



Studie-Succes 'Barcode of successful students'



Kom verder. Saxion.

r.w.j.m.sniekers@saxion.nl /September 2017



Kom verder. Saxion.

Vergelijk studeren eens met
boomstammen zagen!



Aanleiding:

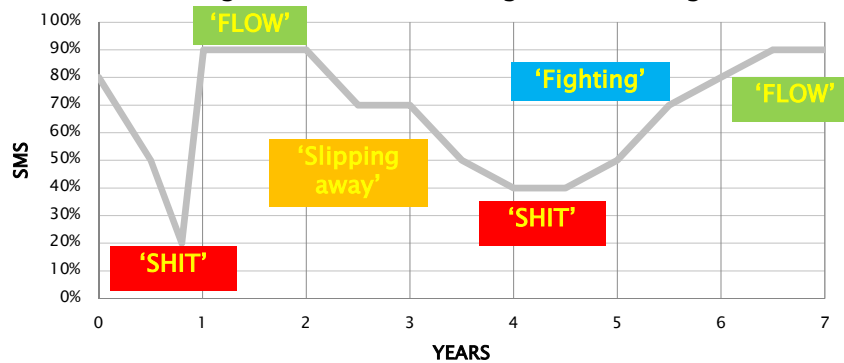
Gehoord van studenten

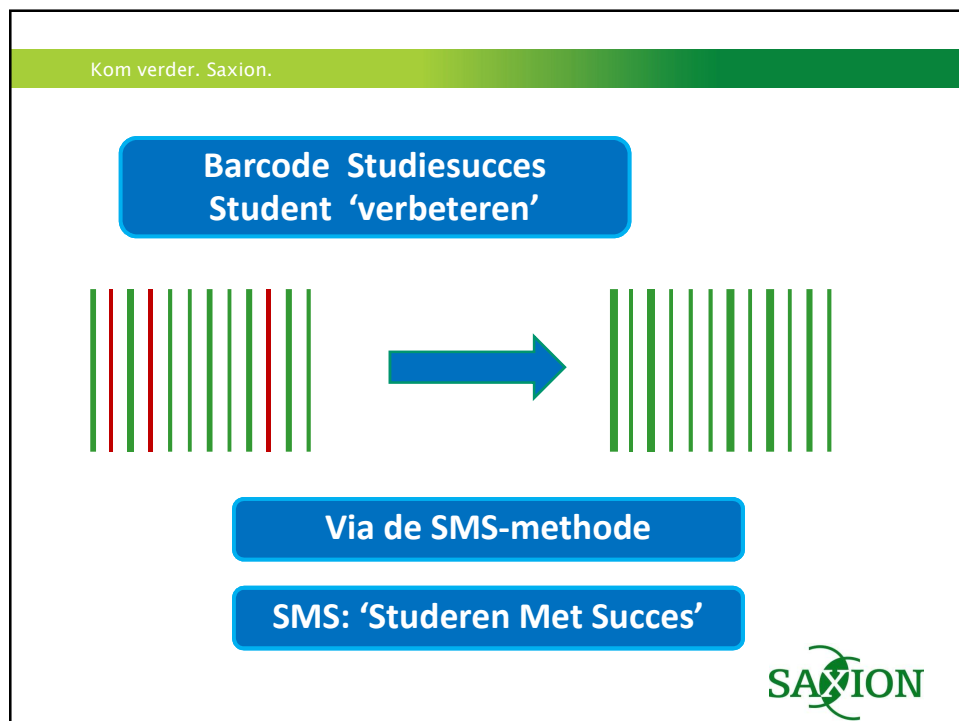
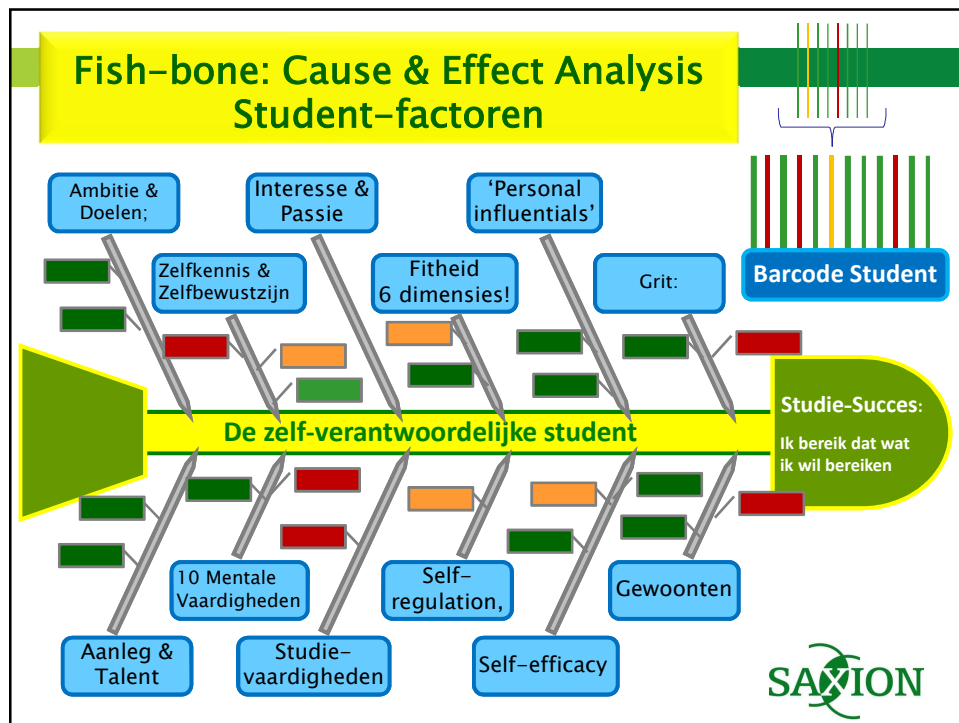
'Ik zou graag meer uit me zelf halen'
'Ik zou graag effectiever en efficiënter willen studeren!'
'Ik wil wel maar ik weet niet hoe!'
'Ik kan het niet alleen!'
'Ik wil niet buiten de groep vallen!'
'Ik vind het moeilijk om keuzes te maken'
'Ik weet niet hoe ik moet beginnen!'
'Er wordt teveel zelfstandigheid van mij verwacht!'

