

Overzicht schalen met bijbehorende stellingen

Zelfregulatietool

Toelichting op de 15 schalen zelfregulatie

Schaal	Toelichting
1. Taakanalyse	Deze schaal geeft aan in hoeverre leerlingen voorkennis activeren, de taak bekijken op moeilijkheid en zien wat er van ze gevraagd wordt met deze opdracht.
2. Planning	Planning heeft betrekking op de planningsvaardigheden van leerlingen, bijvoorbeeld een tijdsindeling maken.
3. Oppervlakkige leerstrategieën	Oppervlakkige leerstrategieën hebben betrekking op kennis uit het hoofd leren, zoals woordjes steeds herhalend opnoemen.
4. Diepgaande leerstrategieën	Diepgaande leerstrategieën hebben betrekking op samenvattingen maken van de leerstof of de stof bewust koppelen aan eerder opgedane kennis.
5. Doorzettingsvermogen	Deze schaal meet het doorzettingsvermogen en de concentratie van de leerling.
6. Monitoring	Deze schaal geeft aan in hoeverre leerlingen nadenken over de manier van werken tijdens het maken van de opdracht.
7. Motivatiestrategieën	Motivatiestrategieën gebruikt een leerling om zichzelf te (blijven) motiveren tijdens het maken van de opdracht.
8. Zelfevaluatie – productevaluatie	Dit type zelfregulatie gaat over de evaluatie van de opdracht (het product).
9. Zelfevaluatie – procesevaluatie	Dit type zelfregulatie gaat over de evaluatie van het proces van de opdracht.
10. Externe regulatie	Externe regulatie houdt in dat leerlingen aan school werken omdat dit moet van bijvoorbeeld ouders of docenten. Dit type motivatie geeft aan in hoeverre leerlingen aan school werken omdat er een beloning tegenover staat of om negatieve gevolgen te vermijden.
11. Geïntrojecteerde regulatie	Geïntrojecteerde regulatie houdt in dat leerlingen aan school werken omdat dit van hen verwacht wordt door ouders of docenten.
12. Geïdentificeerde regulatie	Geïdentificeerde regulatie geeft aan in hoeverre leerlingen aan school werken omdat zij dat zelf belangrijk vinden.
13. Interne regulatie	Intrinsieke motivatie geeft aan in hoeverre leerlingen aan school werken voor het plezier en de voldoening die dat geeft. Intrinsiek gemotiveerde leerlingen voeren de taak uit voor het plezier en de voldoening die het uitvoeren van de taak hen geeft.
14. Zelfeffectiviteit regulatie	Dit is een inschatting van de leerling over hoe goed hij zijn eigen leerproces kan reguleren.
15. Zelfeffectiviteit motivatie	Dit is een inschatting van de leerling over hoe goed hij zichzelf kan motiveren tijdens het leren.

