer een student het gevoel heeft dat hij bepaalde taken aankan of ergens goed in is. Het gaat dus over het stellen van uitdagende én bereikbare doelen. Studenten krijgen dat gevoel wanneer ze d.m.v.

constructieve feedback ervaren waar ze staan ten opzichte van de doelen die ze willen bereiken en wat ze kunnen doen om deze te bereiken (Hattie & Timperley, 2007). Op deze manier ontstaat er meer zelfvertrouwen en wordt dus ook het gevoel van competentie groter.

Kortom, wanneer de leeromgeving voldoet aan de drie basisbehoeften, dan zal de student zelfsturing, zelfdeterminatie en intrinsieke motivatie ervaren waardoor zijn studiesucces hoger is. Bij het ontwikkelen van interventies om studiesucces te verhogen (waarvan er drie hieronder worden besproken), zorgen we er dus voor dat aan de drie basisbehoeften tegemoet wordt gekomen.

### Docent- en begeleidingsstijlen voor zelfsturing

Om de zelfsturing van de student te bevorderen, wordt er ook iets van de begeleiding en dus van de docent en/of studentcoach verlangd. Het is niet zijn taak om studenten te blijven motiveren, maar ervoor te zorgen dat de student *zichzelf* motiveert. We zien in de praktijk dat bij docenten en/of studentcoaches de grootste uitdaging ligt in het inspelen op de basisbehoefte autonomie. Om *autonomie-ondersteunend* te zijn, dien je de ander écht te begrijpen. Dat betekent dat je als docent moet weten wat de student interesseert, wat hem beweegt en wat zijn opvattingen

en gevoelens zijn. Deze autonomie-ondersteunende stijl kent twee benaderingen: de participatieve en de afstemmende benadering (Aelterman, Vansteenkiste, Soenens, Haerens, & Reeve, 2017).

In plaats van

Hoe kan ik studenten motiveren?

zouden we onszelf moeten afvragen

Hoe kan ik een omgeving creëren waarbinnen studenten zichzelf kunnen motiveren?"

*Richard Ryan, één van de grondleggers van de Zelf-Determinatie Theorie*

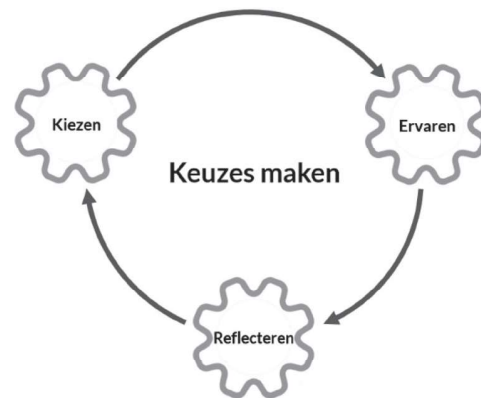
Bij de **participatieve benadering** nodig je de student uit om input te geven en suggesties te doen. Je vraagt als het ware aan de student: "Hoe kunnen we dit voor jou (jullie) werkbaar maken?" Het leren ontstaat in 'co-constructie'. Daarnaast kun je, indien mogelijk, de student laten kiezen hoe hij begeleid wil worden, of hoe hij zijn ontwikkelproces in wil gaan. De vraag 'Waarom wil je werken?' of 'Wat wil je graag zelf bereiken?' zijn twee voorbeelden van vragen bij een participatieve benadering.

Bij de **afstemmende benadering** stem je af op de student door de begeleiding of lessen interessant voor hem te maken en door vanuit het perspectief van de student zaken te benaderen. Daarbij is het ook belangrijk dat wanneer de student iets lastig of moeilijk vindt, uit te leggen waarom de aanpak of studietoek juist belangrijk is en wat het hem zou kunnen opleveren. De vraag: 'Wat maakt dat het zo lastig voor je is?' is een voorbeeld van een vraag volgend uit de afstemmende benadering. Hieronder de belangrijkste punten op een rij.

