

Leidraad Zelfregulerend leren studeren

In de klas, met het team, als hele school



**HOGESCHOOL
ROTTERDAM**

Toekomstmakers

Rotterdam, 11 mei 2026

Auteurs van deze publicatie zijn: Monique de Bruijn-Smolders, Lex Freund, Cemile Arioz-Tumkaya, Hannah de Boer, Claudia Gomes, Agnes van der Haar-Weber, Henri Herwaarden, George Hlavacs, Saskia Lavooij, Kim Niersman, Suzanne Melfor, Freek van Puffelen, Esther Rijnsburger, Andries Vroegrijk, Ellis Wertenbroek, Özlem Yurtkap, Jean-Marie Schmidt, Patrick Sins.

Kenniskring Zelfregulerend leren
Kenniscentrum Talentontwikkeling
Hogeschool Rotterdam

Woord vooraf

Beste lezer,

Deze *Leidraad zelfregulerend leren studeren. In de klas, met het team, als hele school.* is bedoeld voor opleidingsteams, individuele docenten, adviseurs, onderwijsmanagers, onderzoekers, beleidsmakers, bestuurders en overige geïnteresseerden; Voor iedereen die studenten aan hogescholen, universiteiten, instellingen voor middelbaar beroepsonderwijs, optimaal in staat wil stellen zelfregulerend te leren studeren voor studentsucces.

Bij zelfregulerend leren gaat het om vaardigheden zoals doelen bepalen, plannen, jezelf motiveren en je motivatie op peil weten te houden. Vaardigheden die studenten kunnen leren inzetten voor studentsucces, een leven lang leren, duurzame inzetbaarheid. De leidraad biedt tools, tips en voorbeelden, direct in te zetten in de praktijk ter versterking van zelfregulerend leren. Handvatten voor zelfregulerend leren, onderbouwd met wat we weten vanuit de wetenschap en de praktijk.

De leidraad is geschreven door de Kenniskring zelfregulerend leren Hogeschool Rotterdam, experts zelfregulerend leren waaronder docenten, adviseurs, onderzoekers, managers, die een duurzame lerende cultuur zelfregulerend leren nastreven aan Hogeschool Rotterdam, het hoger onderwijs, het middelbaar beroepsonderwijs. Eén waarin alle studenten optimaal in staat worden gesteld zelfregulerend te leren studeren voor studentsucces. In dit kader heeft de Kenniskring zelfregulerend leren de afgelopen jaren activiteiten ontplooid zoals het ontwikkelen van integrale onderwijsaanpakken, professionalisering, onderzoek en het schrijven van deze leidraad. Praktijkvragen zijn tot nu toe grotendeels opgepakt vanuit Hogeschool Rotterdam, de thuisbasis van deze kenniskring. Als het gaat om de praktijkvoorbeelden in deze eerste versie van de leidraad betreffen deze daarom veelal nog evidence-informed practices aan Hogeschool Rotterdam.

Met behulp van de leeswijzer (pagina's 9-12), is deze gericht in te zien en te gebruiken, afhankelijk van ieders unieke onderwijsvraag. Benieuwd naar voorbeelden? Zie de [Webpagina zelfregulerend leren studeren](#)¹ voor korte video's waarin collega's vertellen hoe zij aan de slag zijn gegaan met welk deel van de leidraad.

Studenten optimaal in staat stellen zelfregulerend te leren studeren, dat kunnen wij niet alleen. Deze leidraad biedt daarom zowel handvatten voor individuele onderwijsprofessionals als voor samen leren werken aan integrale, duurzame en inclusieve aanpakken zelfregulerend leren; In de klas, met het team, als hele school.

“Deelaanpakken werken; deels. Dat is niet anders voor zelfregulerend leren. Er is een hele school nodig om studenten te leren studeren.”

Namens de Kenniskring [Zelfregulerend leren Hogeschool Rotterdam](#), veel leesplezier toegewenst

Monique de Bruijn-Smolers, voorzitter Kenniskring Zelfregulerend leren
m.de.bruijn-smolders@hr.nl

¹ <https://www.hogeschoolrotterdam.nl/onderzoek/lectoren/talentontwikkeling/medewerkers/bruijn-smolders-msc.-monique-de/leidraad-zelfregulerend-leren/>

Inhoudsopgave

Woord vooraf	2
1. Inleiding	6
1.1 Waaron is zelfregulerend leren belangrijk?.....	6
1.2 In hoeverre beheersen studenten vaardigheden voor zelfregulerend leren?.....	6
1.3 Hoe kunnen wij onze studenten ondersteunen in zelfregulerend leren?.....	6
1.4 Hoe kunnen wij samen integrale, inclusieve en duurzame aanpakken zelfregulerend leren voor studentsucces leren ontwikkelen?.....	7
1.5 Een hele schoolaanpak zelfregulerend leren.....	7
1.6 Hoe is dit document opgebouwd?.....	8
1.7 Hoe verder met deze leidraad?.....	8
1.8 Leeswijzer.....	9
2. Pedagogisch–didactische inhoudskennis: Actuele kennis over zelfregulerend leren (–interventies), in de klas	13
2.1 Zelfregulerend leren (–interventies), literatuurbevindingen.....	15
2.1.1 Een persoonlijk studentenverhaal.....	15
2.1.2 Zelfregulerend leren, zelfregulerende componenten, zelfregulerende vaardigheden.....	15
2.1.2 Zelfregulerende vaardigheden voor studiesucces in het hoger onderwijs.....	16
2.1.3 Model zelfregulerende vaardigheden voor studiesucces in het hoger onderwijs: doelbepaling, zelfregulerende vaardigheden voor doelgerichte leerbereidheid.....	17
2.1.4 Toegankelijke werken zelfregulerend leren (interventies).....	22
2.1.5 Vragenlijst Zelfregulerend leren voor studiesucces.....	22
2.1.6 Jaargroepuitslag vragenlijst zelfregulerende vaardigheden voor studiesucces.....	24
2.2 Zelfregulerend leren, studentsucces en studentbehoefte.....	25
2.2.1 Wat weten we over zelfregulerend leren van studenten vanuit 10 jaar onderzoek hiernaar aan HR?.....	25
2.2.2 Wat weten we over zelfregulerend leren studeren van studenten, vanuit het 100 dagen HR-onderzoek?.....	26
2.2.3 Wat weten we over het zelfregulerend leren van studenten vanuit de Studentenwelzijnsmonitor 2024- 2025?.....	26
2.3 Samenvattend. Pedagogisch–didactische inhoudskennis: Actuele kennis over zelfregulerend leren (–interventies) (in de klas). Wat vraagt dit van het opleidingsteam?.....	27
3. Pedagogisch–Didactisch handelen: Op maat ondersteunen van studenten bij zelfregulerend leren, in de klas	28
3.1 (In–)directe instructie in zelfregulerend leren.....	28
3.2 Expliciete docent–instructie van zelfregulerende vaardigheden.....	30
3.3 Didactisch coachen vanuit hoge verwachtingen.....	32
3.4 StuDiCoachen: Didactisch Coachen van zelfregulerend leren Studeren.....	32
3.5 Samenvattend. Pedagogisch–didactisch handelen in de klas. Wat vraagt dit van het opleidingsteam?.....	35
4. Op maat ondersteunen van zelfregulerend leren, online, met AI	36

4.1	De 'Ace Yourself app' voor studenten.....	36
4.2	AI-ondersteund StuDiCoachen in lijn met StuDiCoachen in de klas.....	38
4.3	Samenvattend. Pedagogisch-didactisch handelen online, met AI. Wat vraagt dit van het opleidingsteam?.....	39
5.	Betekenisvolle inbedding van zelfregulerend leren in de dagelijkse les, coaching, cursus, met het team	40
5.1	Quikstart: zelfregulerend leren ondersteunen in jouw aankomende les.....	40
5.2	Quikstart workshops leren studeren in de klas.....	41
5.3	Zelfregulerende vaardigheden integreren in de les, in coaching, een cursus, het curriculum met CIMO 42	
5.4	Toewerken naar een doorlopende leerlijn zelfregulerend leren.....	43
5.5	Samenvattend. Betekenisvolle inbedding van zelfregulerend leren in de dagelijkse les, coaching, cursus. Wat vraagt dit van het opleidingsteam en de curriculumcommissie?.....	45
6.	Lerend samen werken aan een gedeelde aanpak zelfregulerend leren in het dagelijks onderwijs, met het team: Van thema-expertise naar een integrale aanpak	46
6.1	De Leergang Zelfregulerend leren.....	46
6.1.1	Opbouw van de leergang Zelfregulerend leren – twee fasen.....	47
6.2	Leergang Didactisch Coachen voor zelfregulerend leren Studeren: StuDiCoachen.....	48
6.3	Leergang zelfanalyse zelfregulerend leren, in ontwikkeling.....	49
6.4	Leergang Zelfregulerend leren en leergang StuDiCoachen voor leidinggevend, in ontwikkeling.....	49
6.5	Op maat professionaliseringstrajecten.....	49
6.6	Samenvattend. Van thema-expertise zelfregulerend leren naar een integrale opleidingsaanpak zelfregulerend leren. Wat vraagt dit van het opleidingsteam en van studiegroepbegeleiders zelfregulerend leren?.....	50
7.	Op maat ondersteunen van onderwijsprofessionals bij zelfregulerend werken in de instelling, in lijn met zelfregulerend leren in de klas	51
7.1	Samenvattend. Op maat ondersteunen van onderwijsprofessionals bij zelfregulerend werken, in lijn met zelfregulerend leren in de opleiding/klas. Wat vraagt dit van de leider?.....	52
8.	Samen (leren) werken aan zelfregulerend leren integreren in de kwaliteitszorgcyclus in de instelling, en in (lijn met) het instellingskwaliteitsbeleid	53
8.1	Samenvattend. Samen (leren) werken aan zelfregulerend leren integreren in de kwaliteitszorgcyclus, en in (lijn met) het instellingskwaliteitsbeleid. Wat vraagt dit van het opleidingsteam, adviseurs, onderzoekers, beleidsmakers en bestuurders?.....	56
9.	Samen werken aan een gedragen teamvisie zelfregulerend leren, voor studentsucces	57
9.1	Werkvorm formuleren benodigde zelfregulerende vaardigheden studenten voor op te leiden beroep 58	
9.2	Samenvattend. Een gedragen (team-)visie zelfregulerend leren ontwikkelen voor studentsucces. Wat vraagt dit van het opleidingsteam?.....	59
10.	Leidraad zelfregulerend leren studeren. In de klas, met het team, als hele school. Wat weten we, hoe gaan we verder?	60
10.1	Hoe is deze leidraad tot stand gekomen?.....	60
10.2	Wat zijn onze ervaringen met de leidraad tot nu toe?.....	62
10.3	Hoe gaan (docenten-)teams aan de slag in de dagelijkse praktijk met de hele schoolaanpak zelfregulerend leren?.....	62
10.4	Hoe gaan we verder met deze leidraad?.....	64

TI. Bijlage. Leidraad zelfregulerend leren studeren: Een verbijzondering van de generieke kennisbasis en uitvoeringsprincipes onderwijskwaliteit en wel naar het kennisdomein Zelfregulerend leren.....	65
Bronnen.....	67

1. Inleiding

1.1 Waarom is zelfregulerend leren belangrijk?

Zelfregulerend leren verwijst naar zelfregulerende vaardigheden zoals plannen, aandacht vasthouden, jezelf motiveren, die studenten toepassen voor succesvol doelgericht leren. Van zelfregulerend leren studeren hebben studenten hun hele leven profijt. Namelijk, vanuit de wetenschap en vanuit de praktijk weten we dat zelfregulerend leren niet alleen voor studenten hun kans op diplomabehaling vergroot, maar ook hun plezier in leren en welzijn (e.g., De Bruijn-Smolders et al., 2016; 2026; Jansen et al., 2019; Panadero, 2017; Russell et al., 2020; Simón-Grábalos et al., 2025; Sins, 2023; Theobald, 2021). Bovendien draagt zelfregulerend leren bij aan een leven lang leren, duurzame inzetbaarheid en zo aan een vitale gemeenschap.

1.2 In hoeverre beheersen studenten vaardigheden voor zelfregulerend leren?

Helaas weten we ook dat studenten een tekort aan zelfregulerende vaardigheden ervaren en dat dit niet alleen leidt tot onvoldoendes, studievertraging, studiestaking. Het vermindert het plezier in leren van studenten, leidt tot frustratie of erger: doet een aanslag op hun welzijn, blijkt bijvoorbeeld uit rapportages aan Hogeschool Rotterdam (Bajwa, 2025; Gomes, 2020; 2025).

Iedere student start de opleiding met een uniek pakket aan kennis en ervaring. Dat is niet anders voor zelfregulerende vaardigheden. In hoeverre startende studenten zelfregulerend kunnen leren, hangt af van de prioriteiten van hun voorbereidende opleiding, van wat zij hierin thuis al hebben ontwikkeld en in hun vrije tijd. Al met al is het moeilijk te zeggen met welke zelfregulerende vaardigheden studenten hun opleiding beginnen. Dit vraagt om een aanpak op maat. Echter, studenten op maat helpen zelfregulerend te leren studeren in de dagelijkse onderwijspraktijk is niet zo gemakkelijk.

1.3 Hoe kunnen wij onze studenten ondersteunen in zelfregulerend leren?

Hoewel we weten vanuit onderzoek dat 3-jarigen al op zekere hoogte zelfregulerend vaardig kunnen zijn, is het mooi vroeg te beginnen maar blijft het niet bij: "jong geleerd, oud gedaan". Zelfregulerend leren vraagt om doorlopende ontwikkeling. Duurzame ondersteuning vanuit de (leer-)omgeving is hierin cruciaal, wat vraagt om een holistische, integrale aanpak (Lucija et al., 2026). Als onderwijsprofessionals zijn wij dan ook allemaal nodig om studenten zelfregulerend te leren studeren: opleidingsteams, individuele docenten, adviseurs, managers, beleidsmakers, bestuurders.

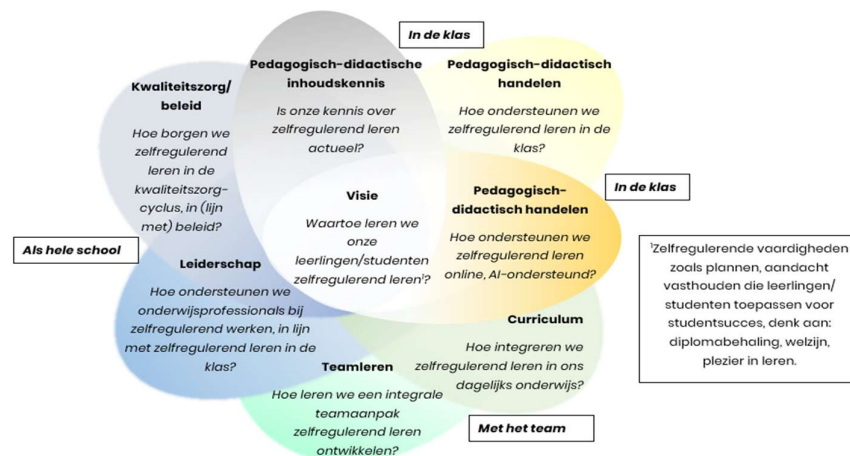
Een voorbeeld: Als een student instructie krijgt in zelfregulerend leren, maar hierna geen oefenmogelijkheden in het dagelijks onderwijs en aansluitende coaching krijgt, blijft het voor studenten bij een kennismaking met zelfregulerend leren. Nog een voorbeeld: Eén enthousiaste docent kan veel in beweging zetten, maar zonder betrokkenheid van het hele opleidingsteam, het management, onderwijsadviseurs en beleidsmedewerkers blijft de impact beperkt tot lokaal en is deze veelal kortdurend. De praktijk leert dat in een dergelijke situatie de vernieuwing langzaam en stilletjes weer vertrekt uit het dagelijks onderwijs of heel abrupt, samen met het vertrek van de betrokken docent.

1.4 Hoe kunnen wij samen integrale, inclusieve en duurzame aanpakken zelfregulerend leren voor studentsucces leren ontwikkelen?

Alle studenten optimaal in staat kunnen stellen zelfregulerend te leren in hun dagelijks onderwijs voor studentsucces, vraagt om een duurzame, integrale en inclusieve aanpak. Dit kunnen wij niet alleen, hiervoor zijn wij allen nodig als betrokkenen, belanghebbenden en geïnteresseerden. De hele schoolaanpak (*The Whole School Approach*) betreft een integrale benadering. Een aanpak die niet alleen behulpzaam is voor onderwijsprofessionals bij het verankeren van een vraagstuk zoals zelfregulerend leren in alle domeinen van een onderwijsinstelling, denk aan het pedagogisch-didactisch handelen, het curriculum, maar ook bij het versterken van de samenhang tussen deze domeinen. Door te werken vanuit de hele schoolaanpak wordt de veranderkracht die de organisatie rijk is benut én vergroot. Bovendien is de hele schoolaanpak een beproefde aanpak voor effectieve implementatie van interventies in de praktijk. Niet alleen in het onderwijs, ook in andere praktijken, denk aan de gezondheidszorg, het sociaal domein (Bauer & Kirchner, 2020; Cavanagh et al., 2024; Goldberg et al., 2019; Moir, 2018; Rogers, 2000).

1.5 Een hele schoolaanpak zelfregulerend leren

De hele schoolaanpak gebruikt het beeld van een bloem. De bloembladen geven de verbinding tussen de verschillende domeinen van de onderwijsinstelling weer die van invloed zijn op het leren, in dit geval het zelfregulerend leren. Om het samen denken, leren en werken aan het stapsgewijs integraal, duurzaam en inclusief aanpakken van zelfregulerend leren te stimuleren, zijn met de hele schoolaanpak acht onderwijsvragen geformuleerd (zie Figuur 1). Deze onderwijsvragen zijn richtinggevend geweest voor de totstandkoming van deze *Leidraad zelfregulerend leren studeren. In de klas, met het team, als hele school.*



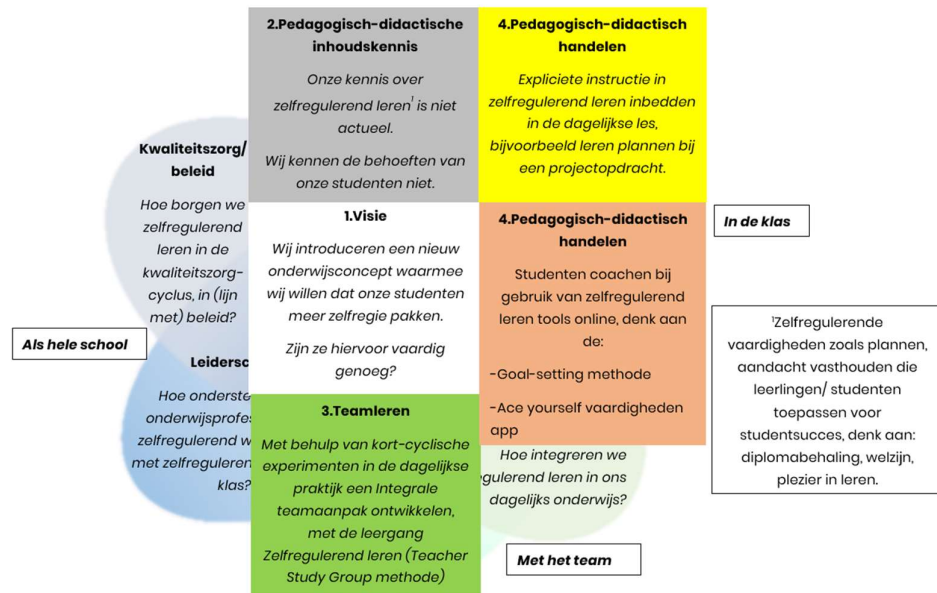
Figuur 1. Met een hele schoolaanpak (e.g. Cavanagh et al. (2024)) samen werken aan integrale, duurzame en inclusieve onderwijsaanpakken zelfregulerend leren. Omdat er een hele school nodig is om studenten optimaal in staat te stellen zelfregulerend te leren (De Bruijn-Smolders, 2026).

De onderwijsvragen die zijn geformuleerd met behulp van de hele schoolaanpak (Zie Figuur 1) zijn bewust niet genummerd, omdat ze niet bedoeld zijn als een recept of afvinklijst. Vanuit de praktijk hebben wij ervaren dat op geleide van de specifieke context een team start met één of meer onderwijsvragen vanuit Figuur 1. Deze leidraad is daarom zo ontwikkeld dat deze gericht is in te zien en te gebruiken, op maat; per bloemblaadje of voor het hart (Zie Figuur 1).

Iedere onderwijsvraag heeft geresulteerd in een uitvoeringsprincipe zelfregulerend leren: Een richtinggevend evidence-informed uitgangspunt gebaseerd op actuele inzichten vanuit de wetenschap en de praktijk, direct toe te passen in de eigen onderwijspraktijk. De leeswijzer onderaan dit hoofdstuk (pagina's 9-12) toont voor welk uitvoeringsprincipe in welk hoofdstuk dat deel van de leidraad kan worden ingezien en wat dit uitvoeringsprincipe vraagt van wie.

1.6 Hoe is dit document opgebouwd?

Na deze inleiding, komen in de hoofdstukken 2 tot en met 9 achtereenvolgens de acht onderwijsvragen aan bod, zoals getoond in de bloemblaadjes en in het hart van de bloem van de hele schoolaanpak (Zie Figuur 1). Na in ieder hoofdstuk ingegaan te zijn op steeds één onderwijsvraag, geformuleerd met de hele schoolaanpak, wordt in hoofdstuk 10 ingegaan op de hele schoolaanpak als geheel. Wat weten we en hoe gaan we verder? Specifiek wordt hierbij geïllustreerd hoe docenten(-teams) in de praktijk aan de slag gaan met de hele schoolaanpak, aan de hand van twee praktijkcasussen (Zie Figuur 2 voor een visualisatie van praktijkcasus 1 die centraal staat in hoofdstuk 10).





Figuur 2. Met een hele schoolaanpak (e.g.: Cavanagh et al., 2024) samen werken aan integrale, duurzame en inclusieve onderwijsaanpakken zelfregulerend leren. Omdat er een hele school nodig is om studenten optimaal in staat te stellen zelfregulerend te leren (De Bruijn-Smolters, 2026).

1.7 Hoe verder met deze leidraad?

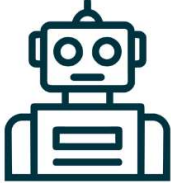

Het komende jaar monitoren wij hoe onderwijsprofessionals, denk aan docenten(teams), managers, adviseurs, onderzoekers, met deze leidraad aan de slag gaan. Wat waarderen zij hierin, wat missen zij nog? Ook bieden wij onderwijsprofessionals, denk aan docenten(-teams) op vraag hierin begeleiding aan. Wij actualiseren hierop deze *Leidraad zelfregulerend leren studeren. In de klas, met het team, als hele school*. Daarnaast halen wij continu evidence-informed practices op en tools die docenten(-teams), onderwijsprofessionals ontwikkelen in hun eigen onderwijspraktijk, waarmee wij deze leidraad aanvullen en actualiseren.

