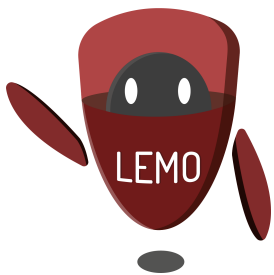


Beste Judith

Onlangs heb je de Lemo-vragenlijst ingevuld. Op basis van je antwoorden krijg je nu informatie over je studiemotivatie en je leervaardigheden.

Hoe je gemotiveerd bent, is bepalend voor je resultaten. Ook je manier van studeren heeft een belangrijke invloed op je studiesucces. De combinatie van je leervaardigheden noemen we je leerpatroon. Onderzoek toont aan dat je succesvol studeert als je over een waaier van leervaardigheden beschikt. Er bestaat immers geen manier van studeren die in alle situaties voor succes zorgt.

Vanaf hier kan je als instellingsverantwoordelijke of groepsbegeleider een stukje tekst toevoegen. Het tekstje hierboven is een vaste tekst. Je kan hier aankondigen wat de deelnemers met het individueel feedbackverslag moeten doen. Je kan ook verwijzen naar contactmomenten. Dit tekstje mag niet meer dan 440 tekens bevatten inclusief spaties. Je kan hier tekenen met je naam en functie zodat het feedbackverslag meer gepersonaliseerd is.




## LEMO IN BEELD




## LEMO IN SCORES


Lemo werkt met 13 schalen, onderverdeeld in 3 componenten. Deze 3 componenten zijn: verwerkingsstrategieën, sturingsstrategieën en motivatie. Op de 13 schalen kan je scoren van 0 tot 5.

9 van de 13 schalen zijn gewone, positieve schalen: hoe dichterbij de 5 scoort, hoe beter.


 Dit icoontje staat voor een negatieve schaal. 3 van de 13 schalen zijn negatieve schalen: hoe dichterbij de 0 scoort, hoe beter.

 Dit icoontje staat voor een midscore-schaal. 1 van de 13 schalen is een midscore-schaal: hoe dichterbij 2,5 scoort, hoe beter. Te hoog of te laag scoren op deze schaal is dus negatief.



## VERWERKING

- Relateren en structureren
- Kritisch verwerken
- Concretiseren
- Samen leren
- Analyseren
- Memoriseren 

## STURING

- Zelfsturing
- **Planning en tijdsbeheer**
- Stuurloos leergedrag 

## MOTIVATIE

- **Zelfeffectiviteit**
- **Willen studeren**
- Moeten studeren 
- Demotivatie 



## JOUW 3 LEERSTERKTEN



3,77/5

1

### PLANNING EN TIJDSBEHEER

Je slaagt erin om je studietijd doelgericht te plannen en daarnaar te handelen. Indien nodig stuur je de planning en de uitvoering ervan bij.

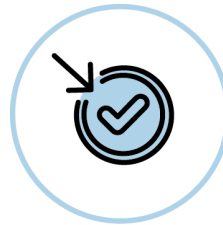


3,59/5

2

### WILLEN STUDEREN

Je bent geïnteresseerd om steeds nieuwe dingen te leren kennen. Je bent leergierig. Je studeert omdat je hierdoor in het latere leven je verder kunt ontplooiën in je professionele leven. Je neemt je studieproces in eigen handen omdat je leren waardevol vindt.



3,48/5

3

### ZELFEFFECTIVITEIT

Je bent tevreden over je manier van leren. Jij weet goed te duiden wanneer je veruit het beste studeert of aan taken werkt ('s morgens of overdag of 's avonds) en waar je het best studeert (op je kot of liever thuis of ...)? Je kan je uitslagen vrij goed en juist inschatten. Als je eens minder scoort, schrik je niet van de uitslag en weet je wat je moet doen voor de volgende evaluatie.

## KLEURCODE

Zeer goed

Goed

Op weg

Aandacht

Werkpunt




Dit icoontje staat voor de negatieve schaal. Dit wil zeggen dat je hier beter scoort met een lagere score




Dit icoontje staat voor de midscore schaal. Dit wil zeggen dat je hier beter scoort met de gemiddelde score van 2,5. Te hoog of te laag scoren op deze eigenschappen is dus negatief.