Overzicht schalen met bijbehorende stellingen

Schaal		Stelling
Taakanalyse	1	Voor ik begin aan mijn schoolwerk, lees ik de opdracht goed.
Taakanalyse	2	Voor ik begin aan mijn schoolwerk, vraag ik me af: 'Waarover gaat het? Wat weet ik er al over?'.
Taakanalyse	3	Voor ik begin aan mijn schoolwerk, vraag ik me af: 'Herken ik dit soort opdracht?'.
Taakanalyse	4	Als ik een opdracht moet doen die ik al eens gedaan heb, vraag ik me af: 'Hoe heb ik het toen gedaan? Was dat een goede manier?'.
Taakanalyse	5	Voor ik begin aan mijn schoolwerk, vraag ik me af: 'Wat vind ik er van (leuk, moeilijk, interessant, ...)?'.
Taakanalyse	6	Voor ik begin aan mijn schoolwerk, vraag ik me af: 'Zal het mij lukken?'.
Planning	7	Voor ik begin aan mijn schoolwerk, kijk ik wat ik eerst ga doen en wat ik daarna ga doen.
Planning	8	Als ik mijn schoolwerk moeilijk vind, plan ik er meer tijd voor.
Planning	9	Bij een grote taak of les, begin ik enkele dagen van te voren en doe ik elke dag een stukje.
Planning	10	Voor ik begin aan mijn schoolwerk, kijk ik hoelang ik er aan zal werken.
Oppervlakkige leerstrategieën	11	Tijdens het leren, lees of zeg ik alles opnieuw tot ik het ken.
Oppervlakkige leerstrategieën	12	Tijdens het leren, schrijf ik alles opnieuw tot ik het ken.
Oppervlakkige leerstrategieën	13	Tijdens het leren, dek ik een deel van de les af en probeer ik het op te zeggen.
Oppervlakkige leerstrategieën	14	Tijdens het leren, herhaal ik het tot ik het helemaal ken.
Diepgaande leerstrategieën	15	Tijdens het leren, probeer ik wat ik moet leren na te vertellen in mijn eigen woorden.
Diepgaande leerstrategieën	16	Tijdens het leren, maak ik een samenvatting.
Diepgaande leerstrategieën	17	Tijdens het leren, gebruik ik geheugensteuntjes of trucjes om iets beter te onthouden.
Diepgaande leerstrategieën	18	Als ik iets nieuws leer, leg ik het verband met wat ik al van vroeger weet.
Diepgaande leerstrategieën	19	Ik zoek voorbeelden bij wat ik moet leren.
Diepgaande leerstrategieën	20	Ik maak zelf vraagjes en na het leren los ik deze vraagjes op.
Diepgaande leerstrategieën	21	Tijdens het leren, maak ik een schema of een mind map (woordenspin).
Diepgaande leerstrategieën	22	Tijdens het leren, duid ik de belangrijkste dingen aan of schrijf ik ze op.
Diepgaande leerstrategieën	23	Tijdens het leren, kijk ik wat belangrijk en wat minder belangrijk is.
Diepgaande leerstrategieën	24	Tijdens het leren, zoek ik naar de betekenis van moeilijke woorden.
Doorzettingsvermogen	25	Ook als ik liever andere dingen wil doen, begin ik aan mijn schoolwerk.
Doorzettingsvermogen	26	Ook als ik mijn schoolwerk moeilijk of saai vind, doe ik mijn best.
Doorzettingsvermogen	27	Ook als ik liever andere dingen wil doen, werk ik mijn schoolwerk af.

Dit onderzoeksinstrument is ontwikkeld door onderzoekers en gebruikt in het landelijke onderzoek Doorbraakproject Onderwijs & ICT, uitgevoerd door Oberon, Universiteit Utrecht en Universiteit Leiden. Wijzigingen, bijvoorbeeld in vraagstelling of volgorde, kunnen er mogelijk toe leiden dat de resultaten niet goed te analyseren of vergelijken zijn. Meer hierover is te lezen in de beschrijving van het onderzoeksinstrument.

Schaal		Stelling
Doorzettingsvermogen	28	Ik hou vol tot mijn schoolwerk af is.
Doorzettingsvermogen	29	Tijdens mijn schoolwerk, werk ik aandachtig en laat ik me niet afleiden.
Doorzettingsvermogen	30	Als ik afgeleid ben tijdens mijn schoolwerk, probeer ik snel weer verder te werken.
Monitoring	31	Tijdens mijn schoolwerk, vraag ik me af: 'Lukt het goed op deze manier?'.
Monitoring	32	Als ik merk dat iets niet lukt, probeer ik het op een andere manier aan te pakken.
Monitoring	33	Tijdens mijn schoolwerk, vraag ik me af: 'Begrijp ik nog alles?'.
Monitoring	34	Tijdens mijn schoolwerk, vraag ik me af: 'Heb ik nog genoeg tijd?'.
Monitoring	35	Tijdens mijn schoolwerk, kijk ik tussendoor wat ik al gedaan heb en hoeveel ik nog moet doen.
Monitoring	36	Tijdens mijn schoolwerk, volg ik mijn planning.
Monitoring	37	Tijdens mijn schoolwerk, vraag ik me af: 'Wat vind ik moeilijk? Wat moet ik nog eens oefenen?'.
Motivatiestrategieën	38	Tijdens mijn schoolwerk, motiveer ik mezelf om verder te werken.
Motivatiestrategieën	39	Tijdens mijn schoolwerk, zeg ik tegen mezelf: 'Nog even en je bent klaar.'
Motivatiestrategieën	40	Tijdens mijn schoolwerk, zeg ik tegen mezelf: 'Je kan het! Doe maar verder!'.
Motivatiestrategieën	41	Tijdens mijn schoolwerk, denk ik aan redenen waarom het belangrijk is om dit schoolwerk te doen.
Zelfevaluatie - productevaluatie	42	Na mijn schoolwerk, kijk ik mijn antwoorden na.
Zelfevaluatie - productevaluatie	43	Na mijn schoolwerk, kijk ik of ik niets vergeten ben.
Zelfevaluatie - productevaluatie	44	Na mijn schoolwerk, kijk ik of ik alles gedaan heb wat gevraagd werd.
Zelfevaluatie - procesevaluatie	45	Na mijn schoolwerk, vraag ik me af: 'Heb ik dit op een goede manier gedaan?'.
Zelfevaluatie - procesevaluatie	46	Na mijn schoolwerk, vraag ik me af: 'Zal ik het de volgende keer op dezelfde manier doen of kies ik beter een andere manier?'.
Zelfevaluatie - procesevaluatie	47	Na mijn schoolwerk, vraag ik me af: 'Is het goed gegaan?'.
Zelfevaluatie - procesevaluatie	48	Na mijn schoolwerk, vraag ik me af: 'Wat vond ik ervan (leuk, moeilijk, saai, interessant, ...)?'

