

Kinderen/ jongeren en motivatie: Wil je of moet je studeren en de regels volgen?

Maarten Vansteenkiste

Waarom doen mensen wat ze doen?

Motiveren is afgeleid van movere en betekent bewegen (doen, actie ondernemen, handelen). Het is belangrijk om stil te staan bij het waarom, de reden waarom we gemotiveerd zijn/ iets doen. Bijvoorbeeld: De overheid wil dat automobilisten hun mentaliteit veranderen en minder snel rijden. Zij plaatst flitspalen met als doel deze mentaliteitsverandering tot stand te brengen maar wat is het resultaat... mensen remmen als ze een flitspaal zien om een boete te vermijden maar drukken daarna weer het gaspedaal in. De overheid bereikt haar doel niet op deze manier want mensen willen eigenlijk niet minder hard gaan rijden, ze kiezen er dan ook niet vrijwillig voor.

Dit voorbeeld kan vergeleken worden met de manier waarop we zelf toezicht houden op het gedrag van onze kinderen. Vansteenkiste illustreert met een parabel:

Een Joodse kleermaker had geen klanten omdat kinderen voor zijn deur heel de tijd “Jood, Jood, Jood” naar hem stonden te roepen. Hij sprak de kinderen aan en beloofde hen dat ze een dubbeltje van hem kregen elke dag dat ze “Jood” naar hem zouden komen roepen. De eerste dag betaalde hij braaf het dubbeltje. De kinderen waren enthousiast en kwamen de volgende dag terug maar de tweede dag zei de kleermaker dat hij maar een kwartje kon betalen. De kinderen waren toch nog tevreden en kwamen de volgende dag terug. Dit keer gaf de kleermaker hen maar een cent en dat vonden de kinderen niet rechtvaardig. Ze zeiden hem dat ze voor zo weinig geld niet langer “Jood” zouden komen roepen.

Moraal van het verhaal: door het belonen (geld geven) is de focus van de taak weggehaald (Jood roepen).

Motivatie is onder te verdelen in types

1. Motivatie door externe verplichting zoals straf mijden, beloning nastreven, een verwachtingspatroon inlossen. Ontstaat vanuit **MOETEN**, DWANG, DRUK
2. Motivatie door interne verplichting zoals schuldgevoel (bijvoorbeeld to-do lijstjes maken met speciale aandacht voor de items die niet afgewerkt raken of bijvoorbeeld tijdens de week naar je moeder bellen omdat ze zondag zei “ga je nu al door”), door schaamte (ik ga het minste punten hebben), door angst (ik ga onvoldoende halen) of ter bescherming van het ego (anderen gaan mijn afgang zien). Ontstaat vanuit **MOETEN**, DWANG, DRUK.
3. Motivatie door het persoonlijk nut of relevantie van de handeling in te zien. Gebaseerd op ratio. Bijvoorbeeld stofzuigen omdat het dan daarna proper is of leren omdat de leerstof zinvol is. Ontstaat vanuit **MOETEN** (moeten van zichzelf).

4. Motivatie uit interesse zoals bij een hobby. Drijft op enthousiasme, interesse, spontaan initiatief nemen, passie, bezieling, plezier, goesting. De handeling (wat je doet) wordt in dit geval gefocust uitgevoerd, de volle aandacht wordt eraan gegeven. Ontstaat vanuit MOGEN, **WILLEN**, KEUZE. Multitasken zoals telefoneren naar je moeder en tegelijk de vaatwasser leeghalen is dus NIET gebaseerd op telefoneren uit interesse.

De kwaliteit van motivatie

Types 1, 2 en 3 zijn extrinsieke motivatie. Hierbij wordt een activiteit uitgevoerd om een uitkomst te bekomen die buiten de activiteit zelf ligt. Bijvoorbeeld om nadien naar het voetbal te mogen gaan of om te bewijzen dat je het kunt.

Type 4 is intrinsieke motivatie. Hierbij wordt een activiteit uitgevoerd omwille van de activiteit zelf. De kwaliteit van motivatie is belangrijk en het hoogst bij intrinsieke/ innerlijke motivatie. Handelen vanuit intrinsieke motivatie geeft een individu in hoge mate een gevoel van welzijn, van welbevinden, van goed voelen.