1.8 Leeswijzer



Tabel 1. Leeswijzer: Uitvoeringsprincipes zelfregulerend leren die respectievelijk centraal staan in de hoofdstukken 2 tot en met 9, met daarbij aangegeven wat dit vraagt van wie (Deel 1 van 5).

Hoofdstuk 2	
Klasniveau: Pedagogisch-didactische inhoudskennis Actuele kennis over zelfregulerend leren (interventies).	
Uitvoeringsprincipe	
Wij beschikken over actuele kennis over zelfregulerend leren (interventies).	
Wat vraagt dit van het opleidingsteam?	
<p>- Actuele kennis over zelfregulerend leren: Wat is zelfregulerend leren, wat zijn zelfregulerende componenten en zelfregulerende vaardigheden? Hoe draagt zelfregulerend leren bij aan studentsucces? Welke evidence-informed interventies zelfregulerend leren kun je (als team) inbedden in het dagelijks onderwijs, hoe?</p> <p>- Nagaan met studenten in hoeverre het hen lukt succesvol zelfregulerend te leren. Wat missen zij hierin qua ondersteuning van het opleidingsteam?</p> <p>- Je (team-)aanpak zelfregulerend leren aanpassen op basis van onderzoek naar wat studenten nodig hebben hierin voor succesvol leren.</p>	
Hoofdstuk 3	
Klasniveau: Pedagogisch-didactisch handelen Op maat ondersteunen van studenten bij zelfregulerend leren, in de klas.	
Uitvoeringsprincipe	
Wij ondersteunen onze studenten op maat bij zelfregulerend leren, in de klas.	
Wat vraagt dit van het opleidingsteam?	
<p>- Handlingsbekwaamheid in een uitgebreid pedagogisch-didactisch handelingsrepertoire zelfregulerend leren ontwikkelen. Denk aan expliciete instructie en didactisch coachen van zelfregulerend leren, in de klas en in studentcoaching. Een teamaanpak ontwikkelen die alle studenten optimaal in staat stelt zelfregulerend te leren voor studentsucces. Denk aan: diplomabehaling, persoonlijke ontwikkeling, plezier in leren, studentwelzijn.</p>	

Tabel 1. Leeswijzer: Uitvoeringsprincipes zelfregulerend leren die respectievelijk centraal staan in de hoofdstukken 2 tot en met 9, met daarbij aangegeven wat dit vraagt van wie (Deel 2 van 5).

Hoofdstuk 4	
<p>Klasniveau: Pedagogisch-didactisch handelen</p> <p>Op maat ondersteunen van studenten bij zelfregulerend leren, online, met AI.</p>	
Uitvoeringsprincipe	
<i>Wij ondersteunen onze studenten op maat bij zelfregulerend leren, online, met AI.</i>	
Wat vraagt dit van het opleidingsteam?	
<p>-Handelingsbekwaamheid in een uitgebreid pedagogisch-didactisch handelingsrepertoire zelfregulerend leren online, met AI, die aansluit bij de teamaanpak in de klas. Tezamen maakt dit een integrale aanpak zelfregulerend leren die alle studenten optimaal in staat stelt zelfregulerend te leren voor studentsucces.</p>	
Hoofdstuk 5	
<p>Opleidingsniveau: Curriculum</p> <p>Betekenisvolle inbedding van zelfregulerend leren in de dagelijkse les, coaching, cursus.</p>	
Uitvoeringsprincipe	
<i>Wij hebben zelfregulerend leren geïntegreerd in ons curriculum, als een doorlopende leerlijn; aansluitend op voorbereidend- en vervolgonderwijs.</i>	
Wat vraagt dit van het opleidingsteam en van de curriculumcommissie?	
<p>-Als opleidingsteam: De les, coaching, cursus, het curriculum, zodanig herontwerpen dat zelfregulerend leren integraal en betekenisvol is ingebed in het dagelijks onderwijs, gekoppeld aan leerdoelen en beoogde leeruitkomsten, gericht op beroepstaken in authentieke, contextrijke situaties.</p> <p>-Als curriculumcommissie: Een doorlopende leerlijn zelfregulerend leren ontwikkelen, aansluitend op het voorbereidend onderwijs en voorbereidend op het toekomstig beroep en vervolgonderwijs.</p>	

Tabel 1. Uitvoeringsprincipes zelfregulerend leren die respectievelijk centraal staan in de hoofdstukken 2 tot en met 9, met daarbij aangegeven wat dit vraagt van wie (Deel 3 van 5).

Hoofdstuk 6	
Opleidingsniveau: Teamleren en thema-expertise Van thema-expertise zelfregulerend leren naar een integrale opleidingsaanpak zelfregulerend leren.	
Uitvoeringsprincipe	
<i>Wij werken lerend samen aan een teamaanpak zelfregulerend leren in ons dagelijks onderwijs: van thema-expertise naar een integrale aanpak zelfregulerend leren.</i>	
<i>Wat vraagt dit van het opleidingsteam en studiegroepbegeleiders zelfregulerend leren?</i>	
<ul style="list-style-type: none"> -Als opleidingsteam een aantal docenten laten opleiden tot studiegroepbegeleiders zelfregulerend leren die op hun beurt de professionalisering zelfregulerend in hun eigen team (leren) trekken met behulp van kortcyclische experimenten in de eigen onderwijspraktijk (teacher study groupmethode), met als doel thema-expertise zelfregulerend leren te verwerven als team. -Als studiegroepbegeleider zelfregulerend leren: -Eigen kennis zelfregulerend leren blijven actualiseren en doorgeven aan het eigen opleidingsteam -Professionalisering zelfregulerend leren in het eigen team in de eigen onderwijspraktijk blijven aanjagen, als onderdeel van de professionaliseringjaargenda van het team. -Uit blijven wisselen met interne en externe studiegroepbegeleiders, op het thema zelfregulerend leren en op andere thema's, denk aan: didactisch coachen, taal, met als doel van elkaar te leren, kennis en inzichten te integreren tot vernieuwende aanpakken en te ondersteunen bij implementatie. 	
Hoofdstuk 7	
Instellingsniveau: Leiderschap Op maat ondersteunen van onderwijsprofessionals bij zelfregulerend werken in lijn met zelfregulerend leren in de opleiding/klas.	
Uitvoeringsprincipe	
<i>Wij ondersteunen onze onderwijsprofessionals bij zelfregulerend werken, in lijn met zelfregulerend leren in de opleiding/klas.</i>	
<i>Wat vraagt dit van de leider?</i>	
<ul style="list-style-type: none"> -Beschikken over de actuele kennis over zelfregulerend leren (-interventies). -Het opleidingsteam faciliteren in hun activiteiten met betrekking tot zelfregulerend leren -Het opleidingsteam modelleren en coachen in zelfregulerende vaardigheden; denk aan plannen, aandacht vasthouden, jezelf motiveren voor doelgericht werken, in lijn met hoe het opleidingsteam dat bij hun studenten doet: denk aan expliciete instructie, didactisch coachen voor zelfregulerend (leren) werken. -Waar nodig zich nader professionaliseren in zelfregulerend leren (-interventies) voor docenten(-teams). 	

Tabel 1. Uitvoeringsprincipes zelfregulerend leren die respectievelijk centraal staan in de hoofdstukken 2 tot en met 9, met daarbij aangegeven wat dit vraagt van wie (Deel 4 van 5).

Hoofdstuk 8	
<p>Instellingsniveau: Kwaliteitszorg en -beleid</p> <p>Samen (leren) werken aan zelfregulerend leren is geïntegreerd in de kwaliteitszorgcyclus, en in (lijn met) het instellingskwaliteitsbeleid.</p>	
Uitvoeringsprincipe	
<i>Wij hebben samen (leren) werken aan zelfregulerend leren geïntegreerd in onze kwaliteitszorgcyclus en in (lijn met) het (instellings-)kwaliteitsbeleid.</i>	
<i>Wat vraagt dit van het opleidingsteam, adviseurs, onderzoekers, beleidsmakers en bestuurders?</i>	
<p>-Als opleidingsteam: Beschrijven in kerndocumenten zoals de zelfevaluatie, het inhoudelijk opleidingskader en de opleidingsvisie hoe zelfregulerend leren vorm krijgt in de praktijk, in lijn met het instellingskwaliteitsbeleid; denk aan de strategische agenda, de onderwijsvisie</p> <p>-Als adviseurs, pedagogisch-didactisch hoofddocenten: Samen met opleidingsteams en onderzoekers professionalisering zelfregulerend leren voor opleidingsteams ontwikkelen en ontsluiten via een centrale plek voor (docent-)professionalisering: een <i>Center for Teaching and Learning</i>. Ontwikkelde kennis en expertise in- en extern ophalen en tot nut brengen aan de instelling.</p> <p>-Als onderzoekers: Aanpalend onderzoek verrichten naar zelfregulerend leren, ontwikkelde kennis tot nut brengen aan overige opleidingsteams en aan andere (hoger) onderwijsinstellingen en voor (door) te ontwikkelen professionalisering hierin.</p> <p>-Als beleidsmakers/bestuurders: Kennis- en expertiseontwikkeling in- en extern monitoren en tot nut brengen aan de hele instelling door (instellings-)beleid hierop aan te passen waar wenselijk.</p> <p>-Allen: Afstemmen met elkaar, kennisdeling en verder leren met elkaar als het gaat om zelfregulerend leren, bijvoorbeeld in de vorm van een docentstudiegroep, professionele leergemeenschap, werkplaats, kenniskring.</p>	

Tabel 1. Uitvoeringsprincipes zelfregulerend leren die respectievelijk centraal staan in de hoofdstukken 2 tot en met 9, met daarbij aangegeven wat dit vraagt van wie (Deel 5 van 5).

Hoofdstuk 9	
<p>Visie</p> <p>Een gedragen (team-)visie zelfregulerend leren voor studentsucces.</p>	
Uitvoeringsprincipe	
<i>Er is sprake van een gedragen teamvisie op zelfregulerend leren voor studentsucces.</i>	
<i>Wat vraagt dit van het opleidingsteam?</i>	
<p>-Bewust worden van persoonlijke en teamovertuigingen over nut en noodzaak van zelfregulerend leren.</p> <p>-De teamvisie formuleren op zelfregulerend leren, nodig voor het beroep waarvoor wordt opgeleid; Voor startbekwaamheid, een leven lang leren, duurzame inzetbaarheid en in lijn met de instellings- onderwijsvisie.</p> <p>-Nagaan wat de teamvisie op zelfregulerend leren betekent voor het dagelijks leren van studenten; de inrichting van het curriculum, het onderwijsontwerp, het pedagogisch-didactisch handelen (denk aan instructie en coaching) en (team-)professionalisering.</p>	

2. Pedagogisch–didactische inhoudskennis: Actuele kennis over zelfregulerend leren (–interventies), in de klas



Wil je eerst zien hoe jouw collega's met dit deel van de leidraad aan de slag te zijn gegaan in hun beroepspraktijk?

[Klik hier voor een korte video.](#)

Of gebruik deze URL:

<https://www.hogeschoolrotterdam.nl/onderzoek/lectoren/talentontwikkeling/medewerkers/bruijn-smolders-msc-monique-de/leidraad-zelfregulerend-leren/>

Onderwijskwaliteit komt tot uiting in de wederkerige relatie tussen studenten en docenten, in hoe wij eraan bijdragen dat studenten stevig leren staan in een toekomstige (beroeps)wereld (Ruijters et al., 2023). Als het gaat om zelfregulerend leren sluiten wij aan bij het volgende pedagogische basisprincipe voor het hoger beroepsonderwijs:

“We zien de hogeschool als pedagogische tussenruimte met een eigen opdracht. Zij draagt niet alleen zorg voor de (beroepen)wereld, maar geeft ook invulling aan de pedagogische uitgangspunten vrijheid, gelijkheid en vorming (Kan en Ris, 2025).”

Vanuit dit pedagogische basisprincipe: “de hogeschool als pedagogische tussenruimte” dragen we met zelfregulerend leren bij aan vrijheid, gelijkheid en vorming, door:

1. Studenten binnen de vastgestelde kaders zoals beroepsprofielen en curricula zelf het leren vorm te leren geven in lijn met hun persoonlijke wensen en behoeften (vrijheid).
2. Studenten te vragen hun dromen kenbaar te maken en hen hierin te ondersteunen, waarbij we uitgaan van een hoge mate van vertrouwen in de ontwikkelcapaciteit van iedere individuele student. We doen dit didactisch bijvoorbeeld door onderwijs te bieden vanuit hoge verwachtingen (Voerman & Faber, 2016, 2020; Hattie, 2023; Kaskens & Voerman, 2024) (gelijkheid).
3. Studenten te leren zicht en vat te krijgen op hoe zij hun toekomst willen vormgeven (vorming). Wij doen dit (didactisch) bijvoorbeeld door studenten met behulp van de goal-setting interventie (Schippers & Ziegler, 2019; Dekker, 2022), hun gewenste toekomst en gedrag uit te laten werken, op basis waarvan zij hun doelen voor het hier en nu formuleren en een strategie uitwerken voor realisatie. Met de goal-setting interventie maken studenten kennis met *life crafting* (Schippers & Ziegler, 2019) een manier om te reflecteren op hoe je met variabele omstandigheden omgaat en

waarmee je zelf leert (opnieuw) sturing te geven aan je leven. Daarnaast dragen we met zelfregulerend leren bij aan vorming van studenten door hen te stimuleren zich kritisch te verhouden tot de onderwijsinhoud, bijvoorbeeld door ondersteuning bij kritisch denken.

Voor docenten die het pedagogische basisprincipe: “de school als pedagogische tussenruimte” nastreven en hiermee naast het opleiden tot een beroep ook actief willen bijdragen aan vrijheid, gelijkheid en vorming van studenten (Kan en Ris, 2025) is het van belang over sterke pedagogisch-didactische inhoudskennis te beschikken en te weten hoe je die kunt inzetten om vakinhoud zo te onderwijzen, dat dit beklijft (Shulman, 1986). Hierbij gaat het om kennis over hoe studenten zelfregulerend leren studeren; hoe zij zelfregulerende vaardigheden zoals doelen bepalen, plannen, zichzelf inspannen voor de studie met de juiste leerstrategieën, de leeromgeving structureren, (blijven) geloven in je eigen kunnen, kunnen toepassen voor doelgericht leren studeren. Een voorbeeld: Als een student moet studeren voor een toets, wordt verwacht dat de student leerdoelen stelt (doelbepaling) en een aantal studiemomenten inplant (zelfregulerende vaardigheid: plannen). Vervolgens wordt verwacht dat de student daadwerkelijk studeert op de ingeplande studiemomenten (zelfregulerende vaardigheid: inspanning), hierbij passende leerstrategieën weet in te zetten, denk aan herhalen, een mindmap maken (zelfregulerende vaardigheden: cognitieve strategieën), en diens leeromgeving zo inricht dat deze bevorderlijk is voor het studeren, bijvoorbeeld door de telefoon op “niet storen” te zetten (zelfregulerende vaardigheid: zorgdragen voor de leeromgeving). Zelfs na het behalen van meerdere onvoldoendes, wordt verwacht dat de student blijft geloven in het eigen leervermogen (zelfregulerende vaardigheid: geloof in eigen kunnen) en blijft studeren om succes te behalen.

Er wordt dus nogal wat verwacht van studenten als het gaat om zelfregulerende vaardigheden en daarmee van het hoger en middelbaar beroepsonderwijs. Zelfregulerende vaardigheden leert de student immers niet vanzelf (Sins, 2023). Essentieel voor zelfregulerend leren studeren is dan ook dat studenten hierin expliciet geïnstrueerd worden en gecoacht; door docenten, medestudenten, door e-coaches, denk aan een chatbot, een app, met AI, en dat zelfregulerend leren een integrale, betekenisvolle plek heeft in de les, cursus, het curriculum. In dit document gaan wij dan ook in hoofdstukken 3 en 4 respectievelijk in op hoe als opleidingsteam aan te sluiten in het pedagogisch-didactisch handelen bij studentbehoefte voor zelfregulerend leren in het dagelijks onderwijs en in hoe zelfregulerend leren betekenisvol te integreren in het onderwijsontwerp. Echter, alvorens te kunnen overgaan tot handelen en ontwerpen, starten we in hoofdstuk 2 met de actuele kennis over zelfregulerend leren (-interventies).

2.1 Zelfregulerend leren (-interventies), literatuurbevindingen

2.1.1 Een persoonlijk studentenverhaal

"Na het afronden van mijn mbo-opleiding heb ik eerst de opleiding Ondernemerschap en Retailmanagement aan Hogeschool Utrecht gevolgd, maar ik stopte daarmee, al na een half jaar. De opleiding paste niet bij mij, ik had geen duidelijk doel voor ogen waarom ik het volgde. Omdat ik met mijn studie gestopt was, had ik nog weinig geloof in mezelf; of ik een hbo-opleiding wel aan zou kunnen. Uiteindelijk besloot ik mezelf toch een tweede kans te geven.

Ik meldde mij opnieuw aan bij een hbo-opleiding, dit keer koos ik vol motivatie voor de opleiding AD-Management aan Hogeschool Rotterdam en spande mij hiervoor in, gelijk al bij de start. Al snel kwam ik erachter dat mijn beeld over een hbo-opleiding helemaal niet klopte: je hoeft niet per se superslim te zijn om een hbo-opleiding succesvol te kunnen afronden. Uit ervaring kan ik inmiddels vertellen dat de meest succesvolle studenten uiteindelijk diegenen zijn die doelgericht leren studeren en diep in zichzelf (blijven) geloven. Docentondersteuning is voor mij hierin cruciaal geweest, om dit onder de knie te krijgen.

Maar hoe pak je dit aan? Hoe leer je studeren? Vanuit mijn eigen ervaringen geef ik nieuwe studenten graag de volgende tips. Begin jouw opleiding met je (levens-)doelen helder te krijgen, onderneem gerichte activiteiten om jouw doelen te behalen, denk aan plannen en zorgen dat je jouw aandacht vasthoudt. Blijf jezelf motiveren en boven alles; blijf in jezelf geloven: Niet alleen helpt jou dat jouw diploma te behalen, daar heb je je hele leven iets aan." (Zeyad Al Mumar, 2023):"

Dit persoonlijk studentenverhaal illustreert wat inmiddels meer dan 40 jaar onderzoek naar zelfregulerend leren laat zien: dat studenten zelfregulerende vaardigheden, zoals jezelf motiveren, doelen bepalen, plannen, aandacht vasthouden, zichzelf motiveren en (blijven) geloven in je eigen kunnen, kunnen leren inzetten voor succesvol leren studeren en dat ondersteuning hierin essentieel is (e.g., De Bruijn-Smolters, 2016; Panadero, 2017; Sins 2023). Hieronder gaan we nader in op wat precies verstaan wordt onder zelfregulerend leren en hoe dit ontrafeld kan worden in componenten en vaardigheden.

2.1.1 Zelfregulerend leren, zelfregulerende componenten, zelfregulerende vaardigheden

In de jaren '80 van de vorige eeuw verschenen veel publicaties over zelfregulatie. Boekaerts et al. (2000) viel het op dat er tussen 1980 en 2000 veel verschillende zelfregulatie-constructen en -labels opkwamen. Ook werd de term zelfregulatie verschillend gebruikt, afhankelijk van de onderzoekscontext. Zo wordt met zelfmanagement bijvoorbeeld bedoeld op de zelfregulatie van gezondheid door een patiënt, terwijl zelfregulerend leren verwijst naar studenten in een leercontext. Met als doel een samenhangend raamwerk te ontwikkelen voor zelfregulatie, stelden Boekaerts en collega's een expertpanel samen vanuit drie aandachtsgebieden; gezondheidspsychologie, onderwijspsychologie en organisatiepsychologie. Dit expertpanel besprak overeenkomsten en verschillen tussen constructen zelfregulatie. Boekaerts et al. (2000) publiceerden hierop een handboek zelfregulatie waarin geconcludeerd werd dat het expertpanel consensus had bereikt over wat zelfregulatie inhoudt en zelfregulerend leren. Namelijk; zelfregulerend leren bestaat uit vier zelfregulerende leercomponenten (metacognitie, cognitie, motivatie en gedrag), die elk op hun beurt ontleed kunnen worden in een aantal, met elkaar samenhangende, zelfregulerende vaardigheden, benodigd om iemands doel te kunnen behalen. Ook anno 2025 zien we in de onderzoeksliteratuur het uiteenrafelen van zelfregulerend leren in componenten (metacognitie, cognitie, gedrag en motivatie) en in vaardigheden (denk

aan plannen, aandacht vasthouden) consequent terugkomen (e.g., De Bruijn-Smolders, 2016; 2026; Jansen et al., 2019; Panadero, 2017; Russell et al., 2020; Simón-Grábalos, 2025; Sins 2023; Theobald, 2021). Zie Tabel 2 voor een toelichting op de zelfregulerende leercomponenten en -vaardigheden.