De autonomie ondersteunende stijl in het kort	
Participatieve benadering	Afstemmende benadering
~ Uitnodigende communicatie gebruiken	~ Afstemmen met de student
~ Student input laten geven	~ Perspectief van de student aannemen
~ Student laten kiezen	~ Het waarom kunnen uitleggen

## Zelfsturing toegepast bij de studie-keuze

Om zelfsturing te ervaren is het belangrijk dat studenten op basis van wat ze zelf ervaren, keuzes kunnen maken. Dit begint al voordat de studie start, bij het maken van een studiekeuze. Een realistische ervaring is dus belangrijk bij het maken van studiekeuzes en het vormgeven van je studieloopbaan. Keuzes, en zelfsturing hierin, zou je kunnen terugbrengen naar drie elementen: 1) de keuze maken, 2) het ervaren van de keuze en 3) het in dialoog reflecteren op die keuze (figuur 2).



**Figuur 2.** De keuzecirkel (Meens, in druk)

In een onderzoek binnen Fontys naar motivatie voor studiekeuzes wordt duidelijk dat realistische ervaringen nodig zijn alvorens studenten op een reflectieve manier over hun studiekeuze gaan nadenken. (Meens, 2018). Motivatie wordt al jaren als een van de meest belangrijke factoren voor studiesucces gezien (Van den Broek et al., 2018), maar het effect ervan is erg afhankelijk van het moment waarop je motivatie meet. Het effect van motivatie op studiesucces is klein wanneer je de motivatie voor de start van de studie meet (Meens, Bakx, Klimstra, & Denissen, 2018). Echter, ditzelfde effect is groot wanneer je motivatie tien weken na de start van de studie meet. Dat komt omdat de motivatie van aankomende studenten in het eerste geval gebaseerd is op hun beeld van de opleiding en in het tweede geval op een realistische ervaring op de opleiding (Meens, & Bakx, 2019).

In de Startthermometer van onze hogeschool komen deze drie elementen terug. De Startthermometer is een online reflectie-instrument dat de student na de eerste lesweken en toets-momenten stil laat staan bij de gemaakte studiekeuze en hun eerste ervaringen. Het gebruikt daarbij de hierboven genoemde afstemmende benadering door samen vanuit het perspectief van de student te redeneren.

Wanneer een student

1. *een studiekeuze* heeft gemaakt moet deze eerst door middel van
2. *realistische ervaringen* in de eerste lesperiode erachter komen of dit hetgeen was wat hij ervan verwacht had. Als deze student, samen met iemand anders (zijn begeleider bijvoorbeeld) gaat
3. *reflecteren* op die eerste ervaringen, dan kan worden geconstateerd of het de juiste keuze was.

Hierna volgen drie mogelijke scenario's:

- ~ de keuze is nog steeds passend;
- ~ de keuze is niet geheel passend maar kan dat (weer) worden met behulp van extra begeleiding, of
- ~ de keuze is niet (meer) passend.

Hoe dan ook, alle drie de uitkomsten betreffen nieuwe keuzes die weer leiden tot nieuwe ervaringen en reflectie, waardoor deze keuzecirkel<sup>1</sup> van toepassing blijft gedurende een (studie)loopbaan.

Door deze keuzecirkel telkens te blijven doorlopen, weten studenten steeds beter wat bij hen past en wat niet. Door steeds weer nieuwe ervaringen op te doen in bijvoorbeeld studieopdrachten, samenwerkingen en stages, leert de student zichzelf steeds beter kennen en maakt deze keuzes die beter bij zijn interesses en waardenpatroon passen. Keuzes krijgen daardoor ook steeds meer richting, waardoor de motivatie, zelfsturing en het gevoel van autonomie groeien, mits dit goed wordt begeleid.

## Zelfsturing toegepast in het onderwijs

Hoe ziet de onderwijspraktijk er uit als zelfsturing wordt toegepast? Binnen Fontys gebruikt een aantal opleidingen 'self-directed learning' als didactisch model. Binnen self-directed learning staat de ontwikkeling van betekenisvolle en praktijkgerichte kennis en vaardigheden van de student centraal en is er sprake van individuele leerwegen en acties die voor de student op het juiste moment in het leerproces komen ('just in time'-acties). De student ontwikkelt, bewandelt en evalueert zijn eigen leerproces, terwijl de docent de student stimuleert en coacht in het ontwikkelen van zijn eigen leerweg. De student is eigenaar van het leerproces en verantwoordelijk voor het resultaat (Van Pelt, Van Wijchen & Dijkstra, 2017).

