

Studiecoaching: tools

Sara Backx - Hanne Van Balen – Gert Vanthournout

13 december 2022



Leerdoelen

Op het einde van deze oefensessie kan je:

- een LEMO groepsrapport interpreteren
- een student coachen aan de hand van een individueel LEMO feedbackrapport
- een student coachen rond studieplanning



Feedbackrapporten LEMO

- Vorm een groepje van 5 personen
- Neem de 2 rapporten individueel door
- Bespreek elk rapport in groep a.d.h.v. de richtvragen
- Duid een verslaggever aan voor de plenaire terugkoppeling



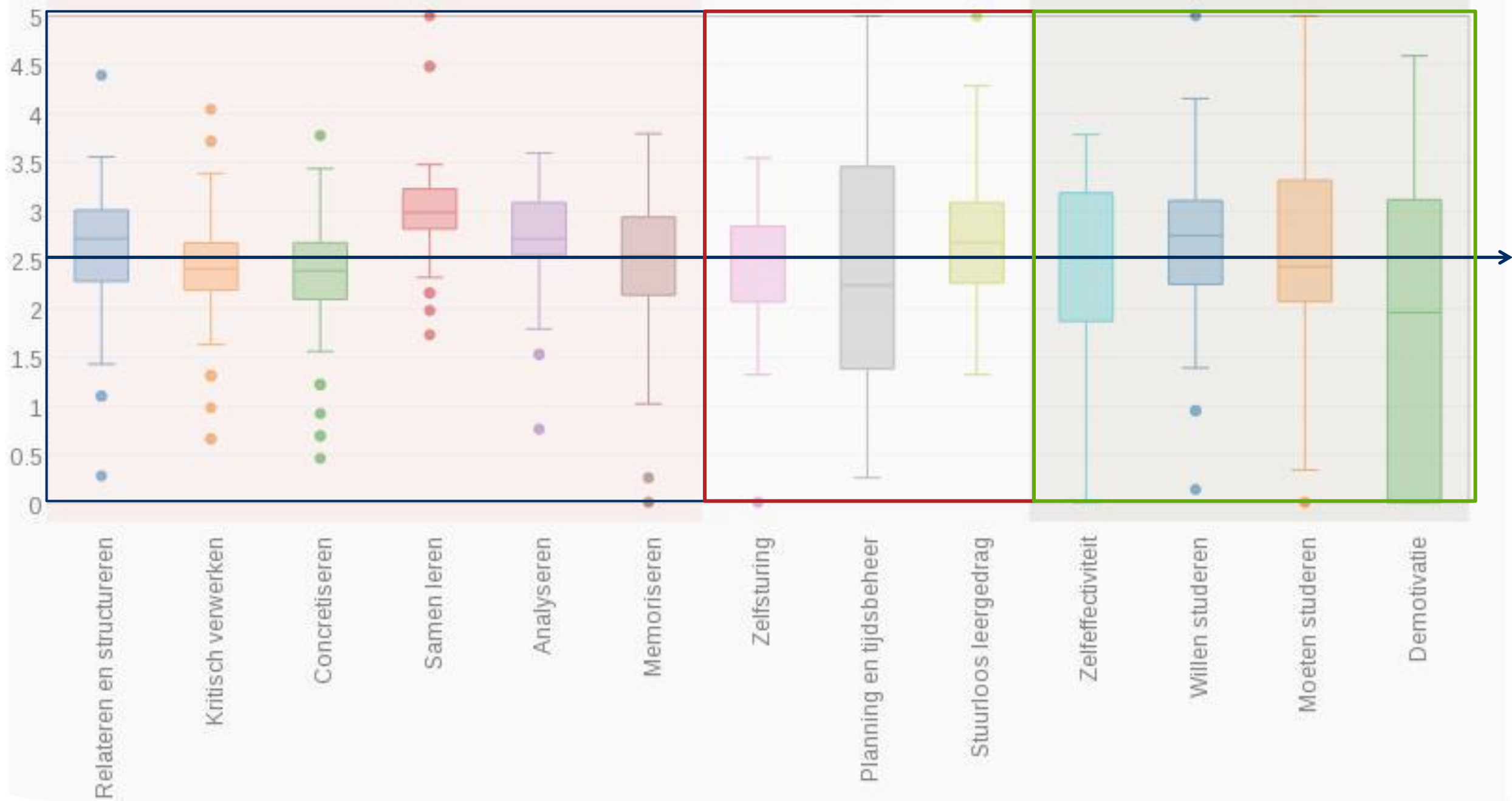
Richtvragen

- **Wat valt op in het rapport?**
- **Waar zou jij aandacht aan besteden?**
- **Groepsrapport:**
 - als docent: hoe zou je je manier van lesgeven aanpassen aan dit groepsprofiel
 - als begeleider: welke studietips kan je deze groep geven
- **Individueel rapport:**
 - welke vragen zou je stellen aan deze student?
 - zijn er zaken waarop je zou doorvragen?
 - welke studietips zou je deze student geven? Eventueel toegepast op jouw vak?
- **Waar liggen je grenzen? Zou je doorverwijzen? Naar wat of wie?**



Wat nemen we mee: groepsrapport?

- Aanpak: risicoprofiel -> algemene trends -> individuele studenten
- Risicoprofiel: geen afwijkende percentages
- Trends: samenvattende maten of boxplots
- Individuele studenten: Spelen met excel filters en rangschikken





Wat nemen we mee: groepsrapport?