## VERWERKING

- Relateren en structureren
- **Kritisch verwerken**
- Concretiseren
- Samen leren
- Analyseren
- Memoriseren 

## STURING

- **Zelfsturing**
- Planning en tijdsbeheer
- Stuurloos leergedrag 

## MOTIVATIE

- Zelfeffectiviteit
- Willen studeren
- **Moeten studeren** 
- Demotivatie 



## JOUW 3 WERKPUNTEN



1,73/5

**11**

### ZELFSTURING

Je neemt je studies te weinig zelf in handen: je bepaalt te weinig zelf je leerdoelen en/of de activiteiten je opneemt om ze te realiseren.



4,01/5

**12**

### MOETEN STUDEREN

Je ervaart druk vanuit je omgeving of vanuit je zelf om succesvol te zijn in deze studies. Praat over die druk met anderen of met de betrokkenen. Voel je zelf niet schuldig of wees niet teleurgesteld in jezelf mocht je minder succesvol zijn. Ga na wat je echt wil en concentreer je daar op. Studeer vanuit wat je wilt en niet vanuit wat je innerlijke stem zegt dat je moet doen.



0,97/5

**13**

### KRITISCH VERWERKEN

Je vraagt je bij informatie of leerstof die je verwerkt te weinig af of die wel correct is. Je vormt je te weinig een eigen mening.

## KLEURCODE

Zeer goed

Goed

Op weg

Aandacht

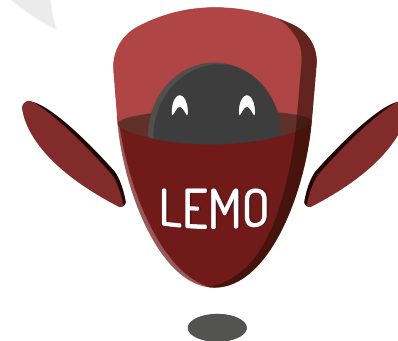
Werkpunt



Dit icoontje staat voor de negatieve schaal. Dit wil zeggen dat je hier beter scoort met een lagere score



Dit icoontje staat voor de midscore schaal. Dit wil zeggen dat je hier beter scoort met de gemiddelde score van 2,5. Te hoog of te laag scoren op deze eigenschappen is dus negatief.



# JOUW LEMO-RESULTATEN



## VERWERKING



2,49/5

**RELATEREN & STRUCTUREREN**  
Structuur aanbrengen in je leerstof.



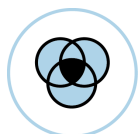
0,97/5

**KRITISCH VERWERKEN**  
Nadenken over wat je studeert.



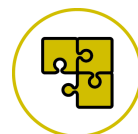
2,61/5

**CONCRETISEREN**  
De leerstof koppelen aan je eigen leefwereld.



3,22/5

**SAMEN LEREN**  
Leren van elkaar en met elkaar.



2,58/5

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



0,51/5

**MEMORISEREN**  
Leerinhouden reproduceren.

## STURING



1,73/5

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



3,77/5

**PLANNING EN TIJDSBEHEER**  
Je stelt je werk zo min mogelijk uit.



1,88/5

**STUURLOOS LEERGEDRAG**  
Geen controle over het eigen studieproces.

## MOTIVATIE



3,48/5

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



3,59/5

**WILLEN STUDEREN**  
Studeren omdat je het zelf helemaal wil.



4,01/5

**MOETEN STUDEREN**  
Sturen omdat anderen dit van jou verwachten.



0,00/5

**DEMOTIVATIE**  
Geen zin om inspanningen te leveren voor je studieproces.

## KLEURCODE

Zeer goed

Goed

Op weg

Aandacht

Werkpunt



Dit icoontje staat voor de negatieve schaal. Dit wil zeggen dat je hier beter scoort met een lagere score



Dit icoontje staat voor de midscore schaal. Dit wil zeggen dat je hier beter scoort met de gemiddelde score van 2,5. Te hoog of te laag scoren op deze eigenschappen is dus negatief.