Tegenwoordig wordt binnen motivatiepsychologie vaker volgende indeling gehanteerd:

Types 1 en 2 zijn gecontroleerde motivatie

Types 3 en 4 zijn autonome motivatie

Opvoeden is het ontwikkeltraject van je kind vooruit helpen en helpen vinden wat je kind aanspreekt. Dit lukt niet steeds. Bijvoorbeeld bij fruit eten kan het zijn dat het kind dit eerst tegen zijn zin doet en pas later los kan komen van deze verplichting, omdat het pas later inziet dat fruit eten goed is.

Bij het ontbreken van motivatie is sprake van amotivatie. Amotivatie kenmerkt zich door **NIET KUNNEN**. Faalangst ligt vaak aan de basis bij de overgang van motivatie naar amotivatie. Vaak vormt negatieve feedback de basis. Deze feedback kan zowel van buitenaf komen (je tekent als een kleuter) als vanuit jezelf (ik wil de beste zijn en haal pas de 7^{de} plaats).

Vansteenkiste vergelijkt de redenen van handelen, waarom ze doen wat ze doen, van Kim Clijsters en Justine Henin.

- Kim is intrinsiek gemotiveerd, zij vindt tennis leuk maar wil op een gegeven ogenblik ook iets anders in haar leven namelijk een kind. Zij staat open tegenover feedback en gaat na hoe ze ervan kan leren en groeien.
- Justine gaat zichzelf bewijzen (onder andere tegenover haar moeder) en stopt door burn out omdat het tennis op een gegeven ogenblik teveel energie kost. Zij staat rigide tegenover feedback en ervaart die als negatief en bedreigend, dit is te vergelijken met een leerling die externe oorzaken zoekt voor zijn falen, bijvoorbeeld de toets was te moeilijk.

Handelen op basis van MOETEN kost inspanning, energie. Heb je 's avonds nog energie over om bijvoorbeeld aandacht aan de kinderen te geven of is alle energie al op? Ga dan na welke keuzes je hebt gemaakt waardoor je energie op is (bijvoorbeeld beroepskeuze). Studenten die WILLEN studeren zijn beter geconcentreerd en halen betere resultaten. Competitiezwemmers die **autonoom gemotiveerd** zijn haken minder snel af na verloop van tijd, zij kunnen de inspanningen die ze moeten leveren blijven opbrengen want ze zwemmen omdat ze plezier hebben in de handeling 'zwemmen' op zich.

Er zijn onderzoeken gedaan om na te gaan of de combinatie van willen en moeten voor meer motivatie zorgt dan willen alleen. Conclusie: alleen WILLEN levert de beste prestaties. Willen op de werkvloer zorgt voor arbeidstrots en productiviteit. Willen op school zorgt voor beter schoolresultaat, actievere deelname in de klas en betere concentratie. Hoe meer 'moeten' erbij komt hoe slechter. Met andere woorden, de kwaliteit van motivatie is het best als ze volledig **intrinsiek** is en **autonoom gestuurd**.

In secundair onderwijs is de motivatietrend om leerlingen te laten kiezen welke studierichting ze zelf willen op basis van hun autonome motivatie. Vansteenkiste merkt op dat alle kleine kinderen autonoom gemotiveerd zijn. Die **autonome motivatie** is aangeboren en uit zich in ontdekkingsdrang en nieuwsgierigheid. Naarmate kinderen ouder worden verdwijnt die autonome motivatie om pas op latere leeftijd terug te keren (rond de periode dat leerlingen zelf keuzes mogen maken betreffende hun studies).

Bedenking van de verslagschrijver: In het kader 'waarom doen mensen wat ze doen' zijn naast motivatie onder andere ook de normen en waarden die mensen zich eigen gemaakt hebben belangrijk. Vansteenkiste benoemt dit niet rechtstreeks maar gaat er tijdens deze voordracht duidelijk vanuit dat het bereiken van 'welzijn, welbevinden, zich goed voelen' de norm/ waarde is die de mens nastreeft.