Er is behoefte aan een zetje in de goede richting
vanuit de opleiding (docenten en peers) zelf!



Regular SWS curve during time in college





Doelgroep:

- ☐ Studenten in de P-fase
- ☐ Studenten in 2^e jaar die in de P-fase niet hebben deelgenomen
- ☐ Langstudeerders (studenten met vertraging)

Doelgroep: Iedereen die het beste uit zichzelf wil halen

- ☐ Koplopers
- ☐ Achtervolgers
- ☐ Peloton
- ☐ Achterblijvers



Werkwijze

- ☐ 16 Bijeenkomsten van elk 60-90 min
- ☐ Werken aan effectieve gewoonten en beloftes doen/nakomen
- ☐ Gedragscode ontwikkelen mbv '30 dagen challenges'
- ☐ 'Ronde tafel gesprek' volgens vaste structuur
- ☐ Deelname vrijwillig, NIET vrijblijvend
- ☐ Jezelf openstellen en ook elkaar helpen (feedback geven en ook ontvangen)
- ☐ Aanwezig zijn + Actief meedoen
- ☐ Aanmelden via de mail



Kom verder. Saxio

Bronnen van SMS

Effectief leren

Coachen in de topsport

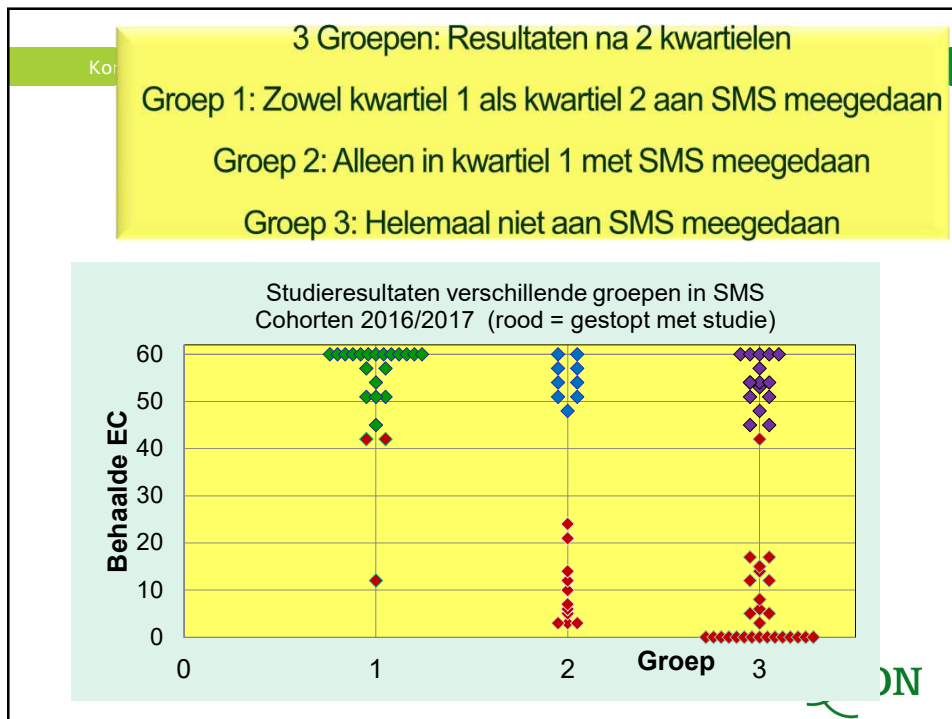
Sleutelen aan motivatie

Sean Covey

Coachen van 'high-potentials' in het bedrijfsleven

Stephen R. Covey

Waarom dit alles niet ook benutten voor studenten?



Remco, een van de eerste
studenten uit ons SMS-programma

'Het belangrijkste wat bij SMS geleerd heb

*is om niet alleen maar dingen te doen wat
anderen mij zeggen of adviseren.*

*Ik maak nu bewust mijn eigen keuzes, stel mijn
eigen doelen en ik handel daar ook naar!'*



Bram (Saxion-prijs beste afstudeerder
16-17 ondanks CVS)

*'Door SMS werd ik me goed bewust
van mijn mogelijkheden; SMS gaf mij
elke week weer een zetje in de rug!'*



Concept 2: Ganzenprincipe Beurtelings op kop en elkaar aanmoedigen

Je moet het zelf doen

Maar.....

Je hoeft het niet
alleen te doen!

kopwerk verrichten
elkaar meetrokken
elkaar aanmoedigen



Concept 3: Het draait om gewoonten

Iedereen heeft goede en
slechte gewoonten!

Goede gewoonten helpen en zijn
effectief!

**Slechte gewoonten belemmeren en
zijn niet effectief!**

Turn your bad habits into
good habits!



Rode draad: Effectieve gewoonten aanleren

Doel: Effectief en Efficiënt
studiegedrag ontwikkelen

Eigen GEDRAGSCODE van 10 gewoonten

Start:

5 effectieve & efficiënte gewoonten
5 ineffectieve & inefficiënte gewoonten

Na 20 weken:

10 effectieve & efficiënte gewoonten



Concept 4: Persoonlijke bankrekening



‘Persoonlijke bankrekening’

- Saldo = Zelfbeeld: wat vind je van je zelf?
- Storten: gedrag waardoor je saldo stijgt
- Pinnen: gedrag waardoor je saldo omlaag gaat

**Ga meer storten
dan opnemen!**



Concept 4: WBD's

Onderscheid tussen WBD's en AEV's:

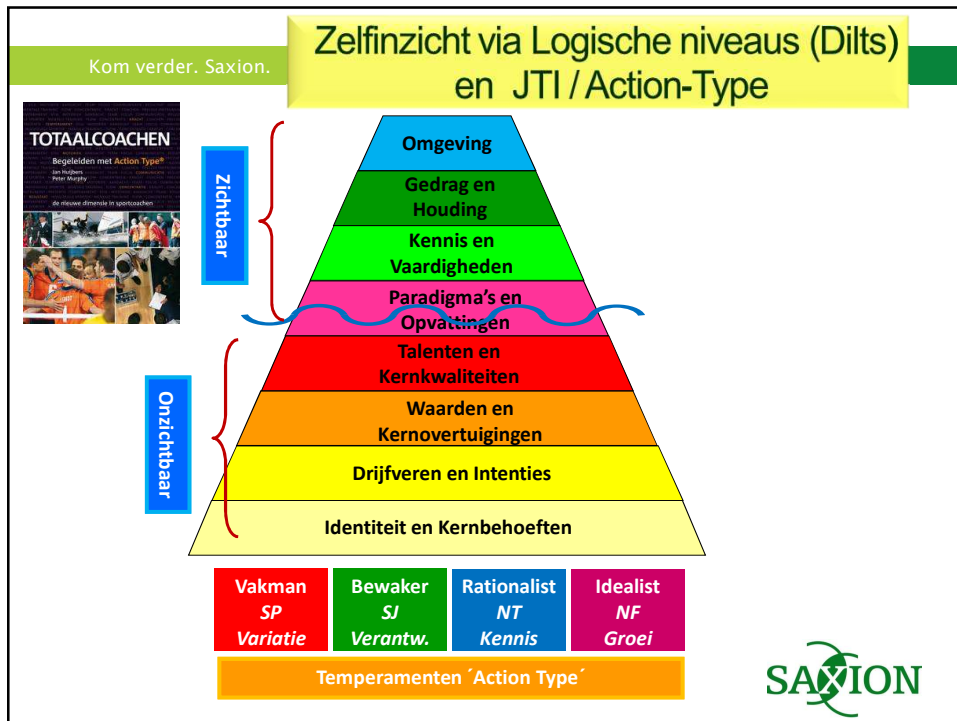
- ❑ De WBD's de 'Werkelijk Belangrijke Dingen'
- ❑ De AEV's de 'Aandacht en Energie Vreters'



WBD's en AEV's

drank, drugs, hobby, uiterlijk, sport, kleren, held(en), lezen, kennis, auto, conflict, muziek, nieuws, TV-prog, werk, familie, social media, vrienden, studie, geloof, relatie, gamen, probleem, huisdier, eten, lichaam, ziekte, uitgaan, status, vakantie, tuin, geld, luxe, club of verenig., sensatie, mobiel

Hoeveel ballen ben jij aan het hooghouden?
Welke kun/wil je laten vallen en welke heb je al laten vallen?



Kom verder. Saxion.

7 Habits of highly effective students Rode draad

Highly effective people;

1. Be Pro-active
2. Begin with the end in mind
3. First things first
4. Think Win-Win
5. Seek to understand, than be understood
6. Synergy: Find the third way
7. Sharpen the saw

Sean Covey
Alles wat je dunkt
je niet vaststellen
Zeven eigenschappen die jou succesvol maken!
The 7 habits of highly effective teens

SAXION

Concept 7: Leren in de learning-zone Oefenen in de comfort-zone!

Comfort-zone

- Automatismen
- Bekend
- Veiligheid
- Zekerheid
- Gemakkelijk
- Ontspanning
- Comfortabel
- Geen uitdaging
-

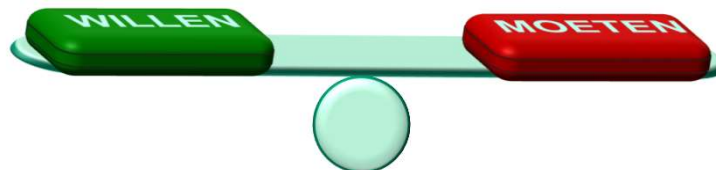


Learning-zone

- Nieuwe dingen
- Iets leren
- Moeite doen
- Onbekend
- Onveilig /Onzeker
- Hindernissen
- Uitdagend
- Avontuurlijk
- Angst overwinnen
-



Concept 8: Balans tussen MOETEN en WILLEN



Werken/Studeren zonder 'MOETEN' is een illusie
Een leven zonder 'WILLEN' maakt ongelukkig



Concept 9: Fitheid Production vs Production-capacity

Each student is
a goose with golden eggs!

Collect the eggs but do not
slaughter the goose!!



Total fitness! Six dimensions



Doe je ook mee?

Vrijwillig maar niet vrijblijvend!!

Wekelijkse bijeenkomst

Eigen gewoonten veranderen

Elkaar helpen met positief studiegedrag

Aanmelden nu of via mail (uiterlijk vrijdag)