# TOELICHTING BIJ JOUW VERWERKINGSSTRATEGIEËN



## RELATEREN EN STRUCTUREREN



2,49/5

Structuur aanbrengen in je leerstof. Inzicht in het belang van de verschillende leerstofonderdelen. Verbanden leggen tussen de leerstofonderdelen onderling en de reeds verworven kennis

Jij leert niet zomaar leerstof van buiten. Je probeert echt wel structuur aan te brengen in je cursusmateriaal. Soms zie je al verbanden tussen nieuwe leerstof en al verwerkte kennis. Probeer open te staan voor ruimere verbanden waarin je de leerstof kan plaatsen. Hoe meer je de leerstof kan integreren in je eigen leven, hoe gemakkelijker je met inzicht zal studeren.

TIPS

1. Zoek kapstokken (belangrijkste woorden) in een hoofdstuk waarrond je het hele verhaal kan opbouwen.
2. Tracht de onderdelen van een les(senblok) samen te brengen tot een geheel (vb via een schema): zoek de eenheid én de eigen accenten van elk onderdeel!
3. Structureer je cursus zo dat verbanden zichtbaar worden

[Meer tips: klik hier!](#)

## KRITISCH VERWERKEN



0,97/5

Een kritische ingesteldheid: leerstof niet blindelings aannemen. Nadenken over wat je studeert. Een eigen mening formuleren over de leerstof. Argumenten bedenken om je mening te staven.

Je zet je misschien wel in voor je studie, maar het is mogelijk dat je daardoor je kritische zin verliest. Je hoeft echt niet alles onvoorwaardelijk aan te nemen. Een kritische ingesteldheid betekent dat je de leerstof toetst aan de realiteit. Dat wil niet zeggen dat je een negatieve houding moet aannemen. Probeer eens wat vaker zelf een mening te vormen en niet te wachten op de mening van je medestudenten of van je docent.

TIPS

1. Stel jezelf vragen bij de leerstof omtrent betrouwbaarheid, objectiviteit, algemeen geldigheid, ...
2. Kijk kritisch naar de kwaliteit van je bronnen. Bevraag medestudenten of je lector omtrent de kwaliteit van je bronnen.

[Meer tips: klik hier!](#)

## CONCRETISEREN



2,61/5

De leerstof koppelen aan je eigen leefwereld.

Je gaat steeds meer leerstof koppelen aan eigen ervaringen buiten de school. Dat is een heel goede evolutie. Probeer dat voor meerdere vakken te doen. Sta niet enkel stil bij voorbeelden uit je eigen directe omgeving maar kijk ook eens naar de bredere maatschappelijke context. De leerstof zal veel langer blijven hangen op die manier.

TIPS

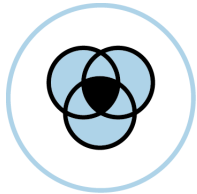
1. Probeer je persoonlijke ervaring in verband te brengen met de les.
2. Zoek naar praktijkvoorbeelden die de leerstof illustreren.
3. Beeld je in dat je beroepshalve informatie moet geven aan een klant over de leerstof. Hou het praktisch! Wat zeg je dan.

[Meer tips: klik hier!](#)

# TOELICHTING BIJ JOUW VERWERKINGSSTRATEGIEËN



## SAMEN LEREN



3,22/5

Leren van elkaar en met elkaar.

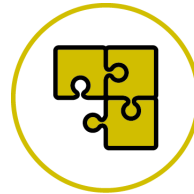
Je ziet het nut en belang van samen leren in. Alleen is de stap om het effectief te doen soms nog een hele uitdaging voor je. Vraag eens spontaan naar de aanpak en de visie van je medestudenten. Die open houding en het respect voor anderen, bezit jij al. Probeer deze vaardigheid nog aan te scherpen.

TIPS

1. Tracht op diverse niveaus van elkaar te leren: het kan gaan om feedback op een taak of een presentatie, over het begrijpen van de inhoud, over een examineer-oefening...
2. Schep duidelijkheid in de samenwerkingsvorm (wie, wat, wanneer) en kijk kritisch naar je eigen aandeel in het groepsgebeuren.