Tabel 2. Zelfregulerend leren, zelfregulerende leercomponenten en zelfregulerende vaardigheden

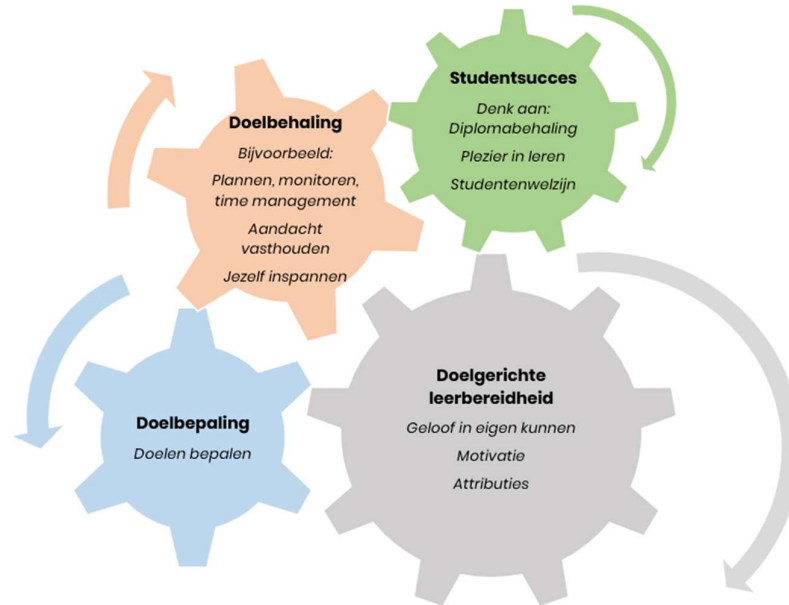
Zelfregulerend leren verwijst naar metacognitieve, cognitieve, gedragsmatige en motivationele vaardigheden die studenten toepassen voor doelgericht succesvol leren. Zie hieronder voorbeelden van zelfregulerende vaardigheden per zelfregulerend leercomponent.	
Zelfregulerende leercomponenten	Zelfregulerende vaardigheden
<p>1. Metacognitie</p> <p>Vaardigheden die studenten inzetten om hun leren “te managen”.</p>	<p>1. Metacognitieve vaardigheden</p> <p>Denk aan: Doelen bepalen, plannen, monitoren.</p>
<p>2. Cognitie</p> <p>Vaardigheden die een student inzet om specifieke leertaken goed uit te voeren en informatie op te slaan als kennis.</p>	<p>2. Cognitieve vaardigheden</p> <p>Denk aan: Herhalen, schematiseren of organiseren van lesstof.</p>
<p>3. Gedrag</p> <p>Vaardigheden waarmee studenten handelingen sturen in hun leerproces.</p>	<p>4. Gedragsmatige vaardigheden</p> <p>Denk aan: Zorgdragen voor de eigen leeromgeving, hulpvragen, aandacht, inspanning.</p>
<p>4. Motivatie</p> <p>Vaardigheden die studenten inzetten om hun motivatie voor leren te vergroten.</p>	<p>3. Motivationale vaardigheden</p> <p>Denk aan: (Blijven) geloven in je eigen kunnen, jezelf motiveren, je motivatie op peil houden.</p>

2.1.2 Zelfregulerende vaardigheden voor studiesucces in het hoger onderwijs

Dat zelfregulerend leren verwijst naar het toepassen van metacognitieve, cognitieve, gedragsmatige en motivationele vaardigheden voor succesvol doelgericht leren, daarover is consensus (e.g., De Bruijn-Smolders, 2016; 2026; Jansen et al., 2019; Panadero, 2017; Russell et al., 2020; Simón-Grábalos, 2025; Sins 2023; Theobald, 2021). Echter, ook wordt geconstateerd in dezelfde literatuur dat verschillende indelingen gehanteerd worden voor zelfregulerende vaardigheden, verschillende soorten zelfregulerende vaardigheden worden gedefinieerd en er worden andere termen voor vergelijkbare zelfregulerende vaardigheden gebruikt. Dit maakt studies, theorieën en modellen over zelfregulerend leren lastig vergelijkbaar.

Ondanks de verschillen, komen vergelijkbare resultaten naar voren. Zo zijn de onderliggende zelfregulerende vaardigheden die verwijzen naar zelfregulerend leren sterk aan elkaar gerelateerd en hebben zij een voorspellende waarde ten aanzien van leren en presteren (Sitzmann & Ely, 2011; Theobald, 2021). Vanuit een meta-analyse naar 430 studies onder lerenden in het (post-) hoger onderwijs, presenteerden Sitzmann en Ely in 2011 een model met zelfregulerende vaardigheden die significant van invloed blijken op transfer van leren van studenten en werkenden. Panadero adviseert in zijn meta-analyse zelfregulerend leren in 2017 dit model

van Sitzmann & Ely te gebruiken in vervolgonderzoek naar het belang van zelfregulerend leren. Voortbouwend op dit model van Sitzmann & Ely, heeft De Bruijn-Smolters (e.g., 2016; 2017; 2021; 2026) vervolgonderzoek naar zelfregulerend leren opgepakt, met als resultaat een model: zelfregulerende vaardigheden voor studiesucces in het hoger onderwijs (Zie figuur 3). Hiernaar is tussen 2012 en heden onderzoek verricht onder studenten in verschillende contexten: eind mbo, eerstejaars AD, hbo (Hogeschool Rotterdam) en wo.



Figuur 3. Zelfregulerende vaardigheden die studenten toepassen voor: Doelbepaling, Doelbehaling en Doelgerichte leerbereidheid, voor studentsucces; denk aan diplomabehaling, plezier in leren, studentwelzijn. Naar De Bruijn-Smolters et al. (e.g., 2016; 2017; 2021)

Hieronder volgen achtereenvolgens een toelichting op het model zelfregulerende vaardigheden voor studiesucces in het hoger onderwijs (Zie Figuur 3), waarvoor ook een Vragenlijst zelfregulerend leren voor studiesucces is ontwikkeld (De Bruijn-Smolters et al., 2017; 2021; 2026). Deze vragenlijst kan gebruikt worden om zelfregulerende vaardigheden van studenten te meten, maar ook om op maat interventies voor zelfregulerend leren aan te bieden en hen hierin te begeleiden.

2.1.3 Model zelfregulerende vaardigheden voor studiesucces in het hoger onderwijs: doelbepaling, zelfregulerende vaardigheden voor doelbehaling en doelgerichte leerbereidheid

In lijn met het model zelfregulerende vaardigheden voor transfer van leren onder studenten en werkenden (Sitzmann en Ely, 2011), deelt ook het model zelfregulerend leren voor studiesucces in het hoger onderwijs en de gelijknamige vragenlijst voor studenten zelfregulerende vaardigheden in in drie categorieën:

1. Doelbepaling, 2. Doelbehaling, en 3. Doelgerichte leerbereidheid (De Bruijn-Smolters, 2017; 2021; 2026).

1. Zelfregulerende vaardigheid voor doelbepaling

Bij zelfregulerend leren betreft de eerste categorie: doelbepaling (zelfregulerende vaardigheid: doelen bepalen), de initiator voor zelfregulerend leren. Als de student een nieuwe opleiding start, heeft deze veelal nog geen zicht heeft op het beroep waarvoor wordt opgeleid. Dit maakt het lastig voor studenten gelijk aan

het begin van een opleiding al zelf doelen te formuleren. In dat geval kan de student starten met aangeboden leerdoelen, of met het bepalen van oriëntatiedoelen. Denk aan: "Ik oriënteer mij de komende 10 weken op wat ik in het eerste leerjaar dien te leren en hoe ik dat kan vormgeven in leerdoelen". Een beproefde methode om studenten bij de start van een opleiding al zicht te laten krijgen op hun toekomst, is de goal-setting interventie. Met de goal-setting interventie wordt studenten gevraagd hun dromen kenbaar te maken voor de toekomst en leren zij hun levensdoelen te bepalen (Schippers & Ziegler, 2019; 2020; Dekker, 2022). Hierbij schetsen studenten hun gewenste toekomst en gedrag, daarna werken ze doelen uit voor het hier en nu, of het nu academische, welzijns- of sociale doelen betreffen. We sluiten hier aan bij onderwijs vanuit hoge verwachtingen (Voerman & Faber, 2016, 2020; Hattie, 2023; Kaskens & Voerman, 2024). waarbij we uitgaan van een hoge mate van vertrouwen in de ontwikkelcapaciteit van iedere individuele student.

2. Zelfregulerende vaardigheden voor doelbehaling

Als studenten hun levensdoelen en daarnaast (oriëntatie)doelen voor het hier en nu bepaald hebben, of gekregen, als zij nog niet in staat waren doelen te bepalen voor het hier en nu, is het tijd voor actie. Nu dienen zelfregulerende vaardigheden te worden toegepast voor het behalen van doelen. Het gaat om metacognitieve vaardigheden (denk aan: plannen, monitoren, timemanagement), om cognitieve strategieën (denk aan: herhalen, schematiseren) en om gedragsmatige zelfregulerende vaardigheden, zoals: aanwezig zijn in de les.

3. Zelfregulerende vaardigheden voor doelgerichte leerbereidheid

Tot slot is een aantal zelfregulerende vaardigheden van belang die de student (blijven) motiveren om doelen te bepalen en te behalen, zoals: jezelf motiveren en je motivatie op peil houden en (blijven) geloven in je eigen kunnen; voor doelgerichte leerbereidheid.

Doelgerichte leerbereidheid neemt toe naarmate studenten succeservaringen doormaken, hierop reflecteren en hun eigen aandeel hierin zien. Als studenten eenmaal ervaren dat hun doelen haalbaar zijn en dat zij hierin zelf een grote mate van invloed hebben, sterkt dat hun geloof in eigen kunnen en motiveert dit hen steeds meer zelfregulerend te leren (Bandura & Schunk, 1981; Locke & Latham, 2002). Zie figuur 3 voor de verschillende zelfregulerende vaardigheden die geschaard kunnen worden onder categoriën doelbepaling, doelbehaling en doelgerichte leerbereidheid en hoe de verschillende categoriën met elkaar onderling beïnvloeden, voor studentsucces. Ook blijkt uit het model dat studentsucces zelf de student weer motiveert voor meer zelfregulerend leren. Zie tabel 3 voor de definiëring van de verschillende zelfregulerende vaardigheden in figuur 3, onder welke zelfregulerende leercomponenten (metacognitie, cognitie, gedrag en motivatie) die vallen, en bijpassende evidence-informed student-interventies, ontleend vanuit een literatuurreview (Van der Zee, T, & De Bruijn-Smolters, 2019).

Tabel 3. Zelfregulerende leercomponenten, zelfregulerende vaardigheden en studentinterventies voor zelfregulerend leren en studentsucces in het hoger onderwijs (De studentinterventies betreffen een impressie uit de docentenhandleiding en kennisclips evidence-informed student-interventies zelfregulerend leren voor studiesucces (Van der Zee & De Bruijn-Smolters, 2019) (Deel 1 van 3).

1. Initiator voor zelfregulerend leren, zelfregulerende vaardigheid: doelbepaling		
Metacognitieve vaardigheid		
1.	Doelen bepalen	Prestatieniveau van doelen zoals bepaald door de student (Locke & Latham, 2002).
Studentinterventies doelen bepalen voor studiesucces		
<p>Stel (levens-)doelen en gekoppeld hieraan, doelen voor de lange termijn en de korte termijn; persoonlijke en/of sociale en/of studiegerelateerde doelen.</p> <p>Stel specifieke doelen die zowel haalbaar zijn als meetbaar (Bijvoorbeeld: SMART (Specifiek, Meetbaar, Acceptabel, Realistisch, Tijdgebonden) of WISH (Wensen, Inbeelden, Struikelblokken, Handelen)-geformuleerd)</p> <p>Laat je primaire drijfveer zijn om ergens beter in te worden; stel dus leerdoelen en geen prestatiedoelen</p> <p>Bijvoorbeeld: liever, "ik wil leren om hulp te vragen" in plaats van "ik wil vijf keer om hulp vragen deze maand."</p>		
2. Zelfregulerende vaardigheden voor: doelen behalen		
Metacognitieve vaardigheden		
2.	Plannen, monitoren en timemanagement	Plannen, monitoren en timemanagement
Student-interventies plannen, monitoren, timemanagement voor studiesucces		
<p>Plan toets momenten of deadlines in, verdeel in behapbare brokken en plan terug in de tijd (lange termijn planning)</p> <p>Maak een weekplanning, zet hierin al jouw bezigheden (vrije tijd, privé en studeer momenten)</p> <p>Plan extra momenten in voor als je niet uit komt met de planning ∅ Plan dagelijks tijd in voor studietaken</p> <p>Plan het moeilijkste werk in op momenten dat je het meest alert bent (bijv. graag in de ochtend)</p> <p>Maak een 'to do'-lijst voor wat je wilt bereiken tijdens het studeren</p> <p>Wissel de type taken af (Bijvoorbeeld: wissel lezen af met schrijfoopdrachten)</p> <p>Deel grote opdrachten op in kleinere deeltaken</p> <p>Wees flexibel in het inplannen van pauzes en pas je plannen aan wanneer er onverwachte problemen zijn</p> <p>Stel leuke dingen doen uit tot het moment dat je het werk af hebt, zodat je jezelf kan belonen wanneer je goed hebt gewerkt</p> <p>Maak een management-matrix om prioriteiten te bepalen</p>		
Cognitieve vaardigheden		
3.	Herhalen, schematiseren, elaboreren	Strategieën die studenten toepassen om zich de studie-inhoud eigen te maken. Van belang is hierbij kennis te hebben van studietactieken en wanneer welke passend is (denk aan: samenvatten, onderstrepen, herlezen) (Gettinger & Seibert, 2002).
Studentinterventies herhalen, schematiseren, elaboreren voor studiesucces		
<p>Niet effectief in het hoger onderwijs: Samenvattingen maken, onderstrepen en herlezen.</p> <p>Wel effectief in het hoger onderwijs: Vragen stellen, zelf-uitleg, overhoren (bijv. flashcards, samenvattingen maken in je hoofd) en het verspreiden van studiemomenten.</p>		
4.	Kritisch denken	In staat zijn onderbouwde oordelen te kunnen formuleren (Beyer, 1987).
Student-interventies kritisch denken voor studiesucces		
<p>Stel vragen tijdens het leren en tijdens de lessen.</p> <p>Bedenk wat je al weet over de stof of over soortgelijke problemen/onderwerpen.</p> <p>Vermijd vragen waarbij je alleen maar informatie hoeft te herinneren.</p> <p>Focus op vragen waarbij je op zoek gaat naar verbanden, oorzaken en verklaringen.</p> <p>Ga, zo mogelijk, met studiegenoten en/of docenten in gesprek en stel elkaar kritische vragen over de stof.</p>		

Tabel 3. Zelfregulerende leercomponenten, zelfregulerende vaardigheden en studentinterventies voor zelfregulerend leren en studentsucces in het hoger onderwijs (De studentinterventies betreffen een impressie uit de docentenhandleiding en kennisclips evidence-informed student-interventies zelfregulerend leren voor studiesucces (Van der Zee & De Bruijn-Smolters, 2019) (Deel 2 van 3).

Gedragmatige vaardigheden		
5.	Inspannen	De tijd die studenten wijden aan hun leren (Zimmerman & Risenberg, 1997).
<p>Stel een specifiek leerdoel op: wat wil je leren of kunnen? Dit is anders dan het hebben van het doel om de toets te halen. Deel grote taken op in deeltaken zodat je meer inzicht krijgt in wat je moet weten en/of kunnen. Welke deeltaken kun je oefenen? Zo wordt het makkelijker om te bepalen wat de voortgang is.</p> <p>Maak voortgang meetbaar (bijvoorbeeld door jezelf te overhoren, te bekijken met welke tentamenvragen je moeite had, door het vragen van feedback aan docenten).</p> <p>Lees je zelf (kort) in op een onderwerp voordat er les over wordt gegeven.</p> <p>Ga na wat je zwakke punten zijn en hoe je die kan verbeteren.</p> <p>Focus op efficiënt werken: de hoe en wat van zelfstudie is belangrijker dan de hoelang.</p> <p>Werk aantekeningen na afloop uit (vergelijk je aantekeningen met het boek en voeg zo nodig verwijzingen toe).</p>		
6.	Aandacht vasthouden	De mate waarin studenten hun aandacht weten vast te houden tijdens het leren (Zimmerman, 2000).
<p>Student-interventies aandacht vasthouden voor studiesucces</p> <p>Slaap genoeg (minstens 8 uur) en op vaste tijden.</p> <p>Wakker worden: ontbijt goed, beweeg, drink koffie en zorg voor genoeg (zon)licht.</p> <p>In slaap vallen: drink 's avonds geen koffie en alcohol, beperk prikkels (beeldschermen, muziek) en zorg voor verduistering.</p>		
7.	Leeromgeving structureren	Een studieplek realiseren die bevorderlijk is voor het leren van de betreffende student.
<p>Student-interventies aandacht vasthouden voor studiesucces</p> <p>Draag zorg voor een rustige omgeving (zonder achtergrondgeluiden).</p> <p>Maak een planning zodat je effectief kan werken.</p> <p>Voorkom afleiding (Bijv. door je internetverbinding af te sluiten, door social media zoals whatsapp tijdelijk op stil te zetten, je telefoon in de focusstand te zetten of even weg te leggen).</p>		
8.	Hulp vragen	De mate waarin studenten actief assistentie zoeken als zij academische moeilijkheden ervaren (Pintrich et al., 1991).
<p>Als je ergens niet uitkomt, blijf daar dan niet mee lopen, dat snoept tijd af van jouw kostbare vrije tijd. Leren studeren leer je nu eenmaal niet vanzelf. Vanuit de wetenschap weten we dat ondersteuning hierin essentieel is.</p> <p>Als je vragen hebt, bijvoorbeeld over hoe je het studeren aanpakt voor een bepaalde opdracht, stel ze in de les.</p> <p>Zoek je medestudenten op, studeer samen met hen.</p> <p>Hetzelfde geldt voor vrienden/vriendinnen, ook met hen kun je samen studeren en elkaar hierbij helpen.</p> <p>Jouw studieloopbaancoach kun je altijd benaderen voor hulp bij leren studeren.</p> <p>Je kunt ook op de webpagina van het decanaat kijken voor hulp bij leren studeren.</p>		

Tabel 3. Zelfregulerende leercomponenten, zelfregulerende vaardigheden en studentinterventies voor zelfregulerend leren en studentsucces in het hoger onderwijs (De studentinterventies betreffen een impressie uit de docentenhandleiding en kennisclips evidence-informed student-interventies zelfregulerend leren voor studiesucces (Van der Zee & De Bruijn-Smolters, 2019) (Deel 3 van 3).

1. Zelfregulerende vaardigheden voor: doelgerichte leerbereidheid		
Motivationale vaardigheden		
9.	Geloof eigen kunnen	Vertrouwen van studenten in hun eigen leervermogen (Bandura, 1977).
10.	Motivatie	De bereidheid te willen leren (Pintrich et al., 1991).
11.	Attributies	Studentopvattingen over de oorzaken van hun studievoortgang (Zimmerman, 2000).
<p>Student-interventie geloof in eigen kunnen, motivatie, attributies</p> <p>Je kunt twee oorzaken van studieproblemen onderscheiden, externe en interne oorzaken: Externe oorzaken liggen buiten je controle: ze overkomen je. Een voorbeeld: "ik heb de toets niet gehaald, omdat de docent de stof niet goed heeft uitgelegd". Bij een externe oorzaak ben je niet zelf diegene die invloed heeft over de situatie. Je kan het dus ook niet voorkomen of er iets aan veranderen. Over interne oorzaken heb je wel invloed: je bent er zelf verantwoordelijk voor. Bijvoorbeeld: "ik heb een opdracht niet gehaald, omdat ik niet op tijd hulp heb gevraagd toen het niet lukte". In deze situatie heb je wel invloed over de uitkomst. Een andere blik Je eigen gedachten over wat de belangrijkste oorzaken van studieproblemen zijn, zijn erg belangrijk. Al zal elke situatie een combinatie van externe en interne oorzaken zijn: jij bepaalt waar je het meest belang aan hecht. Wanneer je alleen bezig bent met externe oorzaken verlies je controle: je doet net alsof alles buiten je macht ligt en je alleen maar slachtoffer bent van de omstandigheden. Door gericht te zijn op interne oorzaken van je gedrag neem je weer controle over je leven. Wees bewust van je eigen aandeel, of die nu positief of negatief is. Uit veel onderzoek is gebleken dat studenten met een 'interne blik' hogere cijfers halen, minder snel stoppen met hun studie en minder studie-gerelateerde problemen ervaren. Opdracht: Beantwoord de volgende vragen:</p> <ol style="list-style-type: none"> Schrijf alle redenen op die je kan bedenken waarom sommige studenten beter presteren ná hun eerste jaar en waarom ze na hun eerste jaar minder last hebben van studie-gerelateerde problemen. Met welke onderdelen van je studie heb je moeite? Welke onderdelen van je studie gaan goed? Geef voor zowel de problemen als de successen aan wat de mogelijke oorzaken kunnen zijn. Maak een onderscheid tussen externe en interne oorzaken. Reflecteer op dit overzicht en bedenk hoe je zoveel mogelijk zelf de controle kunt pakken, door je bezig te houden met interne oorzaken. 		



Wil je jouw studenten toegankelijke handreikingen meegeven? [Klik hier.](#)

Of gebruik deze URL:

https://www.bing.com/search?q=toolkit+studiesucces+Jean-Marie+Molina&cvid=e929192021184e59984de8d8073935b1&gs_lcrp=EgRIZGdlKgYIABBFGDkyBggAEEUYOTIGCAEORRg8MggIAhDpBxj8VTIHCAMQ6wcYQNIbCTEwMDAxaJbqNKgCCLACAO&FORM=ANAB01&PC=U531

Zie ook dit boek:



Al Mumar, Z. (2021). *Overtref jezelf. Word de student van het jaar.* Zeyad al Mumar.

2.1.4 Toegankelijke werken zelfregulerend leren (interventies)

In aanvulling op paragraaf 2.1.4, Tabel 3, voor wie interesse heeft in meer achtergrondliteratuur, inzicht in direct toe te passen zelfregulerend leren interventies in het dagelijks onderwijs, zie hieronder een overzicht van recente toegankelijke werken.



Wil je meer lezen over zelfregulerend leren?

Barr, S. (2024). *Educate to self-regulate: Empowering learners for lifelong success*. Amba press.

Dijkstra, P. (2019). *Effectiever studeren: Leerstrategieën voor het hoger onderwijs*. Boom.

Drok, H., Kneyber, R. & Devid, V. (2024) (Red.). *ReguLEER! Een pedagogisch-didactische verkenning van zelfregulerend leren*. Telos uitgevers.

Last, B., & Bransen, D. (2025). *Dat doe je toch niet alleen?! Van zelfregulerend leren naar samen (regu)leren*. Boom.

Lucija A, Sins, P., Peeters, J., Van Keer, H., & Lombaerts, K. (2026). *Leidraad metacognitie en zelfregulerend leren. Bevorderen en uitvoeren van effectieve strategieën in het basis- en secundair onderwijs*. Leerpunt. [leerpunt-leidraad-metacognitie-en-zrl-v202603.pdf](https://leerpunt.be/files/leidraden/leerpunt-leidraad-metacognitie-en-zrl-v202603.pdf) / <https://leerpunt.be/files/leidraden/leerpunt-leidraad-metacognitie-en-zrl-v202603.pdf>

2.1.5 Vragenlijst Zelfregulerend leren voor studiesucces

In lijn met het model zelfregulerend leren (Figuur 3) kunnen de betreffende zelfregulerende vaardigheden (zie Tabel 3) van studenten in kaart worden gebracht met de gelijknamige vragenlijst *Zelfregulerend leren voor studiesucces* (e.g., De Bruijn et al., 2016; 2017; 2021). De items zoals gebruikt in de vragenlijst Zelfregulerend leren voor studiesucces, in het Engels genoemd als: the Self-Regulated Learning Processes Questionnaire (De Bruijn-Smolters, 2017; 2021; 2026), zijn ontleend aan, of gebaseerd op een Nederlandse vertaling van de Motivated Strategies for Learning Questionnaire; MSLQ (Van den Boom et al., 2007), van de originele MSLQ zoals ontwikkeld door Pintrich et al. (1991), of geformuleerd door De Bruijn et al., 2017. Drie Items vallend onder Cognitieve leerstrategieën, herhalen, zijn ontleend aan de Inventory Learning Styles (Vermunt & Donche, 2017).