Self-directed learning gaat uit van een sociaal constructivistische en connectivistische (Siemens, 2005) visie op leren. De dialoog tussen studenten, coaches, experts en organisaties uit het werkveld is essentieel bij kennis-creatie en bij leren: van en met elkaar leren. De rol van de docent als kennisleverancier verschuift binnen self-directed learning naar de docent als coach. De coach stimuleert zelfsturing van de student en geeft de student regie over zijn ontwikkeling. Een transitie van antwoorden geven naar vragen stellen (een participatieve benadering). De coach inspireert, daagt uit en geeft de student vertrouwen in zijn eigen kunnen (een afstemmende benadering).

Het Social Engaged Active Learning Lab (SEAL-L) van Fontys is een voorbeeld van zo'n self-directed learning-model. De student bepaalt zijn eigen leeruitkomsten en bereikt deze met hulp van medestudenten, coaches, experts en betrokken organisaties uit het werkveld (Cornelissen & Speetjens, 2015). Peerfeedback en werken aan 'challenges' of 'wicked problems' uit het werkveld spelen een belangrijke rol. Studenten werken bijvoorbeeld samen in gsmuleerde student-ondernemingen zoals die voorkomen in het betreffende werkveld. De onderneming kiest uit de vraagstukken die door het werkveld zijn aangeboden, die vraagstukken die ze willen oppakken. De studenten organiseren vervolgens zelf (voor iedere student meerdere) projectgroepen om



de vraagstukken op eigen wijze uit te werken. Zij zoeken daarnaast interne en externe experts om hun projecten inhoudelijk verder te helpen. De coaches vanuit de hogeschool zijn actief betrokken tijdens het werken, door het stellen van richtinggevende en ondersteunende vragen. Ondersteuning van het leerproces wordt vormgegeven in de vorm van wekelijkse 'stand-up', één a twee dialoog- en/of kennisdelingssessies en 'wrap-ups'. Gedurende zes maanden zijn een midterm-review en een showcase gepland. Alle genoemde activiteiten worden volledig door de studenten zelf voorzien van inhoud en vormgeving.

### ■ Zelfsturing toegepast bij onderwijs-innovatie

Autonomie-ondersteuning is belangrijk in het studiekeuzeproces en het onderwijs en kan ook een mooie plaats krijgen wanneer studenten actief betrokken worden bij de inrichting van hun studie of bij nieuwe Fontysbrede initiatieven. Om te kijken waar kansen liggen op het gebied van studiesucces, is een methodiek ontwikkeld waarbij wordt geanalyseerd in hoeverre de leeromgeving zo is vormgegeven dat studenten autonomie, verbondenheid en competentie kunnen ervaren. Er wordt ingegaan op vier elementen van de onderwijsomgeving: actief en betekenisvol leren, de organisatie en samenhang, sociale en academische integratie, en informatie en communicatie. De methodiek is zodanig ontwikkeld dat de inbreng van studenten centraal staat en hiermee dus een participatieve benadering wordt gehanteerd.

Als eerste stap wordt een kwantitatieve analyse uitgevoerd om te zien wat opvalt in de opleiding. In dialoogsessies onder begeleiding van een consultant studiesucces gaan studenten en docenten met elkaar in gesprek over deze analyse. Vervolgens wordt in kleine groepjes een dialoog gevoerd over een aantal stellingen rondom de hierboven genoemde vier elementen. Een voorbeeld van een stelling is in hoeverre studenten ervaren dat ze zelf keuzes kunnen maken in de opleiding, iets wat op het belang van zelfsturing wijst.