Het belang van noodbevrediging van drie psychologische noden/ behoeften

Inspelen op de motivatie van leerlingen gebeurt aan de hand van het erkennen van 3 psychologische behoeften. Deze noden zijn aangeboren, fundamenteel (noodzakelijk om zich goed te kunnen voelen) en universeel (geldend voor alle mensen in de wereld).

1. **Autonoom mogen functioneren**. Vrij zijn naar eigen keuze te handelen.
2. In een **sociale omgeving** kunnen vertoeven waarin vertrouwen, aandacht voor elkaar, relationele verbondenheid en affectie aanwezig zijn. Waardering voor je vaardigheden krijgen.
3. **Competenties ontwikkelen**, met andere woorden (leer)doelen bereiken.

Vansteenkiste stelt dat hij er vanuit gaat dat mensen lijden indien niet tegemoet gekomen wordt aan deze drie behoeften. Hij merkt op dat niet iedereen binnen vakgebied psychologie het hiermee eens is. Dagen die we ervaren als positief noemt hij de dagen waarop deze behoeften in grote mate bevredigd zijn. Dagen die we ervaren als negatief noemt hij de dagen waarop niet of onvoldoende aan deze behoeften voldaan is.

Als je luistert naar mensen kun je herkennen welke behoeftebevrediging zij tekort komen, welke frustraties bij hen leven. Bijvoorbeeld praten over een mislopen promotie van zoveel jaar geleden wijst op het onvoldoende bereikt hebben van competentieontwikkeling, met andere woorden op **competentiefrustratie**. Ook uit wat niet gezegd wordt kun je waardevolle informatie afleiden. Bijvoorbeeld nooit praten over partner of kinderen of relaties met andere mensen, wijst op onvoldoende bevrediging van de nood aan verbondenheid, met andere woorden op **verbondenheidsfrustratie**. Onbevredigde behoeften opstapelen, kan leiden tot doodsangst omdat men dan ‘niet klaar is’ om te sterven.

Welke leeromgeving is autonomie ondersteunend?

Een motiverende omgeving komt tegemoet aan het voldoen van de drie genoemde psychologische noden/ behoeften. **Autonomie ondersteunend** aanmoedigen is de boodschap. Dit kan door structuur te bieden zodat leerlingen houvast hebben, warmte te bieden en ervoor te zorgen dat de leerling zelf aan de basis van zijn leerproces ligt. Een uitnodigende communicatiestijl op basis van respect draagt positief bij en zal mensen ertoe aanzetten zich te engageren. Bij deze communicatie worden woorden gebruikt als kunnen, willen en uitnodigen. Communicatie op basis van macht en gezag wekt verzet en zal mensen ertoe aanzetten niet deel te nemen indien de keuze vrij gelaten wordt. Bij deze communicatie worden woorden gebruikt zoals moeten, verwachten en plicht.

Zelfstandigheid is niet hetzelfde als autonomie. Het tegenovergestelde van zelfstandigheid is afhankelijkheid en voor afhankelijkheid kun je kiezen, dit kan een autonome keuze zijn. Bijvoorbeeld ga je na je studies en kotperiode weer thuis wonen? Dat kan, bijvoorbeeld omdat het thuis gezellig is, omdat het kostenbesparend is, ... Er kan ook gekozen worden dit niet te doen, omdat het niet meer mag van thuis (dan kiezen de ouders) of omdat het niet als leuk ervaren wordt,...

De adolescentiepsychologie zegt dat geleidelijk meer en meer tot zelfstandigheid komen aangemoedigd moet worden. Belangrijkst is echter dat dit een **keuze van de jongere** moet zijn, zoniet dan wordt die zelfstandigheid opgedrongen, is de jongere in kwestie er misschien niet tevreden mee en wordt gezondigd tegen het voldoen van de behoefte aan autonomie en sociale verbondenheid.

