

BREIN & LEREN NIEUWSBRIEF.

Milou, Marjolein en Lottie zijn alle drie geboeid door het thema leren kiezen. In de laatste Brein en Leren-blog van dit studiejaar delen zij hun inzichten over dit thema tot dusver.

Lang leve LEREN kiezen!

Milou van Harsel, Lectoraten Brein en Leren en Digitale Didactiek

Marjolein van der Kaa-Segers, Opleiding Accountancy (AMF)

Lottie Raaijmakers, Leer- en Innovatiecentrum



Het leven bestaat uit keuzes maken. We maken voortdurend keuzes over grote en kleine dingen, vanaf het moment dat we ons bed uitkomen. Welke kleding kies ik? Wat smeer ik op mijn boterham? Hoe reis ik naar mijn werk? En welke koffie to go bestel ik onderweg bij Starbucks?

Om maar even bij het voorbeeld van Starbucks te blijven. De borden staan vol met talloze opties van waaruit we mogen kiezen. "Hoe wil je je koffie bereid hebben? Cappuccino? En met wat voor soort melk dan? Volle melk, havermelk, sojamelk? Extra shot koffie erbij? En misschien nog een siroopje? Ja? Karamel, hazelnoot of vanille?" Oftewel, de keuze is reuze en je mag 'm zelf maken. Klinkt goed, toch?

In onze samenleving komen er steeds meer keuzemogelijkheden bij. Dit zien we ook in het hoger onderwijs en bij [Ambitie 2025](#) van Avans Hogeschool. Avans biedt studenten in de toekomst meer inhoudelijke keuzevrijheid. Studenten kunnen zelf een deel van hun onderwijsprogramma samenstellen, door modules te kiezen die passen bij hun doelen, interesses, waarden en capaciteiten.

Interessant, maar ook uitdagend. Het bieden van deze keuzevrijheid roept namelijk nogal wat vragen op:

- Willen studenten deze keuzevrijheid?
- Hoe gaan studenten om met deze keuzevrijheid?
- Moeten we hen ondersteunen en begeleiden in het maken van (inhoudelijke) keuzes?
- En zo ja, hoe dan?

Waarom inhoudelijke keuzevrijheid?

Keuzevrijheid bij het bepalen van de eigen leerroute kan voor- en nadelen hebben voor alle betrokkenen. In deze blog kijken we vooral vanuit het perspectief van leren van de student.

Aan de ene kant wordt het hebben en krijgen van een keuze over het algemeen gezien als 'empowering', met name in Westerse landen¹. Dat betekent dat we psychologische vrijheid, onafhankelijkheid en zelfregie ervaren, ook wel autonomie genoemd. Onderwijsonderzoek laat zien dat het vergroten van autonomie samenhangt met een hogere intrinsieke motivatie, betrokkenheid en betere leerprestaties². Daarnaast biedt keuzevrijheid studenten de mogelijkheid om onderwijs te volgen op basis van persoonlijke interesse, een factor die ook een positieve invloed heeft op motivatie en leerprestaties³.



Aan de andere kant zijn er nogal wat mitsen en maren als het gaat om het realiseren van de positieve voordelen van keuze ten aanzien van leren. Allereerst kan teveel keuze juist demotiverend zijn, stress en ongemak veroorzaken en leiden tot uitgestelde beslissingen⁴. Dat komt doordat we het vaak moeilijk vinden om iets te kiezen als er zoveel keuzes zijn (*"Help, welke koffie moet ik bestellen? Kies ik wel de lekkerste? Heb ik dadelijk geen spijt?"*). We omzeilen liever de mentale inspanning die het kost om uit zoveel opties een weloverwogen keuze te maken. Het risico is dat er daardoor shortcuts worden genomen en oppervlakkige beslisprocessen worden doorlopen, die kunnen leiden tot minder passende keuzes. Daarnaast blijkt men bij veel keuzeopties vaak minder tevreden te zijn met de keuze dan wanneer er minder opties zijn om te kiezen (*"Hmm, misschien had ik tóch havermelk moeten kiezen in plaats van volle melk. Dat was misschien nóg lekkerder geweest"*).

- Meer weten? Bekijk de TED Talk [The paradox of choice van Barry Schwartz](#)

Het blijkt dat het hebben van keuzevrijheid alleen motiverend werkt als er daadwerkelijk een match is tussen de verschillende keuzeopties en de interesses, waarden, doelen en capaciteiten van studenten⁵. Echter, studenten kiezen niet altijd op basis van deze factoren, zo blijkt bijvoorbeeld uit onderzoek naar keuzemodules op universiteiten. Vaak genoeg kiezen studenten op basis van sympathie voor de docent, de roostering (*"Les op vrijdagochtend? Ik kies wel een andere module."*) of omdat vrienden ook die module kiezen⁶.

Ten slotte dragen leeftijd en ervaring bij aan het maken van passende keuzes. Naarmate jongeren in de late adolescentie komen (17-25 jaar), kunnen zij steeds beter complexe keuzes maken en hier de consequenties van overzien⁷. In deze fase van identiteitsvorming worden complexere emoties beter herkend, groeit het zelfbewustzijn en het reflectief vermogen. Echter, het doormaken van deze ontwikkeling vergt de nodige steun en sturing.

