

(Zelf)reguleren met Barend Last

Barend Last is schrijver, keynote spreker, docent, onderwijsmaker en auteur van het boek *Dat doe je toch niet alleen?! Van zelfregulerend leren naar samen (regu)leren*.



Wanneer ik helemaal eerlijk ben, hebben mijn ouders me achter de vorden moeten zitten, tot ik ruim van de middelbare school af was. Zelfregulerend leren was iets waarmee ik pas begon toen ik over de twintig was. Volgens Jelle Jolles, hoogleraar neuropsychologie en auteur van het boek *Het tienerbrein* is dat ook helemaal niet raar. Tieners kunnen nu eenmaal niet goed plannen en ze doen ook niet aan langetermijnplanning, dus waarom zouden ze leren? En dan moeten ze zelfregulerend leren...

Is zelfregulerend leren de zoveelste hype op onderwijsgebied?

Nee, dat is het niet. Onderzoek toont dat het kunnen reguleren van je leren ertoe doet. Maar, het voorvoegsel 'zelf' beschrijft de paradox dat (regu)leren een probleem is van de leerling. Leerlingen kunnen niet volledig zelfregulerend werken. Leren – althans in een formele onderwijscontext – doe je vrijwel altijd in interactie. En dat een leven lang; zelfs een hoogleraar van boven de zestig benut collega's en omgeving om te blijven leren. Kortom, 'zelfregulerend leren' is helemaal niet zo 'zelf'. Adequate 'co-regulatie', bestaande uit onder meer scaffolding, instructie, ondersteuning, oefenen, enzovoort, is essentieel en zou in het curriculum expliciet aandacht moeten krijgen.

Wat bedoel je met co-regulerend leren?

We kunnen co-reguleren op vakinhoud, maar ook op 'leren leren'. Dan heb je het simpel gezegd over doelen stellen, plannen, uitvoeren en reflecteren. Dat kunnen kinderen echt wel – mits met de juiste ondersteuning.

Bijvoorbeeld een doel formuleren: met de juiste vragen komt een kind tot een bruikbare doelstelling, daarvoor zijn allerlei werkvormen mogelijk. Reflectie is goed; maar die moet actiegericht, doelgericht en gedoseerd zijn. Als je na een les meteen weet wat er misgegaan is of wat niet goed werkte, en je bespreekt het met je begeleider of klasgenoot, dan word je er beter van. Dat doet ertoe, direct in dat moment. Dat staat haaks op het idee van bijvoorbeeld een reflectieverslag schrijven – laat staan dat beoordelen.

Hoe kan een docent het aanpakken om een leerling/student te co-reguleren?

Er zijn natuurlijk processen die zich intern afspelen maar ze worden, in elk geval in formeel onderwijs, aangewakkerd door anderen. In onderwijs gaat niets vanzelf, er is een continue begeleiding nodig, die een delicate balans vereist tussen sturen en loslaten. Dat is niet altijd gemakkelijk. Zorg daarom dat je zo snel mogelijk grip krijgt op de regulerende capaciteiten van je leerlingen, want te veel sturen werkt voor de sterk regulerende leerlingen averechts, net zoals te veel loslaten slecht kan uitpakken voor hen die veel sturing behoeven.

Hoe motiveer je je leerlingen?

Motivatatie en regulatie overlappen. Motivatie is als het ware de motor van je acties, maar je moet die drijfkracht omzetten naar doelgerichte actie, door kaders te bieden waarbinnen leerlingen de vrijheid hebben om hun werk goed te doen. Daarbij leiden succeservaringen tot motivatie, niet per se anders-

om. Creëer dus leertaken met expliciete aandacht voor effectieve leerstrategieën, op het juiste niveau.

En let op: wanneer je vanuit nieuwsgierigheid op zoek gaat naar nieuwe dingen beklijft de kennis veel beter, dan wanneer je informatie oplegt en leren afdwingt vanuit een overmatig controlerende aanpak. Wanneer je leerlingen immers niet boeit, beklijft de overgebrachte kennis minder goed. Daar hebben we nog wel wat in te verbeteren in de praktijk.

Het mooie van co-regulatie is: iedereen leert én reguleert altijd, en iedereen kan elkaar co-reguleren. Niet alleen de leerlingen maar ook de onderwijsgevers zelf. Maak dat dan ook zichtbaar. Nog te vaak verwachten we wel van leerlingen dat ze in een leerhouding komen, maar geven we zelf niet het goede voorbeeld. Wanneer je het leren van leraren ook als co-regulatie ziet, wordt de hele school er beter van. Maar dat is iets voor een volgend artikel. ●