Na afname van deze vragenlijst kunnen de zelf-gerapporteerde zelfregulerende vaardigheden van studenten gekoppeld worden aan hun studiesuccesgegevens (denk aan toetscijfers, gemiddeld studiecijfer, aantal studiepunten en studievoortgang). Dat wil zeggen, mits de student expliciet toestemming heeft gegeven voor het mogen opvragen van deze gegevens. Vervolgens kan worden bepaald in hoeverre welke zelfregulerende vaardigheden significant voorspellend en/of gerelateerd zijn aan hun studiesucces. Daarna ontvangen studenten op maat een digitale persoonlijke uitslag met op maat interventies voor zelfregulerend leren en hyperlinks naar kennisclips zelfregulerend leren, waarmee zij zelf aan de slag kunnen gaan (zie Figuren 4a en 4b).

Persoonlijke uitslag Zelfregulerende vaardigheden voor Studietoets

Zelfregulerende vaardigheid	Verbeterpunt	Zie pagina
Plannen, monitoren, time management	Ja	...(Hyperlink)
Leeromgeving structureren	Nee	Idem zie boven
Aandacht vasthouden	Nee	
Cognitieve strategieën	Ja	

Figuur 4a. Digitale persoonlijke uitslag zelfregulerende vaardigheden, voor de student.

Cognitieve strategieën	Cognitieve strategieën waarvan studenten zeggen ze vaak uit te voeren, weinig tot geen invloed op studietoets	Cognitieve strategieën waarvan uit onderzoek blijkt dat deze studietoets verhogen
Vragen stellen en zelf-uitleg		V
Samenvatten	V	
Onderstrepen	V	
Overhoren		V
Verspreiden van studiemomenten		V
Herlezen	V	

[Dunlosky](#), [Rawson](#), [Marsh](#), Nathan, & [Willingham](#), 2013

Figuur 4b. Fragment van een digitale op maat studentinterventie ter bevordering van zelfregulerend leren, in dit geval voor cognitieve vaardigheden.

Naast dat studenten de mogelijkheid wordt geboden zelf, op maat aan hun zelfregulerende vaardigheden te werken, worden studenten uitgenodigd door hun docenten om de uitslag te bespreken tijdens individuele studietoetsbaancoaching. In deze eerste bijeenkomst maken studenten onder begeleiding waar wenselijk leerdoelen aan voor zelfregulerend leren studeren waarop vervolgens met regelmaat wordt teruggekomen in studietoetsbaancoaching; Hoe staat het met het zelfregulerend leren studeren, wat ging goed, wat kan beter? Welke doelen zijn behaald, dienen er doelen herzien te worden en/of kunnen er nieuwe worden bepaald?

2.1.6 Jaargroepuitslag vragenlijst zelfregulerende vaardigheden voor studiesucces

Naast dat studenten een persoonlijke uitslag krijgen van hun zelfregulerende vaardigheden en op maat studentinterventies, is het als opleidingsteam van belang inzicht te krijgen in een hele jaargroep en waar gewenst in verschillen tussen klassen. Hoe staat het met hun zelfregulerende vaardigheden en hoe hangt dit samen met hun studiesucces? Een mooi moment is dit te meten bij hun eerste toetsen. Zie Figuur 5 voor een voorbeeld van een uitslag van zo'n eerstejaarsgroep meting aan een opleiding aan HR.

Eerstejaars studenten Opleiding X - nulmeting Studiejaar 2021-2022

- **Eerstejaars studenten (N = 111) die na afname van de vragenlijst zelfregulerende vaardigheden voor studiesucces een onvoldoende* hebben behaald op de casustoets basisvaardigheden Financiën, vulden in, in tegenstelling tot studenten die een voldoende behaalden:**

- > hun **aandacht*** niet zo goed vast te kunnen houden
- > minder **te geloven in hun eigen kunnen****, als het gaat om het behalen van de opleiding
- > minder **tevreden** te zijn over de opleiding *
- > een lager **rapportcijfer** te geven aan de opleiding*

Significant verschil
Significantieniveau:
 $p \leq .05^*$
 $p \leq .001^{**}$



Figuur 5. Uitslag eerstejaars studenten (N = 111) meting zelfregulerende vaardigheden, studiejaar 2021-2022 in een opleiding aan HR.



Wil je ook de vragenlijst zelfregulerend leren voor studiesucces toepassen?

Neem contact op voor de vragenlijst met Draaiboek:

Monique de Bruijn-Smolers: m.de.bruijn-smolders@hr.nl

2.2 Zelfregulerend leren, studentsucces en studentbehoefte

2.2.1 Wat weten we over zelfregulerend leren van studenten vanuit 10 jaar onderzoek hiernaar aan HR?

Sinds 2012 worden in opleidingen die hierom vragen (minimaal 2 tot maximaal zes per jaar) zelfregulerende vaardigheden gemeten bij studenten aan HR (een start- en een eindmeting), de studenten krijgen een persoonlijke uitslag en op maat interventies, deze wordt vervolgens besproken met studenten tijdens studieloopbaancoaching. Indien van toepassing formuleert de student leerdoelen om mee te nemen in een persoonlijk ontwikkelplan of praktijkleerplan. Tijdens studieloopbaancoaching vindt monitoring plaats in het behalen van leerdoelen, waar nodig formuleert de student nieuwe. Vorderingen hierin worden in opleidingen veelal bijgehouden door studenten en voorgelegd in portfolio assessments. Om studenten hierin goed te kunnen ondersteunen, worden de betrokken docenten hierin getraind.

De zelfregulerende vaardigheden van een jaargroep en eventueel ook klassen worden gerelateerd aan studiesuccesgegevens, denk aan eerste toetscijfers, maar ook aan wel/niet behalen propedeuse in een leerjaar, het gemiddeld studiecijfer na een leerjaar. Ook wordt gekeken naar verschillen tussen studenten die wel, dan niet de interventie hebben gekregen (een persoonlijke uitslag zelfregulerende vaardigheden met op maat interventies en studieloopbaancoaching). Wat weten we tot nu toe vanuit deze metingen. Hieronder volgt een samenvatting vanuit de gegevens die beschikbaar zijn in interne rapportages van de deelnemende opleidingen aan HR2

Eerstejaarsstudenten worden significant vaker behouden voor de opleiding, behalen significant meer studiepunten gedurende het eerste studiejaar en significant vaker hun propedeuse, als zij een zelfbeoordeling van hun zelfregulerende vaardigheden ontvangen met hierbij verbeter suggesties (beproefde interventies voor zelfregulerend leren studeren) bij aanvang van het hbo en hierin ondersteund worden door hun studieloopbaancoach.

Vanuit kwalitatief onderzoek onder eerstejaars studenten HR, blijkt dat als zij terugkijken op hun vooropleiding (mbo, havo, vwo), zij constateren dat zij daarin gemist hebben: zelfstandig (leren) leren; studenten benoemen dat zij zelfregulerende vaardigheden missen die hen beter had kunnen voorbereiden op succesvol leren aan het hbo.

Zoals hierboven geschetst, blijkt uit onderzoek aan HR dat zelfregulerende vaardigheden positief kunnen worden doorontwikkeld bij studenten, voor studiesucces (denk aan: meer studiepunten, significant vaker de propedeuse halen). Echter, tegelijkertijd blijkt uit deze zelfde onderzoeken aan HR dat studenten die significant lager scoorden op een specifieke set aan zelfregulerende vaardigheden significant minder vaak behouden blijven voor de opleiding. Het ging hier om studenten die aan het begin van hun opleiding laag scoorden op de vaardigheden: metacognitieve strategieën (plannen, monitoren, timemanagement), een leeromgeving structureren die bijdraagt aan het leren, aandacht vasthouden, jezelf inzetten voor een opleiding met gebruik van de juiste leerstrategieën.

² Als je hier (anoniem) inzicht in wil, dan kan je contact opnemen met Monique de Bruijn- Smolders: m.de.bruijn-smolders@hr.nl

2.2.2 Wat weten we over zelfregulerend leren studeren van studenten, vanuit het 100 dagen HR-onderzoek?

Uit de rapportage 100 dagen HR-onderzoek studiejaar 2024-2025 (Bajwa, 2025), hoofdstuk Vaardigheden, blijkt dat studieaanpak nog steeds een aandachtspunt is: het voorbereiden van studieactiviteiten, concrete doelen stellen, haalbare planning maken, aantekeningen maken, studenten vragen laten stellen. Er is nog winst te behalen voor docenten: belang leerstof goed uitleggen, begrijpelijk uitleggen, vragen stellen prettig maken en hoge verwachtingen hebben. De studieaanpak en de aansluiting op de vooropleiding verschilt duidelijk tussen studentgroepen. Behalve verschillen tussen doelgroepen zijn er ook verschillen te zien tussen instituten.


Naar aanleiding van de 100 dagen HR-rapportage constateert het CvB van Hogeschool Rotterdam in de bestuurlijke duiding dat er in de eerste 100 dagen nog steeds winst valt te behalen op de 3 V's: verwachtingen, vaardigheden en verbinding. Dat het van belang is dat over dit onderzoek en de duiding daarvan binnen de opleidingen het gesprek wordt gevoerd en deze moeten bekijken of opleidingsspecifieke interventies nodig zijn. In de reviewrondes tussen CvB en de instituten wordt het gesprek gevoerd over de resultaten en de respons van dit onderzoek. Daarnaast wordt instituten gevraagd om de resultaten van het onderzoek te gebruiken om uitvoering te geven aan het beleid op de ankerpunten algemene tevredenheid, sense of belonging en studiesucces.

2.2.3 Wat weten we over het zelfregulerend leren van studenten vanuit de Studentenwelzijnsmonitor 2024-2025?

Uit onderzoek naar studentenwelzijn blijken leefstijl, stressbeleving, sense of belonging en kijk op het leven van invloed te zijn op de manier waarop studenten hun studie veerkrachtig kunnen voortzetten (Gomes, 2020; 2025). Het vragen om hulp is voor veel studenten geen vanzelfsprekendheid, en kan belemmerend werken in het (door)ontwikkelen van zelfregulerend leren. Daarnaast blijken studenten opvallend meer prestatiedruk vanuit zichzelf te ervaren dan vanuit de opleiding. Dit kan mogelijk wijzen op een perfectionistische houding of hoge ambities bij studenten, wat hen er mogelijk toe aanzet om zichzelf sterk onder druk te zetten om te presteren, ongeacht de daadwerkelijke verwachtingen van de opleiding.

De leeromgeving blijft een plek waar de meeste studenten zich op hun gemak voelen, zowel in sociaal als academisch opzicht. Wel liggen er voor sommige studenten verbeterkansen in hun zichtbaarheid en persoonlijke aandacht van docenten of studieloopbaancoaches, om meer steun en veiligheid te kunnen voelen. Maatschappelijke problemen zoals de beperkte beschikbaarheid van woonruimte en de wereldpolitieke situatie vormen blijvende en groeiende zorgen voor studenten. Zij lijken zich steeds meer betrokken te voelen bij (inter-)nationale vraagstukken, en deze zorgen zouden hun focus op studie en welzijn in negatieve zin kunnen beïnvloeden.

2.3 Samenvattend. Pedagogisch–didactische inhoudskennis: Actuele kennis over zelfregulerend leren (–interventies) (In de klas). Wat vraagt dit van het opleidingsteam?

Hoofdstuk 2	
Klasniveau: Pedagogisch–didactische inhoudskennis Actuele kennis over zelfregulerend leren (–interventies).	
Uitvoeringsprincipe	
Wij beschikken over actuele kennis over zelfregulerend leren (–interventies).	
<i>Wat vraagt dit van het opleidingsteam?</i>	
<p>–Actuele kennis over zelfregulerend leren: Wat is zelfregulerend leren, wat zijn zelfregulerende componenten en zelfregulerende vaardigheden? Hoe draagt zelfregulerend leren bij aan studentsucces? Welke evidence-informed interventies zelfregulerend leren kun je (als team) inbedden in het dagelijks onderwijs, hoe?</p> <p>–Nagaan met studenten in hoeverre het hen lukt succesvol zelfregulerend te leren. Wat missen zij hierin qua ondersteuning van het opleidingsteam?</p> <p>–Je (team-)aanpak zelfregulerend leren aanpassen op basis van onderzoek naar wat studenten nodig hebben hierin voor succesvol leren.</p>	

3. Pedagogisch–Didactisch handelen: Op maat ondersteunen van studenten bij zelfregulerend leren, in de klas



Wil je eerst zien hoe jouw collega's met dit deel van de leidraad aan de slag te zijn gegaan in hun beroepspraktijk?

[Klik hier voor een korte video.](#)

Of gebruik deze URL:

<https://www.hogeschoolrotterdam.nl/onderzoek/lectoren/talentontwikkeling/medewerkers/bruijn-smolders-msc-monique-de/leidraad-zelfregulerend-leren/>

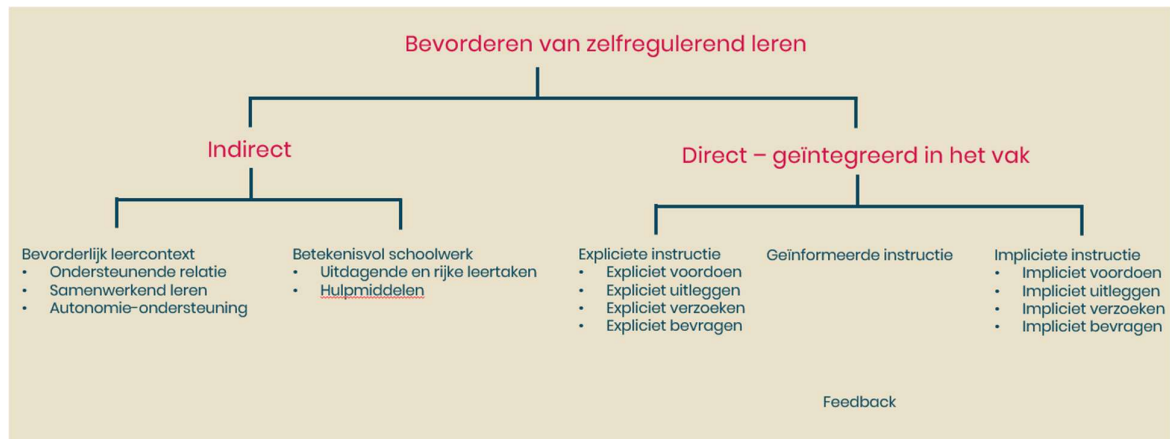
Studenten leren zelfregulerend leren door instructie en coaching in het dagelijks onderwijs, direct gekoppeld aan betekenisvolle beroepsopdrachten. Denk aan instructie en coaching bij het leren plannen van een projectopdracht. Maar hoe ontwikkel je als docententeam hierin een uitgebreid pedagogisch–didactisch handelingsrepertoire in de klas, en in lijn daarmee online, met AI? Een die alle studenten optimaal in staat stelt zelfregulerende vaardigheden te ontwikkelen zoals plannen, aandacht vasthouden, jezelf motiveren en motivatie op peil houden voor succesvol doelgericht leren. Wat is hierin nodig in de klas? Daarop wordt nader ingegaan in dit hoofdstuk (3). In hoofdstuk 4 wordt ingegaan op wat er nodig is voor op maat ondersteuning van studenten bij zelfregulerend leren online, AI-ondersteund.

3.1 (In-)directe instructie in zelfregulerend leren

In de literatuur wordt geschreven over twee manieren om studenten te ondersteunen bij zelfregulerend leren: direct en indirect (Callan et al., 2020; Dignath & Veenman, 2021; Sins, 2023). Hoe zien deze vormen van ondersteuning eruit en wat kan een opleidingsteam hierin ondernemen?

Indirecte ondersteuning bij zelfregulerend leren kan een opleidingsteam studenten geven door het bieden van een bevorderlijke leercontext voor zelfregulerend leren: een waarin studenten autonomie krijgen en uitdagende, rijke, taken waarin zij zelfregulerende vaardigheden leren ontwikkelen. Denk aan een projectopdracht waarin een groot beroep wordt gedaan op studenten om met elkaar te leren samenwerken, waarbij studenten ervaren dat het leren toepassen van zelfregulerende vaardigheden zoals doelen bepalen, plannen, een mindmap maken, hulp vragen, hen helpen om hierin met elkaar succes te behalen. Indirecte

ondersteuning is essentieel voor het ontwikkelen van zelfregulerend leren van studenten, echter, dit vereist dat studenten kennis hebben van zelfregulerende vaardigheden, weten wanneer welke van toepassing is en hoe deze in te zetten. Immers, net zoals dat geldt voor vakinhoud, denk aan wiskunde, sociologie, geldt ook voor zelfregulerende vaardigheden dat studenten deze eerst dienen te leren, alvorens deze te kunnen door ontwikkelen. “Zelfregulerend leren leren studenten niet vanzelf” (Sins, 2023), daarvoor is directe ondersteuning nodig: expliciete instructie. Zie figuur 6 voor een uitgewerkt model van (in-)directe instructie en Tabel 4 voor een uitwerking daarvan.



Figuur 6. Model voor het bevorderen van het zelfregulerend leren van leerlingen of studenten (Sins, 2023). Gebaseerd op het werk van Brown et al. (1981), Callan et al. (2020), Dignath en Veenman (2021) en Paris en Paris (2001).

	Expliciete instructie	Geïnfomeerde instructie	Impliciete instructie
Voordoen	De docent demonstreert de strategie aan de student, de docent laat zien hoe het moet.	Bij geïnfomeerde instructie moedigen docenten hun studenten aan om een strategie te gebruiken en ze geven hun wat informatie over het belang van die strategie.	De docent past een strategie toe, zonder expliciet te benoemen of uit te leggen wat hij/zij doet.
Uitleggen	De docent legt de strategie expliciet uit aan de student en vertelt de voordelen.		De docent nodigt de student uit om een strategie op te zoeken in bijvoorbeeld een boek.
Verzoeken	De docent vraagt expliciet aan de student om een specifieke strategie toe te passen		De docent herinnert de student eraan een strategie te gebruiken zonder dat expliciet te verzoeken.
Bevragen	De docent bevrage de student over het toepassen van een strategie.		De docent verwijst impliciet naar het toepassen van een strategie, maar stelt hier geen expliciete vragen over.

Tabel 4. Expliciete, geïnfomeerde en impliciete instructie nader uitgewerkt

Sins (2023)

3.2 Expliciete docent-instructie van zelfregulerende vaardigheden

Hoe geef je als docent expliciete instructie in zelfregulerende vaardigheden in de klas? Als vuistregel kan je als docent hier de Wat Wanneer Waaronder & Hoe: WWW&H-regel gebruiken. Vanuit de literatuur kan geconstateerd worden dat de WWW&H methode, ontleend aan het onderzoekswerk van Marcel Veenman, door docenten wordt ervaren als een effectieve toegankelijke methode voor het vergroten van docentbekwaamheid in ondersteuning van hun leerlingen en studenten bij zelfregulerend leren in de klas. Zie onderstaand kader (Tabel 5) voor uitleg over de WWW&H-methode, een uitgewerkt voorbeeld (Tabel 6) en een formulier te gebruiken als lesplan met gebruik van de WWW&H methode, direct te gebruiken door docenten (Tabel 7).

Tabel 5. WWW&H-regel expliciete docent-instructie in zelfregulerend leren, ontleend aan het onderzoekswerk van Marcel Veenman

**Tabel 6. WWW&H-regel Uitgewerkt voorbeeld
Zelfregulerende component: cognitieve strategieën**

Expliciete instructie in zelfregulerend leren	
We gebruiken daarvoor de WWW&H-regel:	
Wat	: Om welke zelfregulerende vaardigheid gaat het?
Wanneer	: Wanneer pas je die toe? (voor, tijdens, na)
Waarom	: Wat zijn de voordelen van die zelfregulerende vaardigheid?
Hoe	: Hoe gaat dat precies? (voordoën)

Zelfregulerende vaardigheid: schematiseren en organiseren, in dit geval met behulp van een mindmap of conceptmap

Instructie voor de strategie:	Organiseren van de leerstof van het vak Aardrijkskunde.
Wat (benoem en concretiseer):	We maken vandaag gebruik van de strategie 'organiseren'. Het gaat er bij deze strategie om dat je alle leerstof voor de toets overzichtelijk ordent.
Wanneer (voor, tijdens of na):	Wanneer ik een toets moet maken is het handig dat ik vooraf alle leerstof over één onderwerp bij elkaar zet en overzichtelijk maak.
Waarom (voordelen benoemen):	Als ik alle leerstof overzichtelijk bij elkaar plaats, dan krijg ik een overzichtelijk geheel van wat ik moet doen voor de toets. Het voordeel is dat als ik de leerstof in een logisch patroon zet, het gemakkelijker te onthouden is.
Hoe (modelleren, voordoën):	Ik kan dat doen door alle leerstof per onderwerp bij elkaar te zetten en onderwerpen die bij elkaar horen met elkaar te verbinden. Ik kan daarvoor een mindmap of conceptmap gebruiken. [demonstreert mindmap].

Andries Vroegrijk, 2023

Tabel 7. WWW&H Regel uitgewerkt, maak je eigen script (Sins, 2023)

**De WWW&H regel uitgewerkt -
maak je eigen script**

Instructie voor de strategie :

Wat (benoem en concretiseer) :

Wanneer (voor, tijdens, na) :

Waarom (voordelen benoemen) :

Hoe (modelleren – doe voor) :



Wil je meer voorbeelden zien over expliciete instructie?

[Klik hier.](#)

Of gebruik deze URL:

3.3 Didactisch coachen vanuit hoge verwachtingen

Expliciete instructie in zelfregulerend leren is essentieel, maar dan zijn we er nog niet. Aanvullend is coaching nodig. Een coachingsmethodiek die door docenten wordt ervaren als toegankelijk, direct inzetbaar in de klas is didactisch coachen vanuit hoge verwachtingen. Didactisch coachen betreft een beproefde onderwijsmethode die ervanuit gaat dat leerlingen beter presteren en meer gemotiveerd raken voor leren wanneer leraren hoge verwachtingen van hen hebben (Voerman & Faber, 2016, 2020; Hattie, 2023; Kaskens & Voerman, 2024). Bovendien is didactisch coachen een handige aanpak om 'scaffolding' aan te bieden: een aanpak die leerlingen zelfstandiger laat leren, doordat een docent zijn interventies aan de groei van de studenten aanpast en de intensiteit van de begeleiding geleidelijk afbouwt. Dat maakt dat de autonomie van de student toeneemt met een positief effect op het leren zelf (Van de Pol et al., 2010).

