OnderwijsInnovatie juni 2017

KORT STRATEGISCH REFLECTEREN LEIDT TOT HOGERE TENTAMENCIJFERS

Nu steeds meer onderwijsinstellingen leer- en studiematerialen beschikbaar stellen en

deze ook online makkelijk bereikbaar zijn, is het enigszins ironisch dat onderzoekers

herhaaldelijk vinden dat studenten moeite hebben met het vinden van goed en effectief

studiegedrag. Onderzoek naar zelfregulatievaardigheden is allesbehalve nieuw,

maar het blijkt in de praktijk nog steeds lastig om studenten tot zelfregulatie aan te

zetten. Net zoals bij veel interventies, ook in andere domeinen, blijken mensen na

gedragsinterventies snel terug te vallen in oud gedrag.

Geïnspireerd door recente literatuur waarin kritische zelfreflectie een positieve impact

lijkt te hebben op studiegedrag deden wetenschappers aan de Stanford-universiteit

onderzoek naar effectieve studiestrategieën. Zij vonden dat studenten die zichzelf

uitdaagden in een doe-het-zelf experiment, waarin ze moesten reflecteren op het

gebruik van studiematerialen, hogere cijfers haalden dan medeleerlingen die deze

reflectie niet deden.

De onderzoekers vergeleken twee groepen studenten in twee opvolgende cohorten

gedurende een statistiekcursus. Eén groep kreeg de opdracht om aan zelfreflectie te

doen, de tweede groep kreeg deze opdracht niet. De experimentele groep kreeg zeven

tot tien dagen voor het tentamen een vragenlijst waarin de groep moest aangeven

welk cijfer het graag wilde halen voor de cursus en hoe belangrijk dit doel voor

hen was. Vervolgens werd de studenten gevraagd goed na te denken over wat voor

soort vragen er op het tentamen zouden kunnen worden gesteld. Hierna moesten ze

op een lijst van vijftien studiematerialen aangeven welke ze konden gebruiken om

op een effectieve manier het tentamen voor te bereiden. Tevens moesten de studenten

per studiemateriaal aangeven waarom deze handig was en hoe ze dit materiaal dachten

te gebruiken. Na het tentamen gaven de studenten aan hoe effectief zij hun studieaanpak

vonden en reflecteerden ze op hun gedrag. Ook gaven zij aan hoe nuttig zij de

gebruikte studiematerialen vonden.

Er bleek een duidelijk verschil tussen de twee groepen. Studenten die gebruikmaakten

van de ‘reflection prompt’ haalden ruim hogere cijfers, een derde van een ‘letter

grade’, dan studenten die de reflectie niet hadden gedaan. Méér reflectie bleek zich

ook te vertalen in betere prestaties: studenten die tweemaal de reflectie-interventie

hadden gedaan haalden hogere cijfers dan studenten die slechts eenmaal de

interventie hadden doorlopen. Tevens waren studenten die de reflectie hadden

gedaan positiever over de kwaliteit van de studiematerialen dan de controlegroep. Hoe

bruikbaar zij de materialen vonden was voorspellend voor het tentamencijfer: hoe

bruikbaarder de materialen, hoe hoger het cijfer. Naast het tentamencijfer hadden de

studenten die de interventie deden minder negatieve emoties ten opzichte van toekomstige

tentamens en rapporteerden zij een groter gevoel van controle over hun gedrag.

Interessant genoeg bleek het aantal gebruikte studiematerialen niet voorspellend

te zijn voor het tentamencijfer. De onderzoekzoekers concluderen hieruit dat

het niet zozeer de hoeveel materialen is, maar het bewuste gebruik ervan dat de

prestatie voorspelt.

De onderzoekers benadrukken dat de uitkomsten bijzonder zijn omdat de

interventie zelf vrijwel geen tijd of moeite van de studenten verlangt. Dat deze interventie

online kan worden afgenomen maakt het geheel heel laagdrempelig voor studenten

en docenten en maakt de interventie ook bruikbaar in online-onderwijs. De

onderzoekers verwachten dat deze bewustwordingsinterventie ook voordelen kan

hebben in andere contexten waar doelgericht gedrag centraal staat.

- Chen, P., Chavez, O., Ong, D. C., & Gunderson, B. (2017).

Strategic resource use for learning: A self-administered

intervention that guides self-reflection on effective

resource use enhances academic performance. *Psychological*

*Science*, 1-12, DOI: 10.1177/0956797617696456