[Meer tips: klik hier!](#)

## ANALYSEREN



2,58/5

Je leerstof in bevattelijke stukken opdelen en die stap voor stap verwerken. (De verwerking in dit leerproces kan op verschillende manier gebeuren: schema's, mindmaps,...)

Je bent in staat om structuur aan te brengen in je cursus. Niet alles is even belangrijk. Je docent zal vaak aangeven waaraan je best veel belang hecht. Natuurlijk moet je zelf ook steeds meer hoofd- en bijzaken van elkaar leren onderscheiden. Wanneer je structuur aanbrengt, ben je eigenlijk al stapsgewijs aan het leren. Probeer deze manier van werken voor al je vakken in te voeren.

TIPS

1. Bepaal per onderdeel : wat zijn de hoofdzaken en wat zijn de bijzaken.
2. Analyseer (een deel van) de leerstof eens aan de hand van een mindmap. Het geeft een overzicht van de diverse onderdelen op een beknopte manier.

[Meer tips: klik hier!](#)

## MEMORISEREN



0,51/5

Leerinhouden reproduceren.

Zelden leer jij iets van buiten. Je probeert vooral te begrijpen. Dat is heel positief want de leerstofpakketten zullen ook steeds groter worden. Alle feiten en details instuderen zonder inzicht, wordt onhaalbaar. Maar eenmaal je de leerstof begrijpt moet je toch bepaalde zaken memoriseren. Sommige feiten, die je op zich begrijpt, moet je echt uit het hoofd leren. Deze stap mag je ook niet overslaan bij het studeren.

TIPS

1. Nadat je de cursus inzichtelijk hebt verwerkt, is het ook nodig dat je cruciale zaken inprent. Doe dit al na korte periodes.
2. Zoek oude examenvragen op en zie of je de cursus voldoende beheerst om ze te beantwoorden. Herhaal kernwoorden, definities, formules, lijstjes tot ze in je geheugen gegraveerd zijn.

[Meer tips: klik hier!](#)

# TOELICHTING BIJ JOUW STURINGSSTRATEGIEËN



## ZELFSTURING



1,73/5

De eigen organisatie van je studieproces (wanneer en hoe je studeert). Je eigen werk- en studieplanning opmaken en die waar nodig bijsturen om tekorten weg te werken en maximale resultaten te bereiken.

Je bent waarschijnlijk al in staat om jezelf in te schatten. Je weet waar jouw valkuilen en uitdagingen liggen. Je beseft dat je moet oppassen om het leren en het werken voor school op de lange baan te schuiven. Goed zo! Dan kan je nu ook echt alles in het werk zetten om ook echt iets te doen met deze informatie. Belangrijk is om elke dag te werken voor je studie. Een goede planning helpt daarbij. Als je een planning maakt, houd dan voor ogen dat je verschillende leerstofonderdelen ook best op een verschillende manier kan aanpakken. Leg je planning voor aan een docent of een studiebegeleider. Je werkt naar verschillende toe doelen en hebt soms veel of weinig beschikbare tijd. Daarom moet je zo flexibel mogelijk aan de slag proberen te gaan met je eigen planning. Je kan het.

TIPS

1. Om je leervorderingen te toetsen: bedenk zelf eens enkele vragen over de leerstof en formuleer dan zelf een antwoord.
2. Als je een stuk leerstof niet goed begrijpt: ga dan op zoek naar antwoorden in andere teksten die met de leerstof te maken hebben, in boeken of op websites.

[Meer tips: klik hier!](#)

## PLANNING EN TIJDSBEHEER



3,77/5

Het vermogen om je studietijd doelgericht te plannen en daarnaar te handelen. Indien nodig stuur je de planning en de uitvoering ervan bij.

Je bent je bewust van het belang van een efficiënt tijdsmanagement om succes te boeken in het hoger onderwijs. Dit vertaalt zich in een doelgerichte planning en het kunnen stellen van prioriteiten. Hiermee ben je al goed op weg! Je zal merken dat je je planning regelmatig moet bijstellen. Plannen is nu eenmaal een dynamisch gegeven. Ook zal je keuzes moeten maken om een balans te vinden tussen jouw buitenschoolse activiteiten en engagementen en je studiewerk voor de opleiding. Dat is niet steeds gemakkelijk. Gaandeweg leer je jezelf beter kennen en kan je beter inspelen op je persoonlijke noden i.v.m. studeren. Zo ontwikkel je een persoonlijke studie-aanpak waarbij je prettig en geconcentreerd kan werken.