Didactisch coachen maakt het docenthandelen vanuit hoge verwachtingen mogelijk, draagt bij aan het leren van studenten en beoogt studenten te activeren en te motiveren door:

- Vriendelijk te zijn en de student te zien.
- Beperkt aanwijzingen te geven.
- Feedback te geven, die doelgerelateerd is, en niet alleen op het verschil van waar een student is ten opzichte van een doel, (discrepantiefeedback) maar juist ook aan te geven waar de student vooruit is gegaan (progressiefeedback). De feedback wordt gegeven in een verhouding van ongeveer 3:1 positieve en negatieve feedback, over de les heen. Daarbij wordt niet alleen feedback gegeven op de inhoud van de taak, maar vooral ook op de gebruikte strategie of aanpak. Bovendien wordt in didactisch coachen feedback gegeven op de modus van de studenten (hoe zit de student erbij, bijv. enthousiast, of balend) en de persoonlijke kwaliteiten van een student, bijvoorbeeld analytisch vermogen, of vriendelijkheid.
- Vragen stellen: Hierbij worden drie categorieën onderscheiden. Met categorie 1 vragen wordt bedoeld: vragen die te beantwoorden zijn met ja of nee, feitenvragen, retorische vragen en vragen over de regels in de klas. Categorie 2 vragen gaan over redeneringen ten aanzien van de inhoud of de taak. Ook vragen over modus horen hierbij. Categorie 3 vragen richten zich specifiek op metacognitieve strategieën, die van groot belang zijn voor zelfregulerend leren.

Er bestaat geen opbouw in de vragen. Er hoeft bijvoorbeeld niet eerst een categorie 1 vraag gesteld te worden, dan een categorie 2 vraag, gevolgd door een categorie 3 vraag. Het gaat om vragen, passend in het moment.

3.4 StuDiCoachen: Didactisch Coachen van zelfregulerend leren Studeren

Studenten leren zelfregulerend leren door instructie en coaching in het dagelijks onderwijs, bijvoorbeeld bij het leren plannen van een projectopdracht. Maar hoe ontwikkel je hierin als docententeam een duurzame handelwijze? Dat is nog niet zo gemakkelijk, weten we vanuit de wetenschap en de dagelijkse praktijk, ook aan Hogeschool Rotterdam.

In 2024 slaagde een docententeam aan Hogeschool Rotterdam hierin met twee kenniskringen: Zelfregulerend leren en Didactisch coachen vanuit hoge verwachtingen. Deze kleine deeltijd-lerarenopleiding was er eerder in geslaagd de aanpak *Didactisch coachen vanuit hoge verwachtingen* duurzaam te implementeren in hun

dagelijks onderwijs. Echter, hoewel gericht vragen stellen en feedback geven op zelfregulerend leren een essentieel onderdeel is van didactisch coachen, slaagde het docententeam er niet in zelfregulerend leren bij hun studenten te bevorderen.

Gestart werd met vraagarticulatie onder stakeholders. Studenten vertelden didactisch coachen te missen van hun docenten, specifiek in zelfregulerend leren studeren, met als gevolg verminderd studiesucces en plezier in leren. De betrokken docenten gaven hierop aan incompetentie te ervaren in didactisch coachen van hun studenten, in zelfregulerend leren studeren. Concreet benoemden zij een kennistekort in zelfregulerend leren(-interventies), studentbehoefte hierin en hoe naast coaching ook instructie te geven hierin aan studenten, wanneer van toepassing.

Hierop integreerden opleiders en onderzoekers beide beproefde aanpakken: Didactisch coachen en Zelfregulerend leren tot Didactisch Coachen voor zelfregulerend leren Studeren: StuDiCoachen. Zij implementeerden StuDiCoachen in de klas, en ontwikkelden een aansluitend professionaliseringsaanbod en een handleiding StuDiCoachen (De Jong et al., 2023).

Docenten (N=12) en studenten (N=5) concludeerden dat StuDiCoachen hun (coach)bekwaamheid in zelfregulerend leren en studiesucces bevorderde. Zie hieronder twee quotes.

Quote vanuit focusgroepinterviews StuDiCoachen:

Docent: *"En door dat didactisch coachen, door die opnames die gemaakt zijn te bespreken wat we doen, blijkt dat we nou laten we het bij mezelf houden dat ik het heel sterk juist wel deed, maar niet expliciet is. Dus vandaar wat ik net ook zei, heeft het heel erg geholpen aan het bewust worden van hoe, hoe noodzakelijk het is om dit om dit alles te expliciteren en daardoor past het natuurlijk juist in de in het curriculum en visie van een leraar opleiding, juist vanwege die de rol".*

Student: *"Als ik terugdenk aan die periode uit mijn klas, werd er toen destijds wel echt de tijd voor genomen om nou ja, veel onderwerpen met elkaar te bespreken. Waar loop je tegenaan, wat wordt er van je verwacht, hoe, hoe ga je dat aanpakken? En dus dat werd wel stap voor stap gedaan. Dus dat vond ik toen een heel goed begin."*

Vervolgonderzoek richt zich op opleidingsteams die zich ook professionaliseren in StuDiCoachen naar wat werkt in verschillende contexten, bijvoorbeeld: voltijd- versus deeltijdstudenten.



Wil je op de hoogte blijven over StuDiCoachen in de klas?

[Klik hier.](#)

Of gebruik deze URL:


<https://www.hogeschoolrotterdam.nl/onderzoek/projecten-en-publicaties/talentontwikkeling/optimaliseren-leerprocessen/didactisch-coachen-voor-zelfregulerend-studeren-in-de-klas/>

Benieuwd naar hoe StuDiCoachen eruitziet? Zie Tabel 8 voor drie uitgewerkte voorbeelden uit de handleiding StuDiCoachen (De Jong et al., 2023).

Tabel 8. Drie uitgewerkte voorbeelden StuDiCoachen, ontleend aan de handleiding StuDiCoachen (De Jong et al., 2023).

StuDiCoachen: Drie voorbeelden van een docentenvraag en daaraan gekoppeld docentfeedback.	
Voorbeeld 1	
Docentvraag: "Op welke vraag wil je per se antwoord hebben gekregen deze les?"	Docentfeedback: "Mooi dat je kan formuleren welk onderwerp nog onduidelijk voor je is. Je wilt hierop graag antwoord deze les en hebt daarmee een doel voor ogen" (Feedback op inhoud).
Voorbeeld 2	
Docentvraag: "Ik merk op dat het doel dat je stelt gebaseerd is op het bereiken van een prestatie. Heb je ook persoonlijke doelen voor dit jaar?"	Docentfeedback: "Dat is een haalbaar en concreet leerdoel dat je hebt dit jaar. Je wilt graag beter worden in het beknopt schrijven van verslagen. Hoe wil je daar beter in worden?" (Vraag). "Wat een goed idee om voorafgaand aan het schrijven van een verslag na te denken over de opbouw ervan en docenten te vragen om feedback bij het beoordelen van jouw verslag" (Feedback op strategie). "Je bent heel doelgericht bezig!" (Feedback op modus).
Voorbeeld 3	
Als antwoorden van de student uitblijven, het gesprek hapert, volgt expliciete docentinstructie met de WWW&H-methode: Wat Wanneer Waaronder & Hoe . Zie hier een voorbeeld van expliciete docentinstructie in plannen.	Expliciete docentinstructie: Voor een volgende keer wil ik je graag meegeven dat als je in de beginfase van het project meer tijd had besteed aan plannen, dit jou had kunnen helpen. "Projectplanning is voor mij ook altijd heel belangrijk, wil ik deze op tijd kunnen afronden". (Wat) "Het voordeel van plannen is dat ik dan weet wat ik ga doen en hoeveel tijd dit kost". (Wanneer) "Ik maak een projectplanning aan het begin van een project, elke dag als ik eraan werk maak ik een planning voor die dag, en ik pas mijn projectplanning regelmatig aan, waar nodig". (Waarom) "Denk aan noteren wat ik moet doen, hoeveel tijd ik nodig heb voor al mijn activiteiten" (Hoe) (Expliciete instructie).

3.5 Samenvattend. Pedagogisch-didactisch handelen in de klas. Wat vraagt dit van het opleidingsteam?

Hoofdstuk 3	
Klasniveau: Pedagogisch-didactisch handelen Op maat ondersteunen van studenten bij zelfregulerend leren, in de klas.	
Uitvoeringsprincipe	
<i>Wij ondersteunen onze studenten op maat bij zelfregulerend leren, in de klas.</i>	
<i>Wat vraagt dit van het opleidingsteam?</i>	
<p>-Handelingsbekwaamheid in een uitgebreid pedagogisch-didactisch handelingsrepertoire zelfregulerend leren ontwikkelen. Denk aan expliciete instructie en didactisch coachen van zelfregulerend leren, in de klas en in coaching. Een teamaanpak ontwikkelen die alle studenten optimaal in staat stelt zelfregulerend te leren voor studentsucces. Denk aan: diplomabehaling, persoonlijke ontwikkeling, plezier in leren, studentwelzijn.</p>	

4. Op maat ondersteunen van zelfregulerend leren, online, met AI



Wil je eerst zien hoe jouw collega's met dit deel van de leidraad aan de slag te zijn gegaan in hun beroepspraktijk?

[Klik hier voor een korte video.](#)

Of gebruik deze URL:

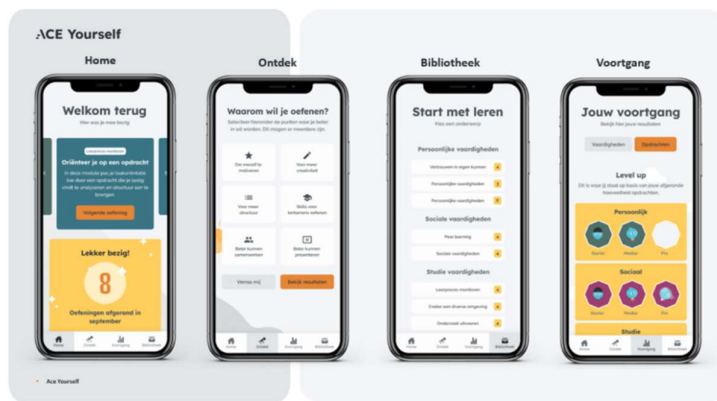
<https://www.hogeschoolrotterdam.nl/onderzoek/lectoren/talentontwikkeling/medewerkers/bruijn-smolders-msc-monique-de/leidraad-zelfregulerend-leren/>

Studenten worden steeds meer gevraagd ook te leren in een online leeromgeving, als aanvulling of voorbereiding van leren in de klas, voor het maken van opdrachten waaraan studenten veelal thuis werken, of als een cursus(deel), in de vorm van een e-learning. Net zoals in de klas, ontwikkelen studenten ook hun zelfregulerende vaardigheden zoals plannen, jezelf motiveren, geloof in eigen kunnen, online door. En net zoals in de klas, is instructie en coaching daarin essentieel. Hieronder lichten wij de ace-yourself vaardigheden app uit en AI-ondersteund StuDiCoachten.

4.1 De 'Ace Yourself app' voor studenten

Studenten in het hoger onderwijs hebben vaak moeite met het trainen, internaliseren en toepassen van belangrijke vaardigheden die nodig zijn voor hun toekomstige professionele loopbaan. Deze vaardigheden worden vaak niet expliciet onderwezen in klas en/of niet online, als studenten thuis of elders studeren. De Ace Yourself app is ontworpen om deze kloof te dichten. De app ondersteunt studenten bij de ontwikkeling van vaardigheden in het eerste jaar van hun studie en vergemakkelijkt de overgang van voortgezet naar hoger onderwijs. Daarnaast ondersteunt de app docenten in het geven van vaardighedenonderwijs.

In het kader van het samenwerkingsverband VO-HO 010 heeft de Erasmus Universiteit Rotterdam samen met andere universiteiten, middelbare scholen en o.a. Hogeschool Rotterdam deze app ontwikkeld.



Welke vaardigheden?

Vanuit het eerder ontwikkelde vaardighedenraamwerk ontwikkeld door het samenwerkingsverband vo-ho 010 richt de app zich op drie belangrijke leerpaden: studievoordigheden, persoonlijke ontwikkeling en sociale vaardigheden. Docenten kunnen de ontwikkeling van deze vaardigheden eenvoudig integreren in hun lessen en daarbij feedback en ondersteuning bieden. Studenten kunnen zelfstandig of in groepen aan hun vaardigheden werken, terwijl ze hun leerervaringen personaliseren. Aan de volgende vaardigheden kan worden gewerkt:

Persoonlijke vaardigheden (vaardigheden die belangrijk zijn in je persoonlijke ontwikkeling en die helpen om regie te nemen over je eigen leven): vertrouwen in eigen kunnen.

Sociale vaardigheden (vaardigheden die belangrijk zijn om effectief met anderen te interacteren): peer learning en creëer een diverse omgeving.

Studievoordigheden (vaardigheden die zich richten op hoe je leert): presenteren, onderzoek voorbereiden, uitvoeren en afronden, plannen en voorspellen, leerproces monitoren, zelfregulerende vaardigheden, taal.



Wil je voorbeelden inzien van scholen en opleidingen die geëxperimenteerd hebben met de Ace Yourself app? Zij delen hun materiaal voor implementatie en promotie via het samenwerkingsverband vo-ho 010.

Klik hier:

Of gebruik deze URL:

<https://www.aansluiting-voho010.nl/thema/vaardigheden/sub-thema/vaardighedenapp>

Voor meer informatie over het samenwerkingsverband vo-ho 010

Klik hier:

Of gebruik deze URL:

<https://www.aansluiting-voho010.nl/>

4.2 AI-ondersteund StuDiCoachen in lijn met StuDiCoachen in de klas

Zoals beschreven in paragraaf 3.3 integreerden in 2024 docenten, studenten en twee lectoraten hun inzichten in 1. Didactiek van hoge verwachtingen en 2. Zelfregulerend leren tot: Didactisch Coachen voor zelfregulerend Studeren, "StuDiCoachen". Studenten ervoeren de implementatie van StuDiCoachen in de klas als geslaagd, maar misten StuDiCoaching tijdens het online leren en wel zodanig dat dit hun studiesucces en plezier in leren negatief beïnvloedde. Vanuit dit knelpunt raakten de betrokken docenten opnieuw nieuwsgierig, dit keer naar hoe ze StuDiCoachen online kunnen vormgeven, AI-ondersteund, met participatief studentgericht ontwerp onderzoek. De opbrengsten: 1. Een docentgestuurde variant in lijn met StuDiCoaching in de klas en 2. Een studentgestuurde variant voor studenten waarvan hun docenten hen (nog) niet StuDiCoachen in de klas, asynchroon uit te voeren door de student.

In dit project combineren studenten, docenten en drie kenniskringen; 1. Didactisch coachen vanuit hoge verwachtingen, 2. Zelfregulerend leren en 3. Blended leren, hun inzichten tot één innovatieve aanpak: "AI-ondersteund StuDiCoachen". Het gaat om een online leeromgeving waarin studenten doorlopend hun ontwikkeling in zelfregulerend leren kunnen monitoren, op maat evidence-informed interventies ontvangen voor meer studiesucces en plezier in leren, met AI-ondersteunde didactisch coaching vanuit hoge verwachtingen.

In 2025 is er een projectteam samengesteld die in september-december 2025 projectfase 1 (prototyping) heeft uitgevoerd en daarmee een pilotversie AIO-StuDiCo heeft ontwikkeld voor de eerste 100 studentdagen en een werkwijze met elkaar heeft ontwikkeld voor in projectfasen 2,3 en 4.

Het projectteam AIO-StuDiCo bestaat uit vier subgroepen (regiegroep, werkgroep, interne- en externe klankbordgroep), die AIO-StuDiCo ontwikkelen met en voor studenten, op basis van maandelijks iteratieve feedbackcycli en aanpalend onderzoek.

Het projectteam ontwikkelt de innovatie AIO-StuDiCo de komende studie jaren door volgens het model van Losse & Van Turnhout (2021) in vier projectfasen:

1. Prototyping (Reeds afgerond in 2025)
2. **Technische test, april-juli 2026 (in opstart)**
3. Acceptatietest, sept 2026-juli 2027
4. Veldtest, sept 2027-juli 2028



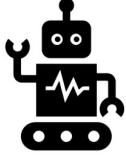
Wil je op de hoogte blijven over AI-Ondersteund StuDiCoachen?

[Klik hier.](#)

Of gebruik deze URL:

<https://www.hogeschoolrotterdam.nl/onderzoek/projecten-en-publicaties/talentontwikkeling/optimaliseren-leerprocessen/AI-ondersteund-didactisch-coachen-voor-zelfregulerend-leren/>

4.3 Samenvattend. Pedagogisch-didactisch handelen online, met AI. Wat vraagt dit van het opleidingsteam?

Hoofdstuk 4	
Klasniveau: Pedagogisch-didactisch handelen online, met AI. Op maat ondersteunen van studenten bij zelfregulerend leren, online, met AI.	
Uitvoeringsprincipe	
Wij ondersteunen onze studenten op maat bij zelfregulerend leren, online met AI.	
<i>Wat vraagt dit van het opleidingsteam?</i>	
-Handelingsbekwaamheid in een uitgebreid pedagogisch-didactisch handelingsrepertoire zelfregulerend leren online, met AI die aansluit bij de teamaanpak in de klas. Tezamen maakt dit een integrale aanpak zelfregulerend leren die alle studenten optimaal in staat stelt zelfregulerend te leren voor studentsucces.	

5. Betekenisvolle inbedding van zelfregulerend leren in de dagelijkse les, coaching, cursus, met het team



Wil je eerst zien hoe jouw collega's met dit deel van de leidraad aan de slag te zijn gegaan in hun beroepspraktijk?

[Klik hier voor een korte video.](#)

Of gebruik deze URL:

<https://www.hogeschoolrotterdam.nl/onderzoek/lectoren/talentontwikkeling/medewerkers/bruijn-smolders-msc.-monique-de/leidraad-zelfregulerend-leren/>

Hoofdstukken 3 en 4 gingen over op maat ondersteunen van studenten in de klas en online, AI-Ondersteund. Maar hoe zorg je dat zelfregulerend leren duurzaam wordt ingebed in jouw dagelijkse les, coaching, of in een cursus? Hoe draag je zorg voor een logische opbouw van zelfregulerend leren in het curriculum? Dit hoofdstuk geeft hiervoor handvatten; quikstarts voor het voorbereiden van jouw aankomende les(sen), mogelijkheden voor verdiepende analyse van het curriculum en het inrichten van een doorlopende leerlijn zelfregulerend leren.

5.1 Quikstart: zelfregulerend leren ondersteunen in jouw aankomende les

Wanneer docenten in hun klas aan de slag willen met het bevorderen van het zelfregulerend leren van studenten weten ze vaak niet goed waar ze moeten beginnen. In welke volgorde moet je dat doen en wat sluit het best aan bij jouw vak of lessituatie? De sorteermethodiek (Van der Haar, Vroegrijk & Sins, 2026) biedt ondersteuning bij het bepalen waar docenten het best kunnen beginnen. Met de sorteermethodiek is het mogelijk om snel en overzichtelijk te prioriteren welke zelfregulerende vaardigheden, oftewel leerstrategieën, extra aandacht behoeven in het vak van de docent.

In de loop van 2026 volgt nog een studentenversie zodat docenten ook hun studenten kunnen vragen om hun eigen prioritering te maken. De studentenversie komt alleen online beschikbaar.



Wil je de sorteermethodiek lezen en downloaden? [Klik](#)

[hier](#).

Of gebruik deze URL:

<https://www.hogeschoolrotterdam.nl/onderzoek/projecten-en-publicaties/talentontwikkeling/optimaliseren-leerprocessen/instructie-sorteermethodiek-bevorderen-zelfregulerend-leren/>.

5.2 Quikstart workshops leren studeren in de klas

Hoe kunnen we studenten helpen om met minder moeite en stress, maar met meer plezier en efficiëntie te studeren? Dit project bestaat uit een **kaartenset** en **workshops** die studenten helpen om zelf strategieën te ontdekken die voor hen werken.

De kaartenset is bedoeld voor studenten, docenten en coaches. De kaarten presenteren op een laagdrempelige en praktische manier:

- **22 herkenbare studieproblemen of uitdagingen in het (hoger) onderwijs**
- **22 inzichten** over de achterliggende mechanismen
- **22 inspirerende vragen** die helpen om oplossingen te bedenken
- **Praktische tips** op de achterkant van de kaart (die pas worden gelezen nadat studenten eerst zelf hebben nagedacht)

Het doel van de bijhorende workshops is studenten inzicht te geven in belangrijke factoren voor meer plezier en succes tijdens het studeren, en hen strategieën te laten ontdekken om stress, onzekerheid en demotivatie te voorkomen. De inhoud is gebaseerd op inzichten uit de gedragswetenschappen en neuropsychologie. De workshopvorm is bewust gekozen. In plaats van opgelegde studiemethodes ontdekken studenten zelf welke strategieën voor hen werken. Dit vergroot hun motivatie en betrokkenheid. Bovendien onthouden en gebruiken studenten ideeën eerder wanneer ze die zelf bedenken of zien dat leeftijdsgenoten ze toepassen. Tijdens de workshop werken studenten in kleine groepen met een selectie van kaarten. Ze kiezen onderwerpen die voor hen het meest relevant zijn, brainstormen samen over mogelijke oplossingen en presenteren hun ideeën aan elkaar. Daarna vergelijken en verdiepen ze hun inzichten in een gezamenlijke reflectie.

Aan het einde van de workshop denken studenten na over twee kernvragen:

1. Hoe kunnen ze bewuster omgaan met factoren die hen belemmeren tijdens het studeren?
2. Welke prikkels kunnen ze creëren om elke dag meer het beste uit zichzelf te halen?

Na afloop krijgen de deelnemers de kaartenset mee als praktische zelfhulptool, zodat ze de inzichten en strategieën ook later kunnen blijven gebruiken.