Binnen de dialoog is het belangrijk dat ieders ervaring als even waardevol wordt gezien en dat ieders inbreng actief gevraagd wordt. Op basis van alle gegevens en de dialoog worden de elementen benoemd die men graag in de opleiding wil behouden en die men wil verbeteren. Samen komen de studenten en docenten tot concrete acties om de kwaliteit van het onderwijsprogramma te verhogen. De gelijkwaardige dialoog wordt als erg waardevol ervaren. Wanneer studenten aan docenten aangeven wat voor hen belangrijk is, ontstaat er energie om bepaalde verbeteringen door te voeren. Studenten zijn dan vaak weer aangenaam verrast dat zij mee keuzes mogen maken. Ze vinden het heel goed en bijzonder dat ze zo betrokken worden bij ontwikkelingen in de opleiding en geven daarmee vorm aan hun eigen leeromgeving.

### ■ Conclusie

Studiesucces is complex. Fontys heeft ervoor gekozen om hier integraal aan te werken op basis van de Zelf-Determinatie Theorie. Vanuit studiesucces stimuleren we dat de drie basisbehoeften aan autonomie, verbondenheid en competentie overal worden toegepast. Op deze manier werk je aan een leeromgeving waarin studenten zelfsturend zijn en zichzelf en elkaar motiveren.

In november 2020 verschijnt bij Boom uitgevers Amsterdam het boek van Evelyne Meens: *Een leven lang kiezen. Het coachen van loopbaan- en levenskeuzes*.

### ■ Noot

1. Deze keuzecirkel (d.w.z. zelfsturing bij het maken van keuzes) wordt uitvoerig besproken in het boek: *Een leven lang kiezen* (Meens, in druk)

## Bronnen

- Aelterman, N., Vansteenkiste, M., Soenens, B., Haerens, L., & Reeve, J. (2017). Towards a fine-grained insight into motivating and demotivating teaching styles: The merits of a gradual approach. *Journal of Educational Psychology*, DOI, 10.
- Cornelissen, A. en Speetjens, J. (2015). *SEAL: Social Engaged Action Learning*. (unpublished).
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Deci, E.L. & Vansteenkiste, M. (2004). Self-determination theory and basic need satisfaction: Understanding human development in positive psychology. *Ricerche di Psicologia*, 27, 23-40.
- Hattie, J., Timperley, H. (2007). The Power of Feedback. *Review of Educational Research*, 77, 1, 81-112.
- Jacobs, N., Claes, N., & Vansteenkiste, M. (2007). *PreCardio: een autonomie-ondersteunende context?*
- Jolles, J. (2016). *Het tienerbrein: over de adolescent tussen biologie en omgeving*. Amsterdam University Press.
- Meens, E.E.M. (in druk). *Een leven lang kiezen. Het coachen van loopbaan- en levenskeuzes*. Amsterdam: Boom.
- Meens, E.E.M. (2018). *Motivation: Individual differences in students' educational choices and study success*. (Doctoral dissertation). Tilburg University.
- Meens, E. E.M., & Bakx, A. W.E.A. (2019). Student teachers' motives for participating in the teacher training program: a qualitative comparison between continuing students and switch students. *European Journal of Teacher Education*, 1-25.
- Meens, E.E.M., Bakx, A.W.E.A., Klimstra, T.A., & Denissen J.J.A. (2018). The association of motivation and identity with students' achievement in higher education. *Learning and Individual Differences*, 64, 54-70.
- Pelt, van, A., Wijchen, van, J. & Dijkstra, A. (2017). Onderwijs zonder opdrachten: leren in een Deltastroom. *OnderwijsInnovatie*, 3 (1), 17-20
- Ryan, R. M., & Deci, E.L. 2017. *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*. New York: Guilford Publications.
- Siemens, G. (2005). Connectivism: A learning theory for the digital age. *International Journal of Instructional Technology and Distance Learning*, 2(1).
- Van den Broek, A., de Korte, K., Cuppen, J., Wartenbergh, F., Bendig-Jacobs, J., Mulder, J., & Hellegers, A. (2018). *Monitor Beleidsmaatregelen 2017-2018: Studiekeuze, studiegedrag & leergedrag in relatie tot beleidsmaatregelen in het hoger onderwijs*. Nijmegen: ResearchNed.
- Vansteenkiste, M., & Soenens, B. (2015). *Vitamines voor groei: ontwikkeling voeden vanuit de Zelf-Determinatie Theorie*. Acco.