TIPS

1. Durf je planning bij te stellen wanneer je inschatting niet helemaal realistisch was of wanneer er nieuwe prioriteiten of kansen zijn.
2. Ken jezelf! Plan moeilijkere opdrachten en taken op momenten van de dag waarop je het meest productief bent.

[Meer tips: klik hier!](#)

## STUURLOOS LEERGEDRAG



1,88/5

Geen controle over het eigen studieproces. Moeizame organisatie van het eigen leren.

Je hebt inzicht in je eigen studieproces. Je weet welke methoden het best werken voor jou. Dat is echt al zeer positief. Naast dit inzicht moet je nu gewoon nog proberen om flexibel om te gaan met dit studieproces. Wees niet bang om je planning aan te passen als dat nodig is. Wanneer je een opgave extra moeilijk vindt, trek er dan een extra ogenblik tijd voor uit. Andere taken gaan misschien sneller dan verwacht. Hoe beter je jezelf kan bijsturen, hoe efficiënter je tijd kan besteden aan je leerproces. Het is heel belangrijk om je zelfstandigheid bij het plannen te vergroten. Zo merk je dat je steeds grotere leerstofgehelen zal kunnen verwerken. Blijf dit zo volhouden en het resultaat zal volgen!

TIPS

1. Zoek examenvragen op, formuleer zelf vragen bij de leerstof of laat je bevragen door medestudenten die zelf met vragen zitten.
2. Structureer je cursus op consequente manier met gebruik van kleur, nummering, tekens, kernwoorden, signaalwoorden, ...

[Meer tips: klik hier!](#)



## ZELFEFFECTIVITEIT



3,48/5

Geloof hebben in je eigen kunnen; tevreden zijn over je manier van studeren; zelfvertrouwen hebben. Verantwoordelijkheid nemen voor je studie.

Je voelt je verantwoordelijk voor je studieproces. Dat is al heel positief. Je hebt het gevoel dat je zelf controle hebt over je leren. Dit vergroot je zelfvertrouwen. Misschien kan je dit gevoel van controle nog iets aanscherpen. Wanneer resultaten tegenvallen, twijfel dan niet meteen aan je eigen bekwaamheid of capaciteiten. Daar is geen enkele reden voor. Gebruik ze vooral als leermomenten. Je hebt al zicht op hoe je jezelf kan verbeteren bij een slechtere score, aarzel niet om je hiervoor te blijven inzetten. Wees steeds voldoende kritisch voor jezelf. Elk nadeel heeft zijn voordeel. Elke fout leert je iets over je manier van studeren. Je gebruikt dit om jezelf te verbeteren. Zo overschat of onderschat jij jezelf ook niet. Je bent goed op weg.

### TIPS

1. Is er een vak waar je je nog onzeker bij voelt? Haal dan inspiratie uit succeservaringen bij andere vakken om je methodiek aan te pakken.
2. Probeer ook eens digitale hulpmiddelen uit die het leren ondersteunen.
3. Wanneer na een tijdje een studie-aanpak minder effectief blijkt, durf deze dan flexibel aan te passen.

[Meer tips: klik hier!](#)

## WILLEN STUDEREN



3,59/5

Studeren omdat je het zelf helemaal wil. Je eigen interesse is je grootste drijfveer.

Regelmatig kan jij gemotiveerd voor school werken. Je ervaart dan plezier en innerlijke drive of je begrijpt goed wat de waarde van bepaalde vakken is binnen de opleiding. Op andere momenten voel je die drive minder of zie je de zin van het vak of de opdracht niet meteen in. Verruim je blik en zoek naar uitdaging binnen vakken en opdrachten die je minder aantrekkelijk vindt. Wanneer de opleiding echt is wat jij wil, kan je interesse laten groeien. Dat vraagt inspanning maar geeft je studie wel een boost!