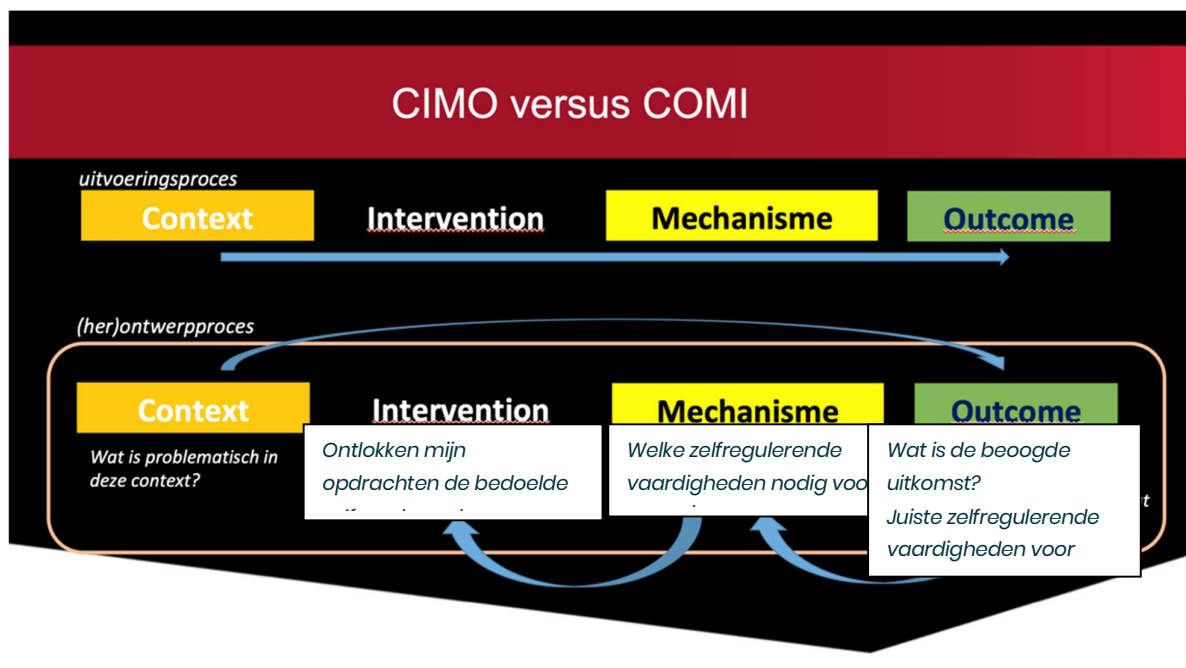
Wil je de kaarten downloaden? [Klik hier.](#)

Of gebruik deze URL:

<https://humanmindinstitute.org/nl/22-fundamentele-inzichten-over-succesvol-studeren-in-het-hoger-onderwijs/>

5.3 Zelfregulerende vaardigheden integreren in de les, in coaching, een cursus, het curriculum met CIMO

Instructie en coaching van zelfregulerend leren aanbieden als een integrale aanpak is behulpzaam bij op maat ondersteuning van zelfregulerend leren in de klas. Maar hoe integreer je die ondersteuning op haar beurt weer in de dagelijkse les, in coaching, een cursus? Dit vereist een probleemanalyse. Een manier om deze uit te voeren is volgens CIMO (Context-Intervention-Mechanism-Outcome). Zie figuren 7a en 7b hieronder voor een voorbeeld voor probleemanalyse van het integreren van zelfregulerende vaardigheden in een projectopdracht, uitgevoerd door een opleiding aan HR in 2023.



Figuur 7a. Probleemanalyse zelfregulerende vaardigheden voor studiesucces, probleemanalyse volgens CIMO (Context-Intervention-Mechanism-Outcome) (Klatter, 2021).

Probleemanalyse team volgens CIMO (Context-Intervention-Mechanism-Outcome)	
Wat is problematisch in deze context?	Leren samenwerken in een projectopdracht
Wat is de beoogde uitkomst? Juiste zelfregulerende vaardigheden voor voldoende leerresultaat	Eerste opdracht projectmatig werken Leerjaar 1 Uitkomst: gezamenlijk projectverslag met individuele zelfbeoordeling op de hieraan gekoppelde competentie: samenwerken
Welke zelfregulerende vaardigheden zijn nodig voor toets-/opdrachtbehaling?	Jezelf motiveren, elkaar motiveren, aandacht vasthouden, plannen, monitoren, time-management, kritisch denken cognitieve strategieën
Ontlocken mijn opdrachten, projecten, werkvormen, de bedoelde zelfregulerende vaardigheden?	Niet voldoende. In te zetten interventies: -Werkvormen organiseren voor fysieke en mentale deelname. -Expliciteren van zelfregulerende vaardigheden in het lesplan, leerdoelen, lesmateriaal en operationaliseren. -Elke te ontwikkelen zelfregulerende vaardigheid met elkaar bespreken in het team en hierop reflecteren. Zo bouwen aan een gezamenlijke kennisbasis hierin en een teamaanpak.

Figuur 7b. Ingevulde probleemanalyse volgens CIMO (Context-Intervention-Mechanism Outcome), opleidingsteam X, 2023



Wil je meer informatie over CIMO?

[Klik hier](#)

Of gebruik deze URL:

<https://www.hogeschoolrotterdam.nl/onderzoek/projecten-en-publicaties/talentontwikkeling/onderwijskwaliteit-in-verbinding/CIMO/>

5.4 Toewerken naar een doorlopende leerlijn zelfregulerend leren

Het vaardighedenraamwerk vo-ho inclusief rubrics kan opleidingen helpen een doorlopende leerlijn vorm te geven. Na uitgebreid onderzoek is in kaart gebracht welke vaardigheden zorgen voor een succesvolle overgang van voortgezet onderwijs naar hoger onderwijs.

Op basis van alle verzamelde data en expertise is het vaardighedenraamwerk ontwikkeld vanuit het samenwerkingsverband vo-ho 010, dat bestaat uit drie hoofdcategorieën. Per categorie zijn vaardigheden en deelvaardigheden beschreven. De vaardigheden zijn voor docenten uitgewerkt in rubrics, er is een onderverdeling gemaakt tussen einddoelen voor de onderbouw en de bovenbouw voor havo en vwo en in het eerste jaar aan het hbo.



Het raamwerk onderscheidt drie categorieën vaardigheden: studievoordigheden, persoonlijke vaardigheden en sociale vaardigheden. Er is een beslisboom ontwikkeld waarmee je kunt bepalen welke vaardigheid belangrijk is aandacht aan te geven wanneer. Het gaat om:

Persoonlijke vaardigheden (vaardigheden die belangrijk zijn in je persoonlijke ontwikkeling en die helpen om regie te nemen over je eigen leven): coping en veerkracht, motivatie, beslissingen nemen en waardeontwikkeling.

Sociale vaardigheden (vaardigheden die belangrijk zijn om effectief met anderen te interacteren): interpersoonlijke vaardigheden, samenwerken, interculturele sensitiviteit en competenties, netwerken.

Studievoordigheden (vaardigheden die zich richten op hoe je leert): zelfregulatie: metacognitieve kennis en vaardigheden, cognitieve vaardigheden, onderzoeksvaardigheden, communicatievaardigheden, redeneervaardigheden, digitale vaardigheden.



Wil je het vaardighedenraamwerk inclusief rubrics of de beslisboom inzien of downloaden?

[Klik hier \(vaardighedenraamwerk inclusief rubrics\)](#)


[Klik hier \(beslisboom\)](#)

Of gebruik deze URLs:

<https://www.aansluiting-voho010.nl/materiaal/het-vaardighedenraamwerk-inclusief-rubrics>

https://storage.googleapis.com/voho_prod_files/vaardigheden_totaaloverzicht_a8baab722b/vaardigheden_totaaloverzicht_a8baab722b.pdf

5.5 Samenvattend. Betekenisvolle inbedding van zelfregulerend leren in de dagelijkse les, coaching, cursus. Wat vraagt dit van het opleidingsteam en de curriculumcommissie?

Hoofdstuk 5	
Opleidingsniveau: Curriculum Betekenisvolle inbedding van zelfregulerend leren in de dagelijkse les, coaching, cursus.	
<i>Uitvoeringsprincipe</i>	
<i>Wij hebben zelfregulerend leren geïntegreerd in ons curriculum, als een doorlopende leerlijn; aansluitend op voorbereidend- en vervolgonderwijs.</i>	
<i>Wat vraagt dit van het opleidingsteam en van de curriculumcommissie?</i>	
<p>-Als opleidingsteam: De les, coaching, cursus, het curriculum, zodanig herontwerpen dat zelfregulerend leren integraal en betekenisvol is ingebed in het dagelijks onderwijs, gekoppeld aan leerdoelen en beoogde leeruitkomsten, gericht op beroepstaken in authentieke, contextrijke situaties.</p> <p>-Als curriculumcommissie: Een doorlopende leerlijn zelfregulerend leren ontwikkelen, aansluitend op het voorbereidend onderwijs en voorbereidend op het toekomstig beroep en vervolgonderwijs.</p>	

6. Lerend samen werken aan een gedeelde aanpak zelfregulerend leren in het dagelijks onderwijs, met het team: Van thema-expertise naar een integrale aanpak



Wil je eerst zien hoe jouw collega's met dit deel van de leidraad aan de slag te zijn gegaan in hun beroepspraktijk?

[Klik hier voor een korte video.](#)

Of gebruik deze URL:

<https://www.hogeschoolrotterdam.nl/onderzoek/lectoren/talentontwikkeling/medewerkers/bruijn-smolders-msc.-monique-de/leidraad-zelfregulerend-leren/>

Met als doel opleidingsteams op weg te helpen bij het samen leren werken aan een integrale teamaanpak zelfregulerend leren in hun dagelijks onderwijs, ontwikkelt de kenniskring zelfregulerend leren verschillende leergangen. Zie hieronder welke.

6.1 De Leergang Zelfregulerend leren

De Leergang Zelfregulerend Leren is ontwikkeld door de Kenniskring zelfregulerend leren en de kenniskring Leren om docenten te ondersteunen bij doelgerichte bevordering van zelfregulerend leren van hun studenten, voor studiesucces, binnen hun eigen onderwijspraktijk. Deze leergang heeft twee doelstellingen:

- Versterken van het bewustzijn van docenten over hun rol in bevordering van zelfregulerend leren voor studentsucces.
- Vergroten van hun handelingsbekwaamheid om effectief bij te dragen aan succesvol doelgericht leren van hun studenten.

6.1.1 Opbouw van de leergang Zelfregulerend leren – twee fasen

De leergang bestaat uit twee fasen (Figuur 7). Na een intake en startbijeenkomst binnen het opleidingsteam melden bekwame, gemotiveerde docenten zich aan om in de eerste fase opgeleid te worden tot studiegroepbegeleider zelfregulerend leren om vervolgens met kleine groepen docenten (6 tot 8 deelnemers) een professionaliseringstraject zelfregulerend leren vorm te geven met behulp van kort-cyclische experimenten in de eigen beroepspraktijk; volgens de Teacher Study Groupmethode, een collectieve, actieve en duurzame aanpak met inhoudelijke focus en een sterke samenhang met de eigen lespraktijk (Desimone & Garet, 2015; Firestone et al., 2020). Aanvullend onderzoek brengt het zelfregulerend leren van studenten van de opleiding in kaart zodat duidelijk is met welke ondersteuning de studenten van de opleiding het best, op maat, geholpen zijn.



Figuur 8. Opbouw Leergang Zelfregulerend leren



Wil je meer informatie over de leergang zelfregulerend leren?

[Klik hier.](#)

Of gebruik deze URL:

<https://www.hogeschoolrotterdam.nl/onderzoek/projecten-en-publicaties/talentontwikkeling/optimaliseren-leerprocessen/zelfregulerend-leren-in-het-hoger-onderwijs/>

6.2 Leergang Didactisch Coachen voor zelfregulerend leren Studeren: StuDiCoachen

Voor opleidingsteams die al goed onderlegd zijn in didactisch coachen en zichzelf willen bekwamen in StuDiCoachen: Didactisch Coachen voor zelfregulerend leren Studeren, inclusief expliciete instructie, geldt dat zij de leergang StuDiCoachen kunnen volgen. In dat geval volgen deelnemers Fase 1 van de Leergang Zelfregulerend leren. In Fase 2 worden deelnemers gecoached door Studiegroepbegeleiders StuDiCoachen bij het opzetten van studiegroepen (*Teacher Study Groups*) zelfregulerend leren: in de eigen beroepspraktijk. Vervolgens gaan studiegroepbegeleiders met hun collega's experimenteren met StuDiCoachen in de eigen beroepspraktijk met behulp van beeldcoaching en video-intervisie en de handleiding StuDiCoachen (De Jong et al., 2023). Zie hoofdstuk 10 voor een voorbeeld van een professionaliseringstraject StuDiCoachen in de praktijk aan Hogeschool Rotterdam.

6.3 Leergang zelfanalyse zelfregulerend leren, in ontwikkeling

Kennisbasis En Uitvoeringsprincipes–Zelfanalyse–Experiment:KEUZE–methodiek zelfregulerend leren.

Studenten optimaal ondersteunen bij zelfregulerend leren, denk aan plannen, aandacht vasthouden in hun dagelijks onderwijs is niet zo gemakkelijk. De kenniskring zelfregulerend leren ondersteunt opleidingsteams hierin met de voorliggende *Leidraad zelfregulerend leren studeren* als richtinggevend werk en denkkader voor een zelfanalyse, gevolgd door een experimentontwerp. Centraal in deze zelfanalyse staan basisvragen zoals:

- Wat hebben studenten nodig voor hun toekomstige beroep?
- Wat betekent dit voor ons dagelijks onderwijs, voor teamprofessionalisering?

Verwachte opbrengsten:

1. Een handleiding KEUZE-methodiek zelfregulerend leren.
2. Een bijpassend professionaliserings- en ondersteuningsaanbod.



Wil je meer informatie over de KEUZE-methodiek zelfregulerend leren? [Klik hier.](#)

Of gebruik deze URL:

<https://www.hogeschoolrotterdam.nl/onderzoek/projecten-en-publicaties/talentontwikkeling/optimaliseren-leerprocessen/KEUZE-methodiek-zelfregulerend-leren/>


6.4 Leergang Zelfregulerend leren en leergang StuDiCoachen voor leidinggevenden, in ontwikkeling.

Om te ontwikkelen per 2026 staat op de planning een leergang Zelfregulerend leren voor leidinggevenden en voor diegenen die al onderlegd zijn in de leergang didactisch coachen voor leidinggevenden: een leergang StuDiCoachen voor leidinggevenden.

6.5 Op maat professionaliseringstrajecten

In het geval er sprake is van een andere professionaliseringsvraag, of je professionaliseringsvraag is nog niet duidelijk, gaan wij graag in gesprek hierover. Na een zelfanalyse kan een traject op maat worden vormgegeven.

6.6 Samenvattend. Van thema-expertise zelfregulerend leren naar een integrale opleidingsaanpak zelfregulerend leren. Wat vraagt dit van het opleidingsteam en van studiegroepbegeleiders zelfregulerend leren?

Hoofdstuk 6	
Opleidingsniveau: Teamleren en thema-expertise Van thema-expertise zelfregulerend leren naar een integrale opleidingsaanpak zelfregulerend leren.	
<i>Uitvoeringsprincipe</i>	
<i>Wij werken lerend samen aan een teamaanpak zelfregulerend leren in ons dagelijks onderwijs: van thema-expertise naar een integrale aanpak zelfregulerend leren.</i>	
<i>Wat vraagt dit van het opleidingsteam en studiegroepbegeleiders zelfregulerend leren?</i>	
<ul style="list-style-type: none"> -Als opleidingsteam: Een aantal docenten laten opleiden tot studiegroepbegeleiders zelfregulerend leren die op hun beurt de professionalisering zelfregulerend in hun eigen team (leren) trekken met behulp van kort-cyclische experimenten in de eigen onderwijspraktijk (teacher study groupmethode), met als doel thema-expertise zelfregulerend leren te verwerven als team. -Als studiegroepbegeleider zelfregulerend leren: -Eigen kennis zelfregulerend leren blijven actualiseren en doorgeven aan het eigen opleidingsteam -Professionalisering zelfregulerend leren in het eigen team in de eigen onderwijspraktijk blijven aanjagen, als onderdeel van de professionaliseringjaaragenda van het team. -Uit blijven wisselen met interne en externe studiegroepbegeleiders, op het thema zelfregulerend leren en op andere thema's, denk aan: didactisch coachen, taal, met als doel van elkaar te leren, kennis en inzichten te integreren tot vernieuwende aanpakken en te ondersteunen bij implementatie. 	

7. Op maat ondersteunen van onderwijsprofessionals bij zelfregulerend werken in de instelling, in lijn met zelfregulerend leren in de klas



Wil je eerst zien hoe jouw collega's met dit deel van de leidraad aan de slag te zijn gegaan in hun beroepspraktijk?

[Klik hier voor een korte video.](#)

Of gebruik deze URL:

<https://www.hogeschoolrotterdam.nl/onderzoek/lectoren/talentontwikkeling/medewerkers/bruijn-smolders-msc.-monique-de/leidraad-zelfregulerend-leren/>

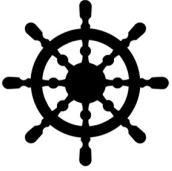
Als docenten zich willen bekwamen in het ondersteunen van zelfregulerend leren van hun studenten, dan betekent dit dat docenten tijd nodig hebben voor professionalisering hierin, denk aan het volgen van een leergang, en voor professionalisering in de eigen beroepspraktijk. Dit vraagt van de onderwijsmanager facilitatie van tijd, materialen, middelen en professionaliseringsmogelijkheden. Vanuit onderzoek weten we dat als het gaat om docentcompetentie in het ondersteunen van studenten bij zelfregulerend leren, niet alleen hun competenties daarin van belang zijn, denk aan expliciet instrueren en coachen van zelfregulerend leren. Om studenten te kunnen ondersteunen in zelfregulerend leren, zijn hun (leer-)ervaringen als zelfregulerend lerende docent net zo belangrijk. Als docenten eenmaal ervaren dat zelfregulerend leren hen zelf helpt, gaan zij zelfregulerend leren steeds meer zien als een essentieel onderdeel van de studie (Karlen et al., 2020; 2025).

De onderwijsmanager kan docenten coachen in hun eigen zelfregulerende vaardigheden zoals plannen, aandacht vasthouden en jezelf motiveren, immers, dergelijke vaardigheden zijn elke dag van belang om werkgerelateerde doelen te kunnen behalen.

Extra helpend hierbij is dat de onderwijsmanager docenten instrueert en coachet in zelfregulerende vaardigheden, zoals zij dit ook bij hun studenten nastreven te doen. In het ideale geval gaat de onderwijsmanager dan ook mee op trainingen in zelfregulerend leren, met zijn team. Een andere optie is om

een aparte (leermeester-)training te organiseren voor onderwijsmanagers die hun team willen coachen in ondersteuning van hun studenten in zelfregulerend leren studeren.

7.1 Samenvattend. Op maat ondersteunen van onderwijsprofessionals bij zelfregulerend werken, in lijn met zelfregulerend leren in de opleiding/klas. Wat vraagt dit van de leider?

Hoofdstuk 7	
Instellingsniveau: Leiderschap Op maat ondersteunen van onderwijsprofessionals bij zelfregulerend werken, in lijn met zelfregulerend leren in de opleiding/klas.	
Uitvoeringsprincipe	
<i>Wij ondersteunen onze onderwijsprofessionals bij zelfregulerend werken, in lijn met zelfregulerend leren in de opleiding/klas.</i>	
<i>Wat vraagt dit van de leider?</i>	
<ul style="list-style-type: none"> - Beschikken over de actuele kennis over zelfregulerend leren (-interventies). - Het opleidingsteam faciliteren in hun activiteiten met betrekking tot zelfregulerend leren - Het opleidingsteam modelleren en coachen in zelfregulerende vaardigheden; denk aan plannen, aandacht vasthouden, jezelf motiveren voor doelgericht werken, in lijn met hoe het opleidingsteam dat bij hun studenten doet: denk aan expliciete instructie, didactisch coachen voor zelfregulerend (leren) werken. - Waar nodig zich nader professionaliseren in zelfregulerend leren (-interventies) voor docenten(-teams). 	

8. Samen (leren) werken aan zelfregulerend leren integreren in de kwaliteitszorgcyclus in de instelling, en in (lijn met) het instellingskwaliteitsbeleid



Wil je eerst zien hoe jouw collega's met dit deel van de leidraad aan de slag te zijn gegaan in hun beroepspraktijk?

[Klik hier voor een korte video.](#)

Of gebruik deze URL:

<https://www.hogeschoolrotterdam.nl/onderzoek/lectoren/talentontwikkeling/medewerkers/bruijn-smolders-msc.-monique-de/leidraad-zelfregulerend-leren/>

Als het gaat om de kwaliteitszorgcyclus is het niet alleen van belang dat voor zelfregulerend leren beschreven wordt in kerndocumenten zoals de zelfevaluatie, het inhoudelijk opleidingskader en de opleidingsvisie hoe zelfregulerend leren vorm krijgt in de praktijk; in lijn met het instellingskwaliteitsbeleid; denk aan de strategische agenda, de onderwijsvisie. Het is ook van belang dat kennis- en expertiseontwikkeling rondom zelfregulerend leren voor studentsucces in- en extern gemonitord wordt en tot nut gebracht aan de hele instelling door (instellings-)beleid hierop aan te passen waar wenselijk.

Zie Tabel 9 voor hoe samen werken aan integrale aanpakken zelfregulerend, voor studentsucces, te relateren is aan de vier standaarden voor accreditatie van opleidingen Hoger onderwijs (Zie: <https://www.nvao.net/nl>), bedoeld als handreiking voor het beschrijven van samen werken aan integrale aanpakken zelfregulerend leren, voor studentsucces, in documenten die benodigd zijn in het kader van een opleidingsvisite.

Tabel 9. Samen werken aan integrale aanpakken zelfregulerend leren gerelateerd aan de vier standaarden Opleidingen Hoger Onderwijs (Zie: <https://www.nvao.net/nl>) (Deel 1 van 2).

Richtvragen Vier standaarden Accreditatie Opleidingen Hoger Onderwijs	Uitvoeringprincipes zelfregulerend leren (Deze Leidraad zelfregulerend leren studeren)
Standaard 1 Beoogd Eindniveau	Hoofdstuk 9 Visie
<i>Biedt het opleidingsprogramma een realistisch en haalbaar plan om studenten het juiste eindniveau te laten bereiken?</i>	<p>Een gedragen (team-)visie zelfregulerend leren voor studentsucces.</p> <p>Dit blijkt uit dat de opleiding:</p> <ul style="list-style-type: none"> -De teamvisie formuleert op zelfregulerend leren, nodig voor het beroep waarvoor wordt opgeleid. Voor startbekwaamheid, een leven lang leren, duurzame inzetbaarheid en in lijn met de instellings- onderwijsvisie. -Nagaat wat de teamvisie op zelfregulerend leren betekent voor het dagelijks leren van studenten; de inrichting van het curriculum, het onderwijsontwerp, het pedagogisch- didactisch handelen (denk aan instructie en coaching) en (team-)professionalisering.
Standaard 2 Curriculum, leeromgeving en toetsing	Hoofdstuk 5 Curriculum
<i>Sluiten de opbouw van de opleiding, de manier waarop onderwijs wordt gegeven (de leeromgeving) en hoe de studenten worden getoetst aan het verwachte eindniveau?</i>	<p>Betekenisvolle inbedding van zelfregulerend leren in de dagelijkse les, coaching, cursus.</p> <p>Dit blijkt uit dat de opleiding:</p> <p>de les, coaching, cursus, het curriculum, zodanig herontwerpt dat zelfregulerend leren integraal en betekenisvol is ingebed in het dagelijks onderwijs, gekoppeld aan leerdoelen en beoogde leeruitkomsten, gericht op beroepstaken in authentieke, contextrijke situaties.</p> <p>Ook blijkt dit uit dat de curriculumcommissie:</p> <p>Een doorlopende leerlijn zelfregulerend leren ontwikkelt, aansluitend op het voorbereidend onderwijs en voorbereidend op het toekomstig beroep en vervolgonderwijs.</p>

Tabel 9. Samen werken aan integrale aanpakken zelfregulerend leren gerelateerd aan de vier standaarden Opleidingen Hoger Onderwijs Nederlandse (Zie: <https://www.nvao.net/nl>) (Deel 2 van 2).

