



VRAGENLIJST VO

VOOR MENTOREN



Executieve Functies zijn die functies die nodig zijn om goed te kunnen functioneren in het dagelijks leven. Alle 11 Executieve Functies zijn achter deze vragenlijst te vinden.

In onderstaande vragenlijst kunt u beoordelen hoe goed het uw mentorleerling beschrijft. Gebruik de onderstaande schaal om de score te bepalen.

Tel vervolgens de scores van elk onderdeel bij elkaar op. Gebruik de scorelijst aan het eind van de vragenlijst om de sterke Executieve Functies (de 3 hoogste scores) en de zwakste functies (de 3 laagste scores) te bepalen.

1
NOOIT
2
SOMS
3
VAAK
4
ALTIJD

#EF 1 PLANNING	PLANNEN	score
1	Het lukt de leerling goed om grote opdrachten te plannen (bepalen wat eerst moet gebeuren, wat daarna moet gebeuren enzovoorts).	
2	Het lukt de leerling goed om prioriteiten te stellen.	
3	De leerling blijft rustig en is kalm als er een lange termijn project of grote opdrachten als huiswerk opgegeven wordt.	
4	De leerling denkt vooruit bij huiswerkopdrachten.	
5	De leerling heeft een goed overzicht en richt zich op de grote lijn in plaats van op de details (en verstrikt daarbij niet in details).	
 TOTAALSCORE PLANNING		

#EF 2 TIMEMANAGEMENT	TIJD VERDELEN	score
6	De leerling kan een goede inschatting maken van hoelang hij of zij met een taak bezig zal zijn.	
7	De leerling kan de tijd die hij of zij nodig heeft voor leerwerk goed inschatten.	
8	De leerling kan de tijd die hij of zij nodig heeft om taken af te krijgen goed inschatten.	
9	De leerling bereidt zich op tijd op dingen voor (bijvoorbeeld afspraken, school, naar ander lokaal gaan).	
10	De leerling heeft een goed besef van tijd.	
 TOTAALSCORE TIMEMANAGEMENT		

#EF 3 WERKGEHEUGEN	ONTHOUDEN	score
11	De leerling zegt 'Ik doe het later wel' en doet het dan ook (hij/zij vergeet het dan niet).	
12	De leerling maakt zijn of haar huiswerkopdrachten en neemt benodigd materiaal mee naar huis voor het maken van huiswerk.	
13	De leerling weet precies waar zijn of haar dingen liggen of waar hij of zij die kan vinden zoals jassen, handschoenen, sportspullen etc.	
14	De leerling onthoudt dingen goed, zelfs voor een paar minuten.	
15	De leerling is zich bewust van wat hij of zij aan het doen is.	
 TOTAALSCORE WERKGEHEUGEN		

#EF 4 ORGANISATIE	ORGANISEREN	score
16	De rugzak en aantekenschriften van de leerling zijn netjes op orde.	
17	De leerling levert werk dat af is op tijd in.	
18	Geschreven werk ziet er netjes uit.	
19	De leerling weet waar hij of zij de benodigde spullen kan vinden thuis of op school	
20	Het lukt de leerling om zijn of haar ideeën op papier te krijgen.	
 TOTAALSCORE ORGANISATIE		

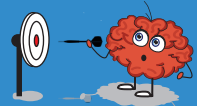
#EF 5 METACOGNITIE	KEN JEZELF	score
21	De leerling beschikt over effectieve studievaardigheden.	
22	De leerling controleert werk op fouten.	
23	De leerling evalueert op zijn of haar prestaties en verandert waar nodig zijn/haar plan van aanpak, om de kans op succes te vergroten.	
24	De leerling heeft in de gaten dat bepaald gedrag andere mensen stoort.	
25	De leerling kent zijn of haar eigen sterke en zwakke punten goed.	
 TOTAALSCORE METACOGNITIE		

#EF 6 RESPONSINHIBITIE	DENKEN DAN DOEN	score
26	De leerling denkt eerst na voordat hij of zij wat doet.	
27	De leerling is vaak stil in de les.	
28	De leerling denkt na voordat hij of zij wat zegt.	
29	De leerling denkt na over de consequenties, voordat hij of zij wat doet.	
30	De leerling hoeft niet vaak gewaarschuwd te worden.	
 TOTAALSCORE RESPONSINHIBITIE		

#EF 7 EMOTIEREGULATIE	EMOTIES CONTROLEREN	score
31	Het humeur van de leerling blijft hetzelfde, ook als situaties anders zijn (situaties beïnvloeden het humeur van de leerling niet).	
32	De leerling heeft veel geduld en kan goed zijn of haar kalmte bewaren.	
33	De leerling blijft rustig, ook als dingen (zoals huiswerk, wijziging in rooster) niet volgens plan verlopen.	
34	De leerling kan zich open op blijven stellen ook als een opdracht moeilijk is.	
35	De leerling kan goed omgaan met een teleurstelling, berisping of belediging. De leerling probeert hiervan te leren.	
 TOTAALSCORE EMOTIEREGULATIE		