### TIPS

1. Ga na wanneer je uit 'goesting' studeert en wat jij nodig hebt om je beter in je studieniveau te voelen.
2. Bevrraag je medestudenten rond wat zij doen om hun motivatie op peil te houden.
3. Ga samen op zoek naar zo veel mogelijk linken van de leerstof met de praktijk.

[Meer tips: klik hier!](#)



# TOELICHTING BIJ JOUW MOTIVATIE



## MOETEN STUDEREN



4,01/5

Studeren vanuit interne of externe druk. Controle houden vanuit angst, schuld, schaamte of trots. Of druk voelen vanuit de verwachtingen van ouders, lectoren, medestudenten, vrienden, ...

Je studeert meestal vanuit moeten. Je motivatie kan dan van buitenaf komen omdat anderen dit van jou verwachten of van binnenuit waarbij je jezelf onder druk zet om te studeren. Je wil dan goede punten, een complimentje van je docent of misschien respect van je medestudenten. Misschien geraak je daardoor in een kramp en wil je alles te goed doen. Gevoelens van angst, schuld, schaamte en trots zijn mogelijk de motor van je motivatie. Studeren omdat je moet, is heel belastend en levert uiteindelijk weinig voldoening op. De kans dat je op langere termijn afhaakt, is dan ook groter. Sluit de opleiding aan bij je interesses en capaciteiten? Dan kan je op zoek gaan naar manieren om het studeren voor jezelf prettiger te maken. Interesse en betrokkenheid kunnen namelijk groeien!

### TIPS

1. Bevraag jezelf of deze opleiding echt is wat jij wilt.
2. Focus meer op het nut van leerinhouden of op goesting voor deze studies.
3. Bespreek de druk die je ervaart met je lector of studiebegeleider of voer een gesprek met diegene die de druk veroorzaakt.
4. Ga na wat jij nodig hebt om je prettiger te voelen in je studieveld.

[Meer tips: klik hier!](#)

## DEMOTIVATIE



0,00/5

Gebrek aan goesting om te studeren. Geen zin om inspanningen te leveren voor je studieproces.

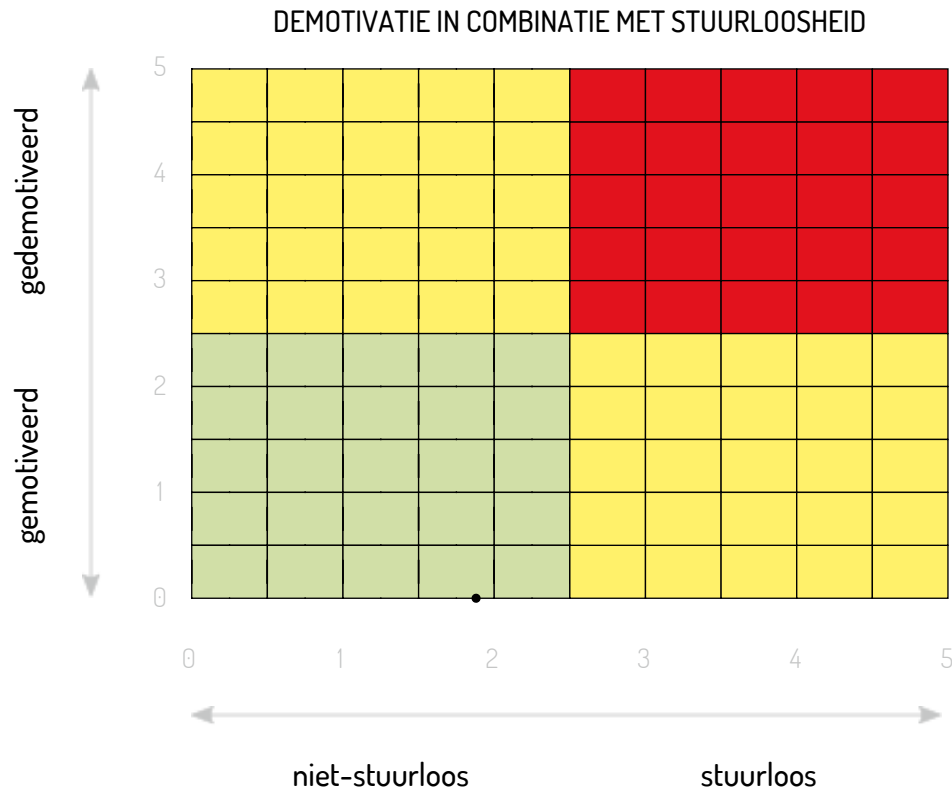
Goed zo! Je weet duidelijk waarom je studeert. Aan motivatie geen gebrek. Je maakte een duidelijke keuze voor deze studierichting wat tot uiting komt in betrokkenheid en inzet voor je studie. Je motivatie om te studeren kan vanuit verschillende bronnen komen. Je studeert omdat je het interessant en boeiend vindt of omdat je overtuigd bent dat je leeractiviteiten tot een persoonlijk doel leiden (willen studeren). Of je put eerder je motivatie uit een innerlijk of extern gevoel van druk (moeten studeren). Bij innerlijke druk wil je controle houden en zijn gevoelens zoals angst, schaamte of schuld de motor om te studeren. Externe druk kan bijvoorbeeld komen vanuit de verwachtingen van je ouders, je lectoren, je medestudenten, je vrienden, ...