Richtvragen Vier standaarden Accreditatie Opleidingen Hoger Onderwijs	Uitvoeringprincipes zelfregulerend leren (Deze Leidraad zelfregulerend leren studeren)
<p>Standaard 3 Docenten</p> <p>Zijn de docenten van de opleiding voldoende gekwalificeerd en deskundig om de studenten op te leiden?</p>	<p>Hoofdstuk 6 Teamleren en thema-expertise</p> <p>Wij werken lerend samen aan een teamaanpak zelfregulerend leren in ons dagelijks onderwijs: van thema-expertise naar een integrale aanpak zelfregulerend leren.</p> <p>Dit blijkt uit dat de opleiding:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Een aantal docenten laat opleiden tot studiegroepbegeleiders zelfregulerend leren die op hun beurt de professionalisering zelfregulerend in hun eigen team (leren) trekken met behulp van kort-cyclische experimenten in de eigen onderwijspraktijk (teacher study groupmethode), met als doel thema-expertise zelfregulerend leren te verwerven als team. <p>Studiegroepbegeleiders die:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Eigen kennis zelfregulerend leren blijven actualiseren en doorgeven aan het eigen opleidingsteam -Professionalisering zelfregulerend leren in het eigen team in de eigen onderwijspraktijk blijven aanjagen, als onderdeel van de professionaliseringjaaragenda van het team. -Uit blijven wisselen met interne en externe studiegroepbegeleiders, op het thema zelfregulerend leren en op andere thema's, denk aan: didactisch coachen, taal, met als doel van elkaar te leren, kennis en inzichten te integreren tot vernieuwende aanpakken en te ondersteunen bij implementatie.
<p>Standaard 4 Gerealiseerde leerresultaten</p> <p>Kan de opleiding bewijzen dat de beoogde leerresultaten daadwerkelijk behaald worden?</p>	<p>Hoofdstuk 1: Pedagogisch-didactische inhoudskennis</p> <p>Actuele kennis over zelfregulerend leren (-interventies)</p> <p>Dit blijkt uit dat de opleiding:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Nagaat met studenten in hoeverre het hen lukt succesvol zelfregulerend te leren. Wat missen zij hierin qua ondersteuning van het opleidingsteam? -de (team-)aanpak zelfregulerend leren aanpast op basis van onderzoek naar wat studenten nodig hebben hierin voor succesvol leren.

8.1 Samenvattend. Samen (leren) werken aan zelfregulerend leren integreren in de kwaliteitszorgcyclus, en in (lijn met) het instellingskwaliteitsbeleid. Wat vraagt dit van het opleidingsteam, adviseurs, onderzoekers, beleidsmakers en bestuurders?

Hoofdstuk 8	
Instellingsniveau: Kwaliteitszorg en -beleid Samen (leren) werken aan zelfregulerend leren is geïntegreerd in de kwaliteitszorgcyclus, en in (lijn met) het instellingskwaliteitsbeleid.	
Uitvoeringsprincipe	
<i>Wij hebben samen (leren) werken aan zelfregulerend leren geïntegreerd in onze kwaliteitszorgcyclus en in (lijn met) het (instellings-)kwaliteitsbeleid.</i>	
<i>Wat vraagt dit van het opleidingsteam, adviseurs, onderzoekers, beleidsmakers en bestuurders?</i>	
<ul style="list-style-type: none"> -Als opleidingsteam: Beschrijven in kerndocumenten zoals de zelfevaluatie, het inhoudelijk opleidingskader en de opleidingsvisie hoe zelfregulerend leren vorm krijgt in de praktijk, in lijn met het instellingskwaliteitsbeleid; denk aan de strategische agenda, de onderwijsvisie -Als adviseurs, pedagogisch-didactisch hoofddocenten: Samen met opleidingsteams en onderzoekers professionalisering zelfregulerend leren voor opleidingsteams ontwikkelen en ontsluiten via een centrale plek voor (docent-)professionalisering: een <i>Center for Teaching and Learning</i>. Ontwikkelde kennis en expertise in- en extern ophalen en tot nut brengen aan de instelling. -Als onderzoekers: Aanpalend onderzoek verrichten naar zelfregulerend leren, ontwikkelde kennis tot nut brengen aan overige opleidingsteams en aan andere (hoger) onderwijsinstellingen en voor (door) te ontwikkelen professionalisering hierin. -Als beleidsmakers/bestuurders: Kennis- en expertiseontwikkeling in- en extern monitoren en tot nut brengen aan de hele instelling door (instellings-)beleid hierop aan te passen waar wenselijk. -Allen: Afstemmen met elkaar, kennisdeling en verder leren met elkaar als het gaat om zelfregulerend leren, bijvoorbeeld in de vorm van een docentstudiegroep, professionele leergemeenschap, werkplaats, kenniskring. 	

9. Samen werken aan een gedragen teamvisie zelfregulerend leren, voor studentsucces



Wil je eerst zien hoe jouw collega's met dit deel van de leidraad aan de slag te zijn gegaan in hun beroepspraktijk?

[Klik hier voor een korte video.](#)

Of gebruik deze URL:

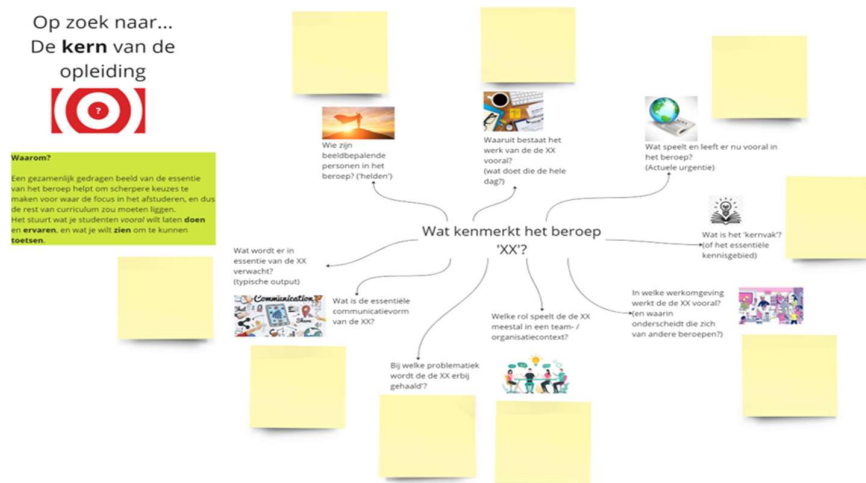
<https://www.hogeschoolrotterdam.nl/onderzoek/lectoren/talentontwikkeling/medewerkers/bruijn-smolders-msc.-monique-de/leidraad-zelfregulerend-leren/>

Tot slot is het van belang dat de teamaanpak zelfregulerend leren in lijn is met de opleidingsvisie zelfregulerend leren. In het ideale geval formuleer je eerst als opleiding met stakeholders de opleidingsvisie zelfregulerend leren om vervolgens in lijn daarmee hieraan gerelateerde domeinen uit te werken, denk aan het inrichten van het curriculum, ondersteuning van zelfregulerend leren in de klas. Zie hieronder een werkvorm ontwikkeld door de kenniskring Integrale curriculumontwikkeling die daarbij helpend kan zijn.

9.1 Werkvorm formuleren benodigde zelfregulerende vaardigheden studenten voor op te leiden beroep

Opzet;


- Formuleer de kern van het beroep, noteer voor jezelf op papier. Ophalen voorbeelden (vergelijken en aanvullen vanuit de groep)
- Behandelen verschillende vragen (zie Mira bord), doorvragen en aanvullen
- Samen formuleren kern of rode draad
- Conclusie. Vergelijk met eigen formulering. Gap?



Figuur 9. Werkvorm voor (aanzet tot) ontwikkelen van een opleidingsvisie (Kenniskring Integrale Curriculumontwikkeling, 2023)

Een opleidingsvisie formuleren en daarna de overige domeinen ontwerpen en inrichten is de koninklijke weg en lukt in het geval het gaat om een nieuw te starten opleiding. Echter, vanuit de praktijk weten wij dat als het gaat om zelfregulerend leren in bestaande opleidingen, teams in het algemeen willen starten met professionalisering op het gebied van pedagogisch-didactische inhoudskennis, gevolgd door pedagogisch-didactisch handelen leren verbeteren in de beroepspraktijk. Na zo'n twee-drie jaren zetten teams daarna vaak de stap naar het onder de loep nemen van het curriculum en zelfregulerend leren hierin te integreren. Gaandeweg ontwikkelt het team zo een visie op zelfregulerend leren voor studentsucces die tot uiting komt in de ontwikkelde teamaanpak.

9.2 Samenvattend. Een gedragen (team-)visie zelfregulerend leren ontwikkelen voor studentsucces. Wat vraagt dit van het opleidingsteam?

Hoofdstuk 9	
<p>Visie</p> <p>Een gedragen (team-)visie zelfregulerend leren voor studentsucces.</p>	
Uitvoeringsprincipe	
<i>Er is sprake van een gedragen teamvisie op zelfregulerend leren voor studentsucces.</i>	
<i>Wat vraagt dit van het opleidingsteam?</i>	
<ul style="list-style-type: none"> -Bewust worden van persoonlijke en teamovertuigingen over nut en noodzaak van zelfregulerend leren. -De teamvisie formuleren op zelfregulerend leren, nodig voor het beroep waarvoor wordt opgeleid. Voor startbekwaamheid, een leven lang leren, duurzame inzetbaarheid en in lijn met de instellings-onderwijsvisie. -Nagaan wat de teamvisie op zelfregulerend leren betekent voor het dagelijks leren van studenten; de inrichting van het curriculum, het onderwijsontwerp, het pedagogisch-didactisch handelen (denk aan instructie en coaching) en (team-)professionalisering. 	

10. Leidraad zelfregulerend leren studeren. In de klas, met het team, als hele school. Wat weten we, hoe gaan we verder?



Wil je eerst zien hoe jouw collega's met dit deel van de leidraad aan de slag te zijn gegaan in hun beroepspraktijk?

[Klik hier voor een korte video.](#)

Of gebruik deze URL:

<https://www.hogeschoolrotterdam.nl/onderzoek/lectoren/talentontwikkeling/medewerkers/bruijn-smolders-msc-monique-de/leidraad-zelfregulerend-leren/>

10.1 Hoe is deze leidraad tot stand gekomen?

In de voorliggende hoofdstukken presenteerden wij de *Leidraad zelfregulerend leren studeren. In de klas, met het team, als hele school*. Deze leidraad is bedoeld voor docenten(teams), adviseurs, onderwijsmanagers, onderzoekers, beleidsmakers, bestuurders en overige geïnteresseerden. Voor iedereen die studenten aan hogescholen, universiteiten, mbo-instellingen, optimaal in staat wil stellen zelfregulerend te leren studeren voor studentsucces.

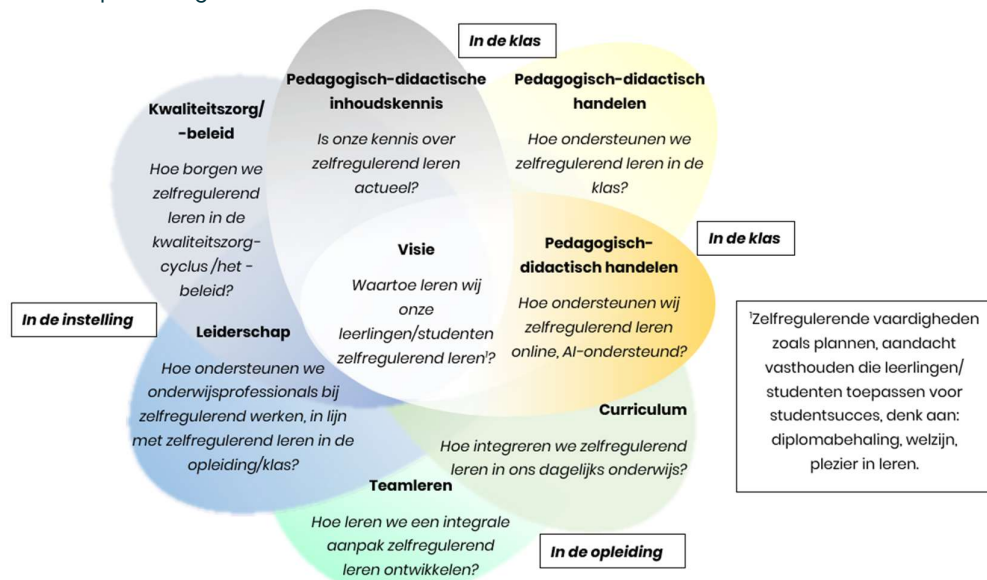
Bij zelfregulerend leren gaat het om vaardigheden zoals doelen bepalen, plannen, jezelf motiveren en je motivatie op peil weten te houden. Vaardigheden die studenten kunnen leren inzetten, niet alleen voor studentsucces, ook voor een leven lang leren, voor duurzame inzetbaarheid. (e.g., De Bruijn-Smolters et al., 2016; 2026; Jansen et al., 2019; Panadero, 2017; Russell et al., 2020; Simón-Grábalos et al., 2025; Sins, 2023; Theobald, 2021). Hoewel we weten vanuit onderzoek dat 3-jarigen al op zekere hoogte zelfregulerend vaardig kunnen zijn, gaat hier niet op: "jong geleerd, oud gedaan". Zelfregulerend leren vraagt om doorlopende ontwikkeling. Duurzame ondersteuning vanuit de (leer-)omgeving is hierin cruciaal, wat vraagt om een holistische, integrale aanpak (Lucija et al., 2026).

Voor het ontwikkelen van deze leidraad was daarom de hele schoolaanpak (Whole School Approach) richtinggevend; een beproefde integrale aanpak voor effectieve implementatie van interventies in de praktijk

niet alleen in het onderwijs, ook in andere praktijken, denk aan de gezondheidszorg, het sociaal domein (Bauer & Kirchner, 2020; Cavanagh et al., 2024; Goldberg et al., 2019; Moir, 2018; Rogers, 2000). Een integrale benadering die niet alleen behulpzaam is voor onderwijsprofessionals bij het verankeren van een vraagstuk in alle domeinen van een onderwijsinstelling, denk aan het pedagogisch-didactisch handelen, het curriculum, maar ook bij het versterken van de samenhang tussen deze domeinen. Door te werken vanuit de hele schoolaanpak wordt de veranderkracht van alle domeinen die betrokken zijn bij een implementatie, benut én vergroot.

Immers, studenten optimaal in staat kunnen stellen zelfregulerend te leren in hun dagelijks onderwijs, voor studentsucces, kunnen wij niet alleen. Hiervoor zijn wij allen nodig als betrokkenen, belanghebbenden en geïnteresseerden, vanuit de verschillende betrokken domeinen. Een voorbeeld; als een student instructie krijgt in zelfregulerend leren, maar hierna geen oefenmogelijkheden in het dagelijks onderwijs en aansluitende coaching, blijft het voor studenten bij een kennismaking met zelfregulerend leren. Nog een voorbeeld: Eén enthousiaste docent kan veel in beweging zetten, maar zonder betrokkenheid van het hele opleidingsteam, het management, onderwijsadviseurs en beleidsmedewerkers blijft de impact beperkt lokaal en is deze veelal kortdurend. De praktijk leert dat in een dergelijke situatie de vernieuwing langzaam en stilletjes weer vertrekt uit het dagelijks onderwijs of heel abrupt, samen met het vertrek van de betrokken docent.

De hele schoolaanpak gebruikt het beeld van een bloem. De onderlinge samenhang van de bloemblaadjes en het hart, verbeelden de integrale verbinding tussen de verschillende domeinen van de onderwijsinstelling die gezamenlijk van invloed zijn op het leren, in dit geval het zelfregulerend leren. Om het samen leren werken aan integrale aanpakken zelfregulerend leren, in de klas, met het team, als hele school, te stimuleren, is deze leidraad samengesteld. Hiervoor waren acht onderwijsvragen richtinggevend, geformuleerd aan de hand van de hele schoolaanpak, zie Figuur 10.



Figuur 10. Met een hele schoolaanpak (e.g.: Cavanagh et al., (2024)) samen werken aan integrale, duurzame en inclusieve aanpakken zelfregulerend leren. Omdat er een hele school nodig is om leerlingen/studenten optimaal in staat te stellen zelfregulerend te leren (De Bruijn-Smolters, 2025).

Acht onderwijsvragen die richtinggevend waren voor het verkennen van de literatuur en het ophalen van good practices, waar mogelijk aan Hogeschool Rotterdam. Het resultaat: acht samenhangende uitvoeringsprincipes zelfregulerend leren: richtinggevende evidence-informed uitgangspunten gebaseerd op actuele inzichten vanuit de wetenschap en de praktijk, direct toe te passen in de eigen onderwijspraktijk. Bij elk uitvoeringsprincipe is beschreven wat deze voor wie betekent. Zie Tabel 10 onderaan dit hoofdstuk.

De uitvoeringsprincipes zijn bewust niet genummerd, omdat ze niet bedoeld zijn als een recept of afvinklijst. Deze Leidraad zelfregulerend leren studeren is daarom zo ontwikkeld, dat deze gericht, op maat, in te zien zijn,

afhankelijk van de onderwijsvraag die iemand heeft: De hoofdstukken twee tot en met 9 beantwoorden elk één onderwijsvraag, voor een bloemblaadje of voor het hart in Figuur 10. Deze kennisbasis, met de acht hieruit voortvloeiende uitvoeringsprincipes ligt ten grondslag aan de activiteiten/producten van de kenniskring Zelfregulerend leren, denk aan de leergang zelfregulerend leren, ondersteuning voor docententeams die innovaties zelfregulerend leren implementeren, de integrale onderwijsaanpak StuDiCoachen.

Deze leidraad biedt onderbouwde tools, tips en voorbeelden, direct in te zetten in de praktijk. Met behulp van de leeswijzer (pagina's 9-12) en webpagina Leidraad zelfregulerend leren studeren is deze gericht in te zien en te gebruiken, afhankelijk van jouw unieke onderwijsvraag. Benieuwd naar hoe je de leidraad kunt gebruiken? Op de webpagina staan korte video's waarin collega's vertellen hoe zij aan de slag zijn gegaan met welk deel van de leidraad.

Studenten optimaal in staat stellen zelfregulerend te leren studeren, dat kunnen wij niet alleen. Deze leidraad biedt daarom niet alleen handvatten voor individuele onderwijsprofessionals, maar ook voor samen leren werken aan integrale, duurzame en inclusieve aanpakken zelfregulerend leren; In de klas, met het team, als hele school.

*“Deelaanpakken werken immers; deels.
Er is een hele school nodig om studenten te leren studeren voor studentsucces”.*

10.2 Wat zijn onze ervaringen met de leidraad tot nu toe?

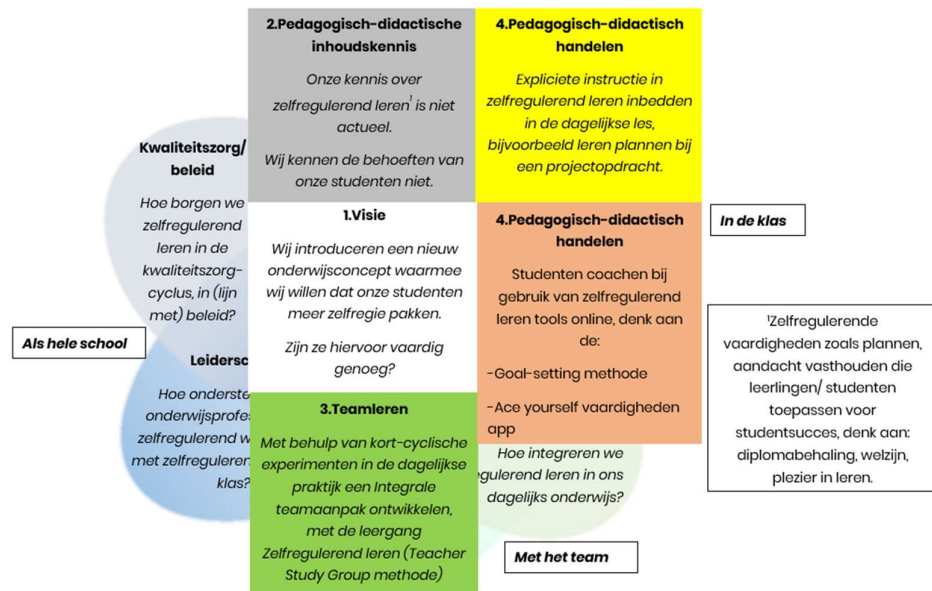
Op deze leidraad is in de periode 2023-2025 bij verschillende kennisdelingevents feedback gevraagd aan stakeholders; docenten, onderwijsadviseurs, managers, onderzoekers, uit diverse instituten binnen Hogeschool Rotterdam. Niet alleen is feedback gevraagd op de tekst van deze leidraad, ook zijn ideeën opgehaald voor vormgeving en ontsluiting. Tot slot hebben teams die de afgelopen jaren verbetertrajecten zelfregulerend leren uitvoerden aan HR, hoe zij hierin te werk gingen langs de uitvoeringsprincipes gelegd (Zie Tabel 9), om te kunnen bepalen in hoeverre deze daadwerkelijk van toepassing zijn in de praktijk. Dit heeft geresulteerd in korte video's waarin collega's vertellen hoe zij aan de slag zijn gegaan, met welk deel van de leidraad (Zie de [Webpagina Leidraad zelfregulerend leren studeren](#))³.