- Typisch rapport eerstejaarsstudenten. Alles middelt uit
- Verwerkingsstrategieën adequaat voor eerstejaarsstudenten
- Variatie in motivationele drijfveren. Scores op moeten studeren vrij hoog
- Sturingsstrategieën: veel variatie op planning. Stuurloos homogeen hoog
- Individueel: combinatie knipperlichten uitnodigen

VERWERKING



3,88/5

RELATEREN & STRUCTUREREN

Structuur aanbrengen in je leerstof.



4,04/5

KRITISCH VERWERKEN

Nadenken over wat je studeert.



4,24/5

CONCRETISEREN

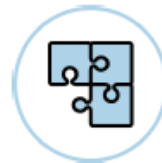
De leerstof koppelen aan je eigen leefwereld.



1,21/5

SAMEN LEREN

Leren van elkaar en met elkaar.



3,59/5

ANALYSEREN

Je leerstof in stukken opdelen en die stap voor stap verwerken.



3,19/5

MEMORISEREN

Leerinhouden reproduceren.

STURING



1,73/5

ZELFSTURING

De eigen organisatie van je studieproces (wanneer en hoe).



2,87/5

PLANNING EN TIJDSBEHEER

Je stelt je werk zo min mogelijk uit.



1,59/5

STUURLOOS LEERGEDRAG

Geen controle over het eigen studieproces.

MOTIVATIE



0,46/5

ZELFEFFECTIVITEIT

Geloven in je eigen kunnen; tevreden zijn over je manier van studeren.



4,15/5

WILLEN STUDEREN

Studeren omdat je het zelf helemaal wil.



3,78/5

MOETEN STUDEREN

Studeren omdat anderen dit van jou verwachten of vanuit interne druk.



4,45/5

DEMOTIVATIE

Geen zin om inspanningen te leveren voor je studieproces.



Wat nemen we mee: individueel rapport?

- grote variatie scores
- verwerkingsstrategieën: verwerken goed, te veel memoriseren, samen leren moeilijk, waarom?
- sturingsstrategieën: planning KT/LT, uitstelgedrag?
- motivatie: intrinsieke motivatie o,k geen geloof eigen kunnen, externe druk, demotivatie, waarom?

➔ voldoende doorvragen!
vaardigheden of psychologisch?

Troubleshooting tools studieplanning

- Vorm een groepje van 5 personen
- Neem de cases individueel door
- Bespreek in groep a.d.h.v. de richtvragen
- Duid een verslaggever aan voor de plenaire terugkoppeling





Richtvragen

- Wat valt op in deze cases?
- Wat is het struikelblok van deze student?
- Welke vragen zou je stellen aan deze student?
- Welk advies zou je deze student geven?
- Zou je deze student doorverwijzen? Waarom? Zo ja, naar waar?

Case 1:

Nadia is generatiestudent. Op de middelbare school moest ze nooit veel energie in haar vakken steken om goede resultaten te behalen. Het is eind november en Nadia is aan de slag gegaan met de EHBP en de examenplanner. Nu is ze in paniek want ze merkt dat ze veel tijd te kort komt.



Wat nemen we mee?

- Uitstelgedrag: optimistisch of passieve faalangst?
- Afweging tijd die nodig is en tijd die ze heeft: keuzes maken!
- SMART inplannen

Case 2:

Kris is een uitstekende student, hij houdt al zijn leerstof zeer goed bij vanaf de eerste les. Hij steekt elk vrij uur in zijn studie. Half december merkt hij dat het studeren hem steeds zwaarder valt. Hij voelt zich moe, niet meer gemotiveerd en ziet de examens niet zitten, ondanks al zijn voorbereidingen. Hij gebruikt al sinds het begin van het academiejaar de EHBP, maar nu merkt hij dat hij zelfs achter begint te lopen op zijn planning. Daarom heeft hij nog geen examenplanning durven maken.



Wat nemen we mee?

- Actieve faalangst escaleert
- Omslag naar burn-out of passieve faalangst?
- Burn-out: keuzes maken
- Passieve faalangst: evenwichtige planning

Case 3:

Revital zit in haar tweede bachelor, met enkele vakken van vorig jaar. Ze merkt dat ze keer op keer niet goed voorbereid is op de examens en wil hier iets aan doen. Uit het eerste gesprek blijkt alvast dat haar studiemethode goed is, maar ze komt telkens tijd te kort. Ze blijft tot op het einde de leerstof verwerken en slaagt er niet in om de vakken ook echt te memoriseren en te herhalen. Ze wil graag hulp bij het maken van een goede studieplanning, maar geeft aan dat ze slechte ervaringen heeft met plannen. Ze houdt niet van de rigide tijdsindeling van een planning en wil graag op een spontane manier kunnen leven en studeren.



Wat nemen we mee?

- Weerstand planning, gebrek aan planningsvaardigheden
- Hoe belangrijk is studie? Oorzaak?
- Flexibel leren plannen:
 - Buffertijd
 - Ontspanning open laten
 - Weekdoelen ipv SMART
 - Hoeveel ipv wat
 - Reverse engineering: lange termijn!



Meer weten?

- www.uantwerpen.be/ECHO
- Pintra: Infocenter Ondersteuning Studenten: coachen + Ondersteuning bij studie
- Gert.vanthournout@ap.be