Autonomie ondersteuning is niet hetzelfde als grenzeloze vrijheid. Gebrek aan structuur leidt tot chaos en daar heeft niemand baat bij. Afspraken maken en regels stellen zijn een vorm van structureren. Let er daarbij op dat het kind zich bekwaam kan voelen en pas regels consequent toe. **HOE** afspraken en regels tot stand komen en opgevolgd worden is belangrijk. Doe dit bij voorkeur in samenspraak. Leg de zin van regels uit zodat inlevingsvermogen en empathie voor de regel kan ontstaan en zodat de kans dat **de regel vrijwillig gevolgd** wordt vergroot. **HOE** afspraken en regels tot stand komen is zeer belangrijk om autonomie te respecteren. Bijvoorbeeld door te zeggen ‘flinke jongen’ bevestig je wel een competentie (en dat is positief) maar leg je onderhuids ook druk op toekomstig gedrag dat bij voorkeur ook ‘flink’ moet zijn (en dat is negatief in die zin dat het niet autonomie-ondersteunend is).

Moet ouderlijk verbieden verboden worden?

Grenzen stellen is goed. Geen grenzen stellen verhoogt het risico op probleemgedrag. Maak tijd om je bewust te verdiepen in de leefwereld van de jongere zodat **zinnige regels** opgesteld worden en om te mijden dat dingen verboden worden uit angst (angst voor het onbekende, bijvoorbeeld drugs).

Zorg dat je elke regel die je wil invoeren **autonomie ondersteunend** invoert. Op die manier is de kans op verzet kleiner. Bij het opleggen van regels zijn er vier domeinen te onderscheiden. Ten eerste morele thema's zoals geen medeleerlingen slaan, ten tweede etikette zoals met de mond dicht eten, ten derde gezondheid zoals niet te veel snoepen en ten vierde het persoonlijk domein zoals kapsel, kledij en wie de vrienden zijn. Verbod op moreel vlak wordt gemakkelijk aanvaard en vaak gevolgd. Verbod op persoonlijk vlak ligt gevoeliger en komt bemoeizuchtiger over, vooral naarmate de jongere ouder wordt. Verzet tegen regels op persoonlijk vlak zullen vaker voorkomen.

Stel, er werd een regel verbroken: de jongere is te laat thuis gekomen. Af te raden reactie op het verbreken van een regel is bijvoorbeeld het niet meer praten met de jongere. Door niet meer te praten maak je de aandacht en warmte die je aan je kind geeft voorwaardelijk. Je vraagt er iets voor in de plaats, namelijk dat hij/zij doet wat jij wil. Hierdoor wordt niet tegemoet gekomen aan zijn/ haar behoefte aan sociale verbondenheid en daardoor komt de nood aan **autonomie in het gedrang**.

Werk zo veel mogelijk **preventief** bij het overeenkomen/ opstellen/ opleggen van regels. Bijvoorbeeld afspraken rond drugsgebruik kunnen beter vroeg genoeg. Indien de eerste joint reeds gerookt is, wordt het thema veel meer geladen, het ligt dan al in de persoonlijke sfeer van de jongere.

Besef dat de basisbehoeften er voor iedereen zijn, ook voor de volwassene, de ouder. Toon begrip indien regels die autonomie ondersteunend tot stand kwamen verbroken werden, op die manier kun je mijden dat druk ontstaat. Besef dat er een reden was waarom de regel verbroken werd en zoek samen een oplossing. Bepaal autonomie ondersteunend wat in de toekomst met de regel gaat gebeuren. Vertrouw op het **groeiproces** dat zich hier moet kunnen ontfouwen.

Vragen na de voordracht

Vraag: Op intrinsieke motivatie inwerken ligt niet voor de hand als het de leerling aan motivatie ontbreekt. Hoe pak je dat aan?

Antwoord: Begrip tonen en uitleggen dat ervoor gekozen is in de situatie (de studierichting) te zitten waarin men op dat ogenblik zit. Er is zeer veel terug te brengen tot keuze. Zorg dat de leerling in de juiste studierichting zit door uitgebreid uitleg te geven over de verschillende richtingen op het moment dat de leerling moet kiezen. Op die manier kan een overtuigende eigen keuze gemaakt worden.