10.3 Hoe gaan (docenten-)teams aan de slag in de dagelijkse praktijk met de hele schoolaanpak zelfregulerend leren?

Hoe docenten(-teams) aan de slag gaan met de hele schoolaanpak zelfregulerend leren is afhankelijk van hun unieke onderwijsvraag. Om een indruk hiervan te kunnen geven, volgen hieronder twee uitgewerkte praktijkcasussen. De eerste casus (Zie figuur 11) betreft een algemene onderwijsvraag die veel gesteld wordt als er sprake is van een curriculumherziening, een nieuw onderwijsconcept, gericht op dat studenten meer zelfregie gaan pakken. Onderwijsteams vragen zich hierbij af of studenten hiervoor vaardig genoeg zijn, wat studenten nodig hebben van het team hierin ter ondersteuning en hoe zij dit kunnen bieden. Met dit soort

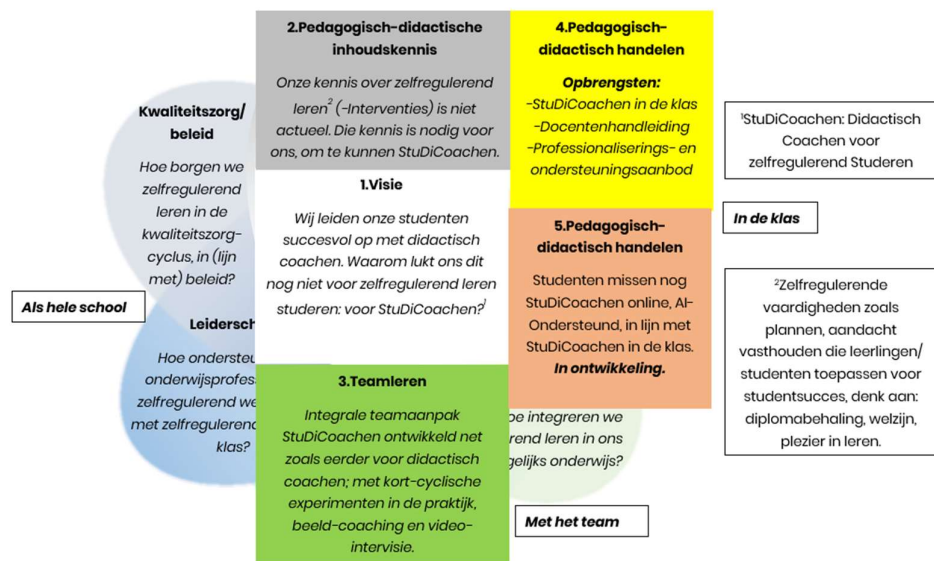
³ <https://www.hogeschoolrotterdam.nl/onderzoek/lectoren/talentontwikkeling/medewerkers/bruijn-smolders-msc.-monique-de/leidraad-zelfregulerend-leren/>

onderwijsvragen besluit een team veelal de leergang zelfregulerend leren te volgen, om kennis over zelfregulerend leren te actualiseren, en om een teamaanpak zelfregulerend leren te ontwikkelen met elkaar in de praktijk. Een team start hierop bijvoorbeeld met expliciete instructie in zelfregulerend leren inbedden in de dagelijkse les en/of met coaching van hun studenten bij gebruik van online tools zoals de goal-setting methode.



Figuur 11. Met een hele schoolaanpak (e.g.: Cavanagh et al., 2024) samen werken aan integrale, duurzame en inclusieve onderwijsaanpakken zelfregulerend leren. Omdat er een hele school nodig is om studenten optimaal in staat te stellen zelfregulerend te leren (De Bruijn-Smolters, 2026).

De tweede uitgewerkte casus (Zie Figuur 12) betreft een onderwijsteam dat al geruime tijd naar tevredenheid les geeft vanuit hoge verwachtingen; met behulp van didactisch coachen. Hoewel met behulp van didactisch coachen, ook zelfregulerend leren prima geadresseerd kan worden, constateert het team specifiek hierin handelingsverlegen te blijven. Probleemanalyse wijst uit dat het team actuele kennis over zelfregulerend leren ontbeert, waardoor zij hun studenten specifiek hierin nog niet kunnen coachen. Het team besluit met behulp van Didactisch Coachen zelfregulerend leren Studeren: StuDiCoachen, in te bedden in de dagelijkse onderwijspraktijk; met kortcyclische experimenten, beeldcoaching en video-intervisie. Het team ontwikkelt een docentenhandleiding en een professionaliserings- en ondersteuningsaanbod voor andere teams die StuDiCoachen ook specifiek willen leren toepassen in hun eigen onderwijspraktijk. Na evaluatie in de praktijk blijkt dat docenten en studenten de implementatie als geslaagd ervaren. Echter, studenten missen StuDiCoachen nog online, AI-Ondersteund. Het team besluit hiermee verder te gaan (in ontwikkeling).



Figuur 12. Met een hele schoolaanpak (e.g.: Cavanagh et al., 2024) samen werken aan integrale, duurzame en inclusieve onderwijsaanpakken zelfregulerend leren. Omdat er een hele school nodig is om studenten optimaal in staat te stellen zelfregulerend te leren (De Bruijn-Smolters, 2026).

10.4 Hoe gaan we verder met deze leidraad?

Het komende jaar monitoren wij hoe onderwijsprofessionals, denk aan docenten(teams), managers, adviseurs, onderzoekers, met deze leidraad aan de slag gaan. Wat waarderen zij hierin, wat missen zij nog? Ook bieden wij onderwijsprofessionals, denk aan docenten(-teams) op vraag hierin begeleiding aan. Daarnaast halen wij continu evidence-informed practices op en tools die docententeams/onderwijsprofessionals ontwikkelen in hun eigen onderwijspraktijk, waarmee wij deze leidraad aanvullen en actualiseren.

Wil je ook jouw expertise in zelfregulerend leren met ons delen, met ons hierin verder leren of anderszins? Wij komen graag met jou in contact. Dit kan door een mail te sturen naar:

Monique de Bruijn-Smolters, voorzitter Kenniskring Zelfregulerend leren: m.de.bruijn-smolders@hr.nl

Namens de [Kenniskring Zelfregulerend leren](#).

Hopelijk tot ziens!

11. Bijlage. Leidraad zelfregulerend leren studeren: Een verbijzondering van de generieke kennisbasis en uitvoeringsprincipes onderwijskwaliteit en wel naar het kennisdomein Zelfregulerend leren.

De Kenniskring Zelfregulerend leren maakt samen met nog acht andere kenniskringen, elk rondom een kennisdomein onderwijskwaliteit, deel uit van de Onderzoeksgroep Studentsucces/Onderwijskwaliteit Hogeschool Rotterdam⁴. De negen kenniskringen onderwijskwaliteit hebben in 2024 in gezamenlijkheid, als Onderzoeksgroep Studentsucces/Onderwijskwaliteit, 10 generieke uitvoeringsprincipes onderwijskwaliteit Hogeschool Rotterdam uitgebracht. Hiervan betreffen deze voorliggende leidraad en acht uitvoeringsprincipes zelfregulerend leren een verbijzondering naar het kennisdomein zelfregulerend leren. Zie de tabel hieronder.

⁴ Onderzoeksgroep Studentsucces/Onderwijskwaliteit: Negen kenniskringen, elk rondom een kennisdomein onderwijskwaliteit (kennisdomeinen continue in ontwikkeling, afhankelijk van actualiteit)

1. Onderwijskwaliteit & leiderschap (Voorzitter: lector Ellen Klatter)
2. Integrale curriculumontwikkeling (Voorzitter: lector Dominique Sluijsmans)
3. Didactiek van hoge Verwachtingen (Voorzitter: lector Jarise Kaskens)
4. Werk maken van onderwijspedagogiek (Voorzitter: lector Carlos van Kan)
5. Taalbewust hoger onderwijs (Voorzitter: lector Jacqueline van Kruiningen)
6. Begeleidingskundige ondersteuning (Voorzitter: lector Michiel de Ronde)
7. Zelfregulerend leren (Voorzitter: hoofddocent Monique de Bruijn-Smolders)
8. Professionaliseren blended leren (Voorzitter: lector Ivo Vrouwe)
9. Diversiteit & inclusie (Voorzitter: lector Bregje Termeer)

**10 generieke uitvoeringsprincipes onderwijskwaliteit HR (Expertisegroep onderwijskwaliteit 2024),
verbijzonderd naar het kennisdomein Zelfregulerend leren (Kenniskring zelfregulerend leren, 2025)**

Uitvoeringsprincipe(s) onderwijskwaliteit HR (Expertisegroep Onderwijskwaliteit, 2024)	Uitvoeringsprincipe zelfregulerend leren (Kenniskring Zelfregulerend leren, 2025)
In de klas	
6. Onze docenten beschikken over de juiste set aan kennis en vaardigheden die nodig zijn voor goed onderwijzen (het uitgevoerd curriculum).	1. Pedagogisch-didactische inhoudskennis Wij beschikken over actuele kennis over zelfregulerend leren (-interventies).
2. We hebben een helder beeld van wie onze studenten zijn en wat zij nodig hebben om tot (zin in) leren te komen. 10. We krijgen energie van het samen werken aan onderwijskwaliteit.	2. Pedagogisch didactisch handelen Wij ondersteunen onze studenten op maat bij zelfregulerend leren, in de klas. 3. Pedagogisch-didactisch handelen Wij ondersteunen onze studenten op maat bij zelfregulerend leren, online, met AI.
In de opleiding	
5. We hebben een constructieve afstemming tussen het beoogd, uitgevoerd en gerealiseerd curriculum. 4. We hebben een inhoudelijk constructief afgestemd curriculum. 8. We hebben een constructief afgestemde curriculumorganisatie. 7. We zorgen voor ritme, routines en prioritering om de curriculumexpertise van onze curriculumontwikkelaars te versterken. 9. We ontwikkelen ons curriculum als team.	4. Curriculum Wij hebben zelfregulerend leren geïntegreerd in ons curriculum, als een doorlopende leerlijn; aansluitend op voorbereidend- en vervolgonderwijs.
3. We geven binnen zowel de bestuurs-, programma- als cursuslaag uiting aan krachtig onderwijskundig leiderschap.	5. Teamleren Wij werken lerend samen aan een teamaanpak zelfregulerend leren in ons dagelijks onderwijs: van thema-expertise naar een integrale aanpak zelfregulerend leren.
In de instelling	
-(Nog) niet beschreven	6. Leiderschap Wij ondersteunen onze onderwijsprofessionals bij zelfregulerend werken, in lijn met zelfregulerend leren in de opleiding/klas.
-(Nog) niet beschreven	7. Kwaliteitszorg- en (instellings-)kwaliteitsbeleid Wij hebben samen (leren) werken aan zelfregulerend leren geïntegreerd in onze kwaliteitszorgcyclus en in (lijn met) het (instellings-)kwaliteitsbeleid.
Op instellings- en op opleidingsniveau	
1. We hebben een gemeenschappelijke en onderbouwde onderwijsvisie die sturing geeft aan ons handelen.	8. Visie Er is sprake van een gedragen teamvisie op zelfregulerend leren voor studentsucces.

Bronnen

- Al Mumar, Z. (2021). *Overtref jezelf. Word de student van het jaar*. Zeyad al Mumar.
- Bajwa, M. (2025). *100 dagen HR. De 3 V's: Verwachtingen, Vaardigheden en Verbinding*. Hogeschool Rotterdam.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, *84* (2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Bandura, A., & Schunk, D. H. (1981). Cultivating competence, self-efficacy, and intrinsic interest through proximal self-motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, *41*, 586–598.
- Barr, S. (2024). *Educate to self-regulate: Empowering learners for lifelong success*. Amba press.
- Bauer, M. S., & Kirchner, J. (2020). Implementation science: What is it and why should I care? *Psychiatry Research*, *283*, 112376.
- Beyer, B. K. (1987). *Critical thinking*. Phi Delta Kappa Educational Foundation.
- Boekaerts, M., Pintrich, P. R., & Zeidner, M. (2000). Self-regulation. An introductory overview. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 1–9). Academic Press.
- Brown, A. L., Campione, J. C., & Day, J. (1981). Learning to learn On training students to learn from text. *Educational Researcher*, *10*, 14–21. doi:10.3102/0013189X010002014.
- Callan, Gregory & Longhurst, David & Ariotti, Anthony & Bundock, Kaitlin. (2020). Settings, exchanges, and events: The SEE framework of self-regulated learning supportive practices. *Psychology in the Schools*. *58*. 773–788. 10.1002/pits.22468.
- Cavanagh, M., McDowell, C., O'Connor Bones, U., Taggart, L., & Mulhall, P. (2024). The theoretical and evidence-based components of whole school approaches: An international scoping review. *Review of Education*, 1–37. <https://doi.org/10.1002/rev3.3485>.
- De Bruijn-Smolanders, M., Timmers, C. F., Gawke, J. C. L., Schoonman, W., & Born, M. Ph. (2016). Effective self-regulatory processes in higher education: Research findings and future directions. *Studies in Higher Education*, *41*(1), 139–158. doi:10.1080/030750792014915302
- De Bruijn-Smolanders, M. (2017). *Self-Regulated Learning and Academic Performance. A study among freshmen*. Doctoral Thesis. Downloadable via: <https://repub.eur.nl/pub/102845>
- De Bruijn-Smolanders (2021). *Onderzoek naar studievaardigheden: monitoringstudie naar het Keuzedeel Voorbereiding HBO (K0125) in het economisch domein*. Hogeschool Rotterdam
- De Bruijn-Smolanders, M., Arioiz-Tumkaya, C., & Klatter, E. (2026). *Zelfregulerend leren voor studiesucces: een interventieonderzoek onder eerstejaars Associate Degree studenten*. Hogeschool Rotterdam.
- De Jonge, H., Slabbekoorn, J., Van Sorge, M., De Boer, H., Yurtkap, Ö, Lavooij, S., Struijs, S., Voerman, L., & De Bruijn-Smolanders, M. (2023). Handleiding StuDiCoachen: Didactisch Coachen voor zelfregulerend Studeren. Kenniskring Didactiek van hoge Verwachtingen en Kenniskring Zelfregulerend leren Hogeschool Rotterdam.
- Dekker, I. (2022). *Academic Thriving: Optimising Student Development with Evidence-Based Higher Education*. Doctoral Thesis. Downloadable via: https://pure.eur.nl/ws/portalfiles/portal/53684049/dissertatiemiddelenizaakdekker_6267af186ff73.pdf
- Desimone, L. M., & Garet, M. S. (2015). Best practices in teachers' professional development in the United States. *Psychology, Society, & Education*, *7*(3), 252–163.
- Dignath, C., & Veenman, M. V. (2021). The role of direct strategy instruction and indirect activation of self-regulated learning—Evidence from classroom observation studies. *Educational Psychology Review*, *33*(2), 489–533.
- Dijkstra, P. (2019). *Effectiever studeren: Leerstrategieën voor het hoger onderwijs*. Boom.
- Drok, H., Kneyber, R. & Devid, V. (2024) (Red.). *ReguLEER! Een pedagogisch-didactische verkenning van zelfregulerend leren*. Telos uitgevers.
- Dunlosky J, Rawson KA, Marsh EJ, Nathan MJ, Willingham DT. Improving Students' Learning With Effective Learning Techniques: Promising Directions From Cognitive and Educational Psychology. *Psychol Sci Public Interest*. 2013 Jan;*14*(1):4–58. doi: 10.1177/1529100612453266. PMID:

26173288.

- *Expertisegroep Onderwijskwaliteit (2024). *Samen werken aan Onderwijskwaliteit en Studentsucces bij Hogeschool Rotterdam - Tien uitvoeringsprincipes en een gedeelde kennisbasis als richtinggevend denk- en werkkader*. Kenniscentrum Talentontwikkeling. Hogeschool Rotterdam.
- Firestone, A. R., Cruz, R. A., & Rodl, J. E. (2020). Teacher study groups: An integrative literature synthesis. *Review of Educational Research*, 90(5), 675–709. <https://doi.org/10.3102/0034654320938128>
- Gettinger, M., & Seibert, J. K. (2002). Contributions of study skills to academic competence. *School Psychology Review*, 31(3), 350–365.
- Goldberg, J. M., Sklad, M., Elfrink, T. R., Schreurs, K. M., Bohlmeijer, E. T., & Clarke, A. M. (2019). Effectiveness of interventions adopting a whole school approach to enhancing social and emotional development: A meta-analysis. *European Journal of Psychology of Education*, 34, 755–782.
- Gomes, C. (2020). *I belong here: student sense of belonging en de relatie met studentsucces*. Hogeschool Rotterdam.
- Gomes, C. (2025). *Studentenwelzijnsmonitor Rapportage 2025*. Hogeschool Rotterdam.
- Hattie, John. (2023). *Visible Learning: The Sequel: A Synthesis of Over 2,100 Meta-Analyses Relating to Achievement*. 10.4324/9781003380542.
- Jansen, R. S., van Leeuwen, A., Janssen, J., Jak, S., & Kester, L. (2019). Self-regulated learning partially mediates the effect of self-regulated learning interventions on achievement in higher education: A meta-analysis. *Educational Research Review*, 28, Article 100292. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2019.100292>
- Karlen, Y., Hertel, S., & Hirt, C. N. (2020). Teachers' professional competences in self-regulated learning: An approach to integrate teachers' competences as self-regulated learners and as agents of self-regulated learning in a holistic manner. *Frontiers in Education*, 5, 159, <https://doi.org/10.3389/feduc.2020.00159>
- Karlen, Y., Hertel, S., Grob, U., Jud, J., & Hirt, C. N. (2025). Teachers matter: linking teachers and students' self-regulated learning. *Research Papers in Education*, 40(3), 414–441. <https://doi.org/10.1080/02671522.2024.2394059>
- Kaskens, J., & Voerman, L. (2024). Hoge verwachtingengedrag in de klas. *JSW*, 8, 6–10.
- Klatter, E. (2021). *CIMO. Het belang van een probleemanalyse*. 13 oktober 2025 ontleend aan: <https://www.hogeschoolrotterdam.nl/onderzoek/projecten-en-publicaties/talentontwikkeling/onderwijskwaliteit-in-verbinding/CIMO/>
- Last, B., & Bransen, D. (2025). *Dat doe je toch niet alleen?! Van zelfregulerend leren naar samen (regu)leren*. Boom.
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: A 35-year odyssey. *American Psychologist*, 57(9), 705–717. doi: 10.1037/0003-066X.57.9.705.
- Losse, M. A. & Van Turnhout, K. (2021). *Bouwstenen. Samen naar praktijkgericht onderzoek*. Boom.
- Lucija A., Sins, P., Peeters, J., Van Keer, H., & Lombaerts, K. (2026). *Leidraad metacognitie en zelfregulerend leren. Bevorderen en uitvoeren van effectieve strategieën in het basis- en secundair onderwijs*. Leerpunt.
- Moir, T. (2018). Why is implementation science important for intervention design and evaluation within educational settings? *Frontiers in Education*, 3, 61
- Molina, J-M., & Koljenovic, E. *Toolkit Studentsucces. Studentversie*. Op 1 mei 2026 ontleend aan: https://www.hogeschoolrotterdam.nl/contentassets/1e8c817d0bfa427f9db29be25effbb0f/7355_toolkit-studiesucces_student_lr.pdf
- Panadero, E. (2017). A review of self-regulated learning: Six models and four directions for research. *Frontiers in Psychology*, 8, Article 422. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00422>.
- Paris, S. G., & Paris, A. H. (2001). Classroom applications of research on self-regulated learning. *Educational Psychologist*, 36(2), 89–101. https://doi.org/10.1207/S15326985EP3602_4
- Peeters, J. (2022). *Zelfregulerend leren. Hoe? Zo!* Lannoo Campus.
- Pintrich, P. R. (2000). The role of goal orientation in self-regulated learning. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp 451–502). San Diego: Academic Press.

- Pintrich, P. R., Smith, D. A. F., Garcia, T., & McKeachie, J. W. (1991). *A manual for the use of the motivational strategies learning questionnaire*. University of Michigan, National Center for Research to Improve Postsecondary Teaching and Learning.
- Ruijters, M., Van Luijn, G., Van Benthum, N., Bierlaagh, D., e.a. (2023). *Stevig (leren) staan. Aan de slag met professionele identiteit in beroep en opleiding*. Boom.
- Russell, Joanne & Baik, Chi & Ryan, Anna & Molloy, Elizabeth. (2020). Fostering self-regulated learning in higher education: Making self-regulation visible. *Active Learning in Higher Education*, 23. 146978742098237. <https://doi.org/10.1177/1469787420982378>.
- Rogers, B. (2000). *Behaviour management: A whole-school approach*. Sage.
- Schippers, M. C., & Ziegler, N. (2019). Life crafting as a way to find purpose and meaning in life. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyq.2019.02778>
- Shulman, L. S. (1986). Those who understand: Knowledge growth in teaching. *Educational Researcher*, 15(2), 4-14.
- Simón-Grábalos, D., Fonseca, D., Aláez, M., Romero-Yesa, S., & Fresneda-Portillo, C. (2025). Systematic Review of the Literature on Interventions to Improve Self-Regulation of Learning in First-Year University Students. *Education Sciences*, 15(3), 372. <https://doi.org/10.3390/educsci15030372>
- Sins, P. M. H. (2023). *Zelfregulerend leren gaat niet vanzelf*. Lectorale Rede. Rotterdam: Hogeschool Rotterdam.
- Sitzmann, T., & Ely, K. (2011). A meta-analysis of self-regulated learning in work-related training and educational attainment: What we know and where we need to go. *Psychological Bulletin*, 137(3), 421-42. doi: 10.1037/a0022777
- Theobald, M. (2021). Self-regulated learning training programs enhance university students' academic performance, self-regulated learning strategies, and motivation: A meta-analysis. *Contemporary Educational Psychology*, 66(1). Article 101976. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2021.101976>.
- Van den Boom, G., Paas, F., & Van Merriënboer, J. J. G. (2007). Effects of elicited reflections combined with tutor or peer feedback on self-regulated learning and learning outcomes. *Learning and Instruction*, 17, 532-48.
- Van de Pol, J., Volman, M., & Beishuizen, J. (2010). Scaffolding in teacher-student interaction: A decade of research. *Educational Psychology Review*, 22(3), 271-296. <https://doi.org/10.1007/s10648-010-9127-6>
- Van der Zee, T. & De Bruijn-Smolders, M. (2019). *Docenthandleiding student-interventies Studievoordigheden voor Studiesucces*. Hogeschool Rotterdam.
- Van Kan, C., & Ris, J. (2025). *Kennisbasis Onderwijspedagogiek Hogeschool Rotterdam*. Hogeschool Rotterdam.
- Vermunt, J. D., & Donche, V. (2017). A learning patterns perspective on student learning in higher education: state of the art and moving forward. *Educational Psychology Review*, 29(2), 269-299. <https://doi.org/10.1007/s10648-017-9414-6>
- Voerman, L. & Faber, F. (2016). *Didactisch Coachen. Hoge verwachtingen concreet maken met behulp van feedback, vragen en aanwijzingen*. De Weijer Uitgeverij
- Voerman, L. & Faber, F. (2020). *Didactisch Coachen 2. Didactisch Coachen*. De Weijer Uitgeverij.
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In M. Boekaerts, P.R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp.13-39). Academic Press.
- Zimmerman, B. J. & Risenberg, R. (1997). Self-regulatory dimensions of academic learning and motivation. In G. D. Phye (Ed.), *Handbook of academic learning: Construction of knowledge* (pp.105-125). New York: Academic Press.

*Sinds Najaar 2025 heeft de Expertisegroep Onderwijskwaliteit een andere naam: Onderzoeksgroep Studentsucces/Onderwijskwaliteit.