Kortom, het bieden van inhoudelijke keuzevrijheid 'an sich' leidt niet tot de potentiële voordelen voor het leren van studenten. We moeten in het onderwijs nadenken over hoe we deze keuzevrijheid effectief kunnen organiseren. En hoe we keuzeprocessen van studenten zo goed mogelijk kunnen faciliteren, begeleiden en ondersteunen. Onderstaande tips kunnen hierbij helpen. Deze tips zijn niet uitputtend,

maar zijn wel belangrijk om te overwegen als je studenten keuzevrijheid biedt.

Tips: Hoe om te gaan met inhoudelijke keuzevrijheid?

Tip 1: Kader het keuzeaanbod

Uit onderzoek blijkt dat studenten graag keuzevrijheid willen, maar wel op zo'n manier dat zij de keuzemogelijkheden kunnen overzien⁸. Keuzes afbakenen kan bijvoorbeeld door een goede voorselectie of gepersonaliseerde aanbevelingen.

Tip 2: Zorg voor voldoende mogelijkheden om te exploreren

Ideaal gezien maakt een student studie- en loopbaankeuzes door te onderzoeken in de breedte én in de diepte⁹. Bied mogelijkheden om te exploreren door een divers onderwijsaanbod. En ondersteun de student bij het (verdiepende) onderzoek naar de match van keuzes met zijn interesses, waarden, doelen en capaciteiten.

Tip 3: Begeleid de student bij het expliciteren van en reflecteren op zijn keuzeproces

Bewustwording van een keuze en keuzeproces is belangrijk⁹. Help de student om zichzelf te leren kennen en expliciteer samen de interesses, waarden, doelen en capaciteiten. Stel vragen over het keuzeproces en reflecteer samen op wat de keuze heeft opgeleverd en wat het betekent voor een volgende keuze. Hiervoor kan ook gebruik gemaakt worden van rijke studiedata.

- Naar bovenstaande tips doen we onderzoek in het lectoraat Digitale Didactiek.
Meer weten? Lees de [lectorale rede van Esther van der Stappen](#)

Tip 4: Zorg dat keuzes gemaakt kunnen worden in een niet-controlerende, accepterende sfeer

Het is belangrijk dat de student het gevoel heeft dat hij keuzes kan maken in een veilige omgeving en dat zijn keuzes niet leiden tot sociale afwijzing. Een veilig klimaat, waarin het belang van de student voorop staat en studenten met elkaar en met de docent in openheid in dialoog kunnen over (gemaakte) keuzes, is gunstig voor het maken van passende (vervolg)keuzes⁵.

Tip 5: Stimuleer het zelfregulerend vermogen van de student om keuzes te maken

Om zelfstandig keuzes te kunnen maken moet de student zijn (leer)doelen en -wensen kunnen bepalen, op basis daarvan beslissen welke keuze het meest geschikt is, deze keuze monitoren en evalueren.

Hiervoor is zelfregulerend vermogen nodig en dat ontwikkelt zich niet vanzelf¹⁰.

Leer de student daarom zelfregulatievaardigheden aan en laat zien hoe je deze gebruikt, geef gerichte feedback op de ontwikkeling van zelfregulatie en laat de student geleidelijk aan steeds meer zelfstandige en complexe keuzes maken (afbouwen van begeleiding).

En, heb jij al gekozen hoe je zomer eruitziet? Wij kiezen nu voor vakantie! In het nieuwe studiejaar verschijnen er weer nieuwe blogs Brein en Leren.

Bronnen

1. Markus, H. R., & Schwartz, B. (2010). Does choice mean freedom and well-being?. *Journal of Consumer Research*, 37(2), 344-355.
2. Deci, E.L., & Ryan, R.M. (2008). Facilitating optimal motivation and psychological well-being across life's domains. *Canadian Psychology*, 49(1), 14-23.
3. Renninger, K. A., & Hidi, S. E. (2015). *The power of interest for motivation and engagement*. Routledge.
4. Schwartz, B., & Schwartz, B. (2004). *The paradox of choice: Why more is less*. New York: Ecco.
5. Katz, I., & Assor, A. (2007). When choice motivates and when it does not. *Educational Psychological Review*, 19(4), 429-442.
6. Hedges, M. R., Pacheco, G. A., & Webber, D. J. (2014). What determines students' choices of elective modules?. *International Review of Economics Education*, 17, 39-54.
7. Jolles, J. (2017). *Het tienerbrein: Over de adolescent tussen biologie en omgeving*. Amsterdam: Amsterdam University Press.
8. Ackerman, D. S., & Gross, B. L. (2006). How many choices are good? Measurement of the effects of

course choice on perceptions of a marketing option. *Journal of Marketing Education*, 28(1), 69-80.

9. Meens, E. (2020). *Een leven lang kiezen*. Amsterdam: Boom
10. Kostons, D., Donker, A.S., & Opdenakker, M.C. (2014). *Zelfgestuurd leren in de onderwijspraktijk*. Groningen: GION/Rijksuniversiteit Groningen.

Avans Hogeschool
088-525 75 00
breinenleren.lic@avans.nl

Adresgegevens
[Breda](#) | ['s-Hertogenbosch](#) | [Tilburg](#)

Mailings
[Afmelden](#)

Volg Avans
    