### TIPS

1. Maak voor jezelf uit of je eerder vanuit 'willen' dan wel vanuit 'moeten' studeert en geef je motivatie een boost met de tips bij deze twee schalen.
2. Ga bij een hogere score op 'moeten studeren' op zoek naar wat jou in leeractiviteiten kan interesseren of boeien om meer voldoening te ervaren.

[Meer tips: klik hier!](#)

# HEB JIJ EEN RISICOPROFIEL ?



<p><b>Groep 2</b> -/+ gedemotiveerde gerichte leerder</p>	<p><b>Groep 1</b> -/- gedemotiveerde ongerichte leerder</p>
<p><b>Groep 4</b> +/ gemotiveerde gerichte leerder</p>	<p><b>Groep 3</b> +/- gemotiveerde ongerichte leerder</p>

## JOUW RISICOPROFIEL HOORT BIJ GROEP 4

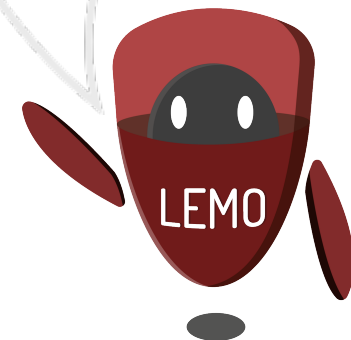
### Gemotiveerde, gerichte leerder

Proficiat! Je profiel bevat twee belangrijke elementen om plezier te beleven aan je studies en ze tot een succes te maken. Jij weet waar je naar toe wilt met je studies en je hebt een degelijke studie-aanpak: je pakt het studeren efficiënt aan en weet wat je doet.

Je studeert vanuit persoonlijke interesse en je bent sterk gemotiveerd om steeds bij te leren en kennis en inzichten te verwerven. Je studie sluit goed aan bij je kwaliteiten. Je verwerkt de leerstof kritisch en bent op zoek naar inzicht, verbanden en samenhang. Ook de organisatie van je studieproces verloopt vlot en efficiënt. Je ervaart studeren als zinvol en waardevol. Doe zo verder!

#### TIPS

Tracht ook je medestudenten te inspireren met jouw leerkracht. Geef eens duiding hoe jij je studeren aanpakt en leg eens uit wat jou in deze studies zo motiveert om er voor te gaan. Door het zelf te verwoorden krijg je nog een duidelijker beeld van je motivatie. Geef ook aan: hoe weet jij wat je juist moet leren?



# SLOTTEKST



Beste Judith

Je hebt nu meer zicht op je leervaardigheden en motivatiekenmerken. Met de tips en tools kan je verder aan de slag: je kunt je leersterkten nog verder uitbouwen of je werkpunten bijschaven.



## MIJN NOTITIES

A vertical rectangular area with a grey header containing the text "MIJN NOTITIES". Below the header are 20 horizontal white lines, providing space for writing notes.