Indien een leerling niet mee kan of schoolmoe is, trek dan conclusies. Het is niet de bedoeling als ouder je kind ergens door te sleuren. Blijven zitten hoeft niet noodzakelijk negatief te zijn.

Vraag: er is minder motivatie tussen 6j en 18j. Hoe vang je dat op?

Antwoord: Autonomie ondersteunen. Bijvoorbeeld onaangekondigde toetsen zijn gebruikelijk op scholen en leerkrachten gebruiken dit vaak als motivatiemiddel maar eigenlijk is het een drukmiddel en leidt het tot gebrek aan structuur (weten wanneer wat aan de orde is). Leerkrachten handelen dan vaak vanuit hun eigen agenda: wanneer komt het mij best uit om een toets te doen, wanneer heb ik tijd voor het opstellen/ verbeteren ervan. Autonomie ondersteunend zou zijn de toetsmomenten te structureren en bij het aangeven aan de leerlingen dat een toetsmoment ingelast moet worden bijvoorbeeld ook vragen naar de huidige toetsbelasting door andere vakken.

Vraag: Hebben sommige leerlingen die dwang niet nodig?

Antwoord: Kinderen hebben structuur nodig maar nooit druk/ dwang. Levert een leerling geen inspanning, dan werkt druk leggen alleen op korte termijn, op lange termijn gaat het ten koste van tegemoet komen aan de besproken behoeften en daarmee aan het welzijn van de leerling.

Bij kleine kinderen kan een teveel aan energie gekanaliseerd worden naar het kind laten helpen. Bijvoorbeeld de vaatwasser mee laten leeg maken als het kind daar in de buurt begint te rommelen kan het kind helpen vertrouwen krijgen in zijn kunnen. Het zal heus wel voorzichtig zijn met breekbare kopjes en schoteltjes (omdat tegemoet gekomen wordt aan zijn behoefte aan competentieontwikkeling in een autonomie ondersteunende vertrouwde omgeving?).

Vraag: Wat als die energie er niet is zoals dat bij oudere leerlingen vaak het geval is?

Antwoord: In ieder kind zit een stuk energie. Die energie is verbonden met het maken van keuzes. Herbekijk de studiekeuzes van de leerling indien nodig. Heroriënteer naar TSO indien nodig.

Vraag: Wat als TSO te gemakkelijk is?

Antwoord: Indien onvoldoende tegemoet gekomen wordt aan de behoefte competenties te ontwikkelen dan dient de leraar uitdagingen te bieden, bijvoorbeeld extra werk zodat de leerling zich niet meer verveelt.

Zoek naar de oorzaak van het probleem. Zeggen “het kind is lui” levert niets op. Dit legt de oorzaak alleen buiten jezelf en mijdt het komen tot een oplossing.

Vansteenkiste merkt op dat de schoolpraktijk niet is afgestemd op wat tijdens deze voordracht aan bod komt. Niemand weet trouwens hoe de schoolpraktijk er zou uitzien als dat wel zo zou zijn.