#EF 8 VOLGEHOUDEN AANDACHT	AANDACHT ERBIJ	score
36	De leerling kan zich goed focussen, de leerling is niet snel afgeleid.	
37	Het lukt de leerling om huiswerk of andere taken af te maken.	
38	De leerling kan zich goed concentreren.	
39	De leerling kan zichzelf goed bij de les houden. De leerling heeft hiervoor geen hulp nodig van een volwassene.	
40	De leerling kan zich goed concentreren ook als hij of zij bij het raam zit of als er geluid en drukte om hem of haar heen is.	
 TOTAALSCORE VOLGEHOUDEN AANDACHT		

#EF 9 TAAKINITIATIE	STARTEN	score
41	Het lukt de leerling om zelfstandig te starten met een taak.	
42	De leerling kan met een leuke activiteit stoppen om met huiswerk te beginnen.	
43	De leerling begint op tijd met een opdracht.	
44	De leerling kan zichzelf aansporen om met een taak te beginnen, zelfs als hij of zij eigenlijk geen zin heeft of niet wil (de leerling heeft hier dan niemand anders voor nodig).	
45	De leerling begint op tijd met zijn of haar huiswerk, de leerling stelt niet uit.	
 TOTAALSCORE TAAKINITIATIE		

#EF 10 DOELGERICHT GEDRAG	DOELEN HALEN	score
46	De leerling kan doorzetten om een doel te bereiken.	
47	Het lukt de leerling goed om dingen af te maken.	
48	Het lukt de leerling om vol te houden, ook als hij of zij geen zin meer heeft.	
49	Het lukt de leerling om vol te houden, ook als hij of zij wordt afgeleid door bv. een telefoon, computer etc.	
50	De leerling kan (tijdelijk) dingen opgeven om een lange termijn doel te behalen.	
 TOTAALSCORE DOELGERICHT GEDRAG		

#EF 11 FLEXIBILITEIT	FLEXIBEL ZIJN	score
51	De leerling is oplossingsgericht, de leerling probeert andere oplossingen voor problemen te bedenken, wanneer het eerste niet werkt.	
52	De leerling heeft er geen moeite mee wanneer de planning of de dagelijkse gang van zaken verandert. De leerling kan hier goed mee omgaan.	
53	De leerling kan zich over een probleem heen zetten en blijft niet lang teleurgesteld.	
54	De leerling kan andere manieren om een probleem op te lossen accepteren met bv. met schoolwerk, vrienden, sport of werk.	
55	De leerling kan goed omgaan met nieuwe situaties. De leerling raakt hierdoor niet van streek.	
 TOTAALSCORE FLEXIBILITEIT		

items	BEOORDELING	TOTAAL score	INTERPRETATIE score
1 - 5	PLANNING		
6 - 10	TIMEMANAGEMENT		
11 - 15	WERKGEHEUGEN		
16 - 20	ORGANISATIE		
21 - 25	METACOGNITIE		
26 - 30	RESPONSINHIBITIE		
31 - 35	EMOTIEREGULATIE		
36 - 40	VOLGEHOUDEN AANDACHT		
41 - 45	TAAKINITIATIE		
46 - 50	DOELGERICHT GEDRAG		
51 - 55	FLEXIBILITEIT		

INTERPRETATIE SCORE

Totaalscore per EF = max. 20 punten.

SCORE 5 - 10 punten = BEGINNEND [B] - Aan deze EF moet je zeker nog werken.

SCORE 11 - 15 punten = IN ONTWIKKELING [O] - Deze EF kan nog aandacht gebruiken.

SCORE 16 - 20 punten = BEHEERST [B] - Jij bent al sterk in deze EF.

DIT zijn de 11
EXECUTIEVE
FUNCTIES
waar we mee
WERKEN

1

PLANNING

Plan maken
en kiezen wat
belangrijk is

2

TIMEMANAGEMENT

Omgaan met de tijd,
weten wanneer
huiswerk af/geleerd
moet zijn

3

WERKGEHEUGEN

Informatie
onthouden bij
uitvoeren
taken

4

ORGANISATIE

Informatie &
materialen goed
kunnen ordenen; goed
organiseren van
schooltaken

5

METACOGNITIE

Studievaardigheden.
Kritisch over jezelf
nadenken;
werk evalueren

6

RESPONSINHIBITIE

Nadenken
voordat je
iets doet

7

EMOTIEREGULATIE

Emoties onder
controle houden
om doelen te
bereiken of gedrag te
controleren

8

VOLGEHOUDEN
AANDACHT

Aandacht
erbij houden,
ondanks afleiding

9

TAAKINITIATIE

Beginnen
aan een taak

10

DOELGERICHT
GEDRAG

Doelen stellen en
daaraan werken zonder
afgeleid te worden

11

FLEXIBILITEIT

Om kunnen gaan met
veranderingen
en tegenslag