Schaal		Stelling
		Ik doe mijn best voor school...
Externe regulatie	49	... omdat ik dat moet doen van anderen (ouders, juf, meester, ...).
Externe regulatie	50	... omdat anderen (ouders, juf, meester, ...) me verplichten om dat te doen.
Externe regulatie	51	... omdat anderen (ouders, juf, meester, ...) me dwingen dat te doen.
Geïntrojecteerde regulatie	52	... omdat ik me schuldig zou voelen als ik niet mijn best zou doen.
Geïntrojecteerde regulatie	53	... omdat ik me zou schamen als ik niet mijn best zou doen.
Geïntrojecteerde regulatie	54	... omdat ik wil dat anderen (ouders, vrienden, juf, meester, ...) denken dat ik slim ben.
Geïntrojecteerde regulatie	55	... omdat ik aan anderen (ouders, vrienden, juf, meester, ...) wil tonen dat ik een goede leerling ben.
Geïdentificeerde regulatie	56	... omdat ik nieuwe dingen wil bijleren.
Geïdentificeerde regulatie	57	... omdat ik dat belangrijk vind voor later.
Geïdentificeerde regulatie	58	... omdat ik dat nuttig vind voor mezelf.
Geïdentificeerde regulatie	59	... omdat ik dat zelf belangrijk vind.
Interne regulatie	60	... omdat ik het boeiend vind.
Interne regulatie	61	... omdat ik het leuk vind.
Interne regulatie	62	... omdat ik dat heel graag doe.

Schaal		Stelling
		Ik ben goed in...
Zelfeffectiviteit - zelfregulatie	63	... vooraf nadenken op welke manier ik mijn schoolwerk ga aanpakken.
Zelfeffectiviteit - zelfregulatie	64	... vooraf mijn schoolwerk plannen.
Zelfeffectiviteit - motivatie	65	... mezelf motiveren om aan mijn schoolwerk te beginnen.
Zelfeffectiviteit - motivatie	66	... mezelf motiveren om mijn schoolwerk af te werken.
Zelfeffectiviteit - motivatie	67	... mijn schoolwerk maken, ook al vind ik het saai of moeilijk.
Zelfeffectiviteit - zelfregulatie	68	... aandachtig werken tijdens mijn schoolwerk.
Zelfeffectiviteit - motivatie	69	... volhouden tijdens het maken van mijn schoolwerk.
Zelfeffectiviteit - zelfregulatie	70	... weten wat belangrijk en minder belangrijk is tijdens het leren.
Zelfeffectiviteit - zelfregulatie	71	... belangrijke dingen aanduiden tijdens het leren.
Zelfeffectiviteit - zelfregulatie	72	... het verband leggen tussen iets nieuws dat ik leer en wat ik al weet van vroeger.
Zelfeffectiviteit - zelfregulatie	73	... een schema of mind map (woordenspin) maken tijdens het leren.
Zelfeffectiviteit - zelfregulatie	74	... mijn manier van werken veranderen als iets niet goed gaat tijdens mijn schoolwerk.
Zelfeffectiviteit - zelfregulatie	75	... mijn schoolwerk zelf controleren.

Vandevelde, S., Keer, H. van, Rosseel, Y. (2013). *Measuring the complexity of upper primary school children's self-regulated learning: A multi-component approach. Contemporary Educational Psychology, 38, 407-425.*

Dit onderzoeksinstrument is ontwikkeld door onderzoekers en gebruikt in het landelijke onderzoek Doorbraakproject Onderwijs & ICT, uitgevoerd door Oberon, Universiteit Utrecht en Universiteit Leiden. Wijzigingen, bijvoorbeeld in vraagstelling of volgorde, kunnen er mogelijk toe leiden dat de resultaten niet goed te analyseren of vergelijken zijn. Meer hierover is te lezen in de beschrijving van het onderzoeksinstrument.