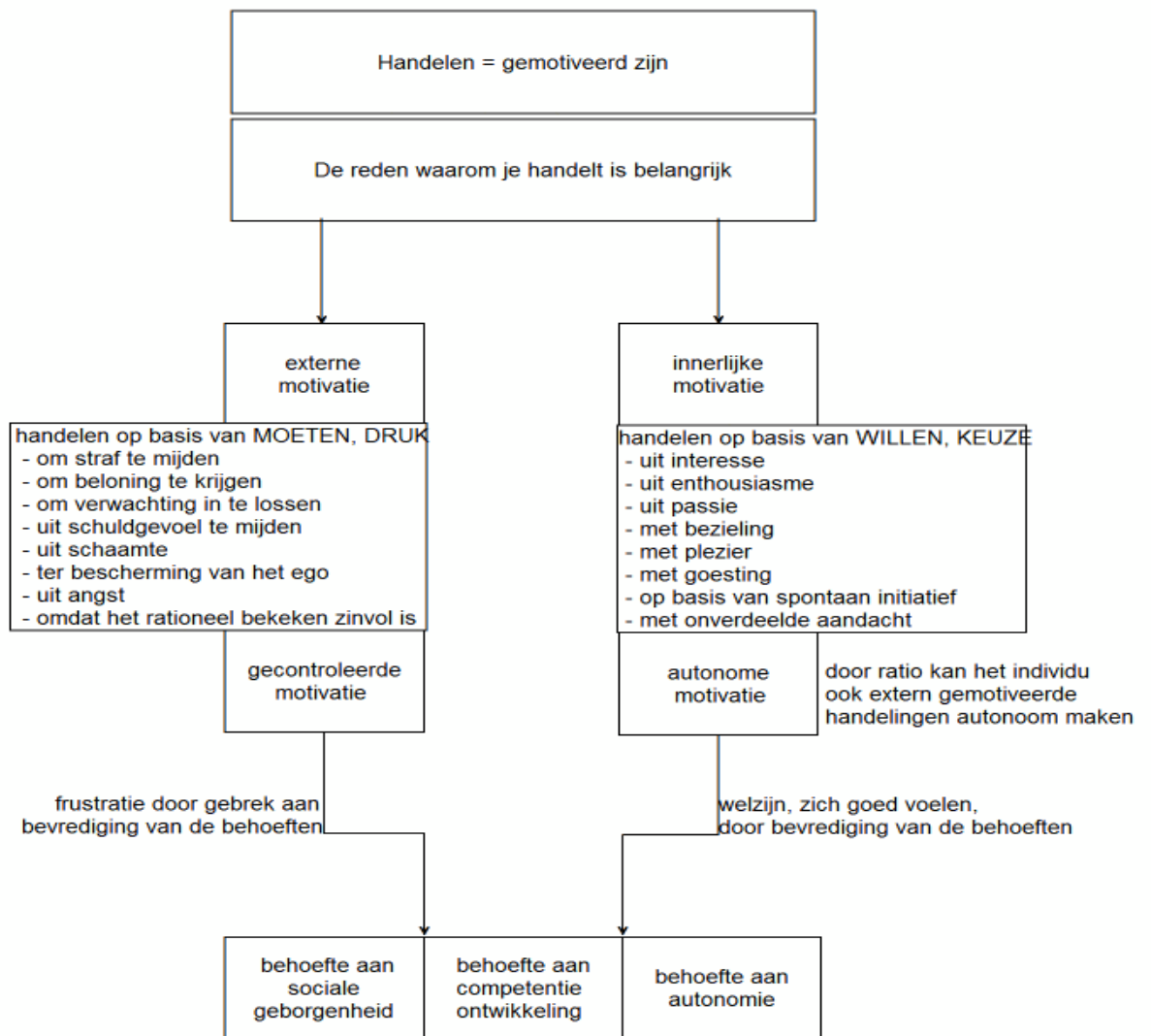
Werkplekleren leent zich gemakkelijker tot het laten inzien wat het nut is om iets te leren. Met bijvoorbeeld leerlingen automechaniek naar een garage gaan waar ze de realiteit zien, helpt al snel om innerlijke/ autonome motivatie te stimuleren. Het is steeds de taak van de leraar om leerstof relevant te maken voor de leefwereld van zijn leerlingen.

Vraag: Ligt de nadruk niet teveel op IQ in plaats van op de inhoud van de studiekeuze? Dat levert wel een diploma op maar... (is dat wel het doel)

Antwoord: Scholen vergelijken leerlingprogressie vaak onderling (interpersoonlijk). Dit uit zich in tabellen op het rapport die sociaal vergelijkend zijn maar eigenlijk demotiveren.

Gemiddelde cijfers vermelden is referentie genoeg. Iemand die 52% haalt weet zelf wel dat dat niet goed is, ongeacht hoeveel de medeleerlingen hebben en of 52% het laagste is of niet. Iemand die 85% heeft weet zelf dat hij goed gepresteerd heeft, hij hoeft niet te weten dat hij de enige is die zoveel haalde of de enige die meer dan 80% scoorde. Goed zou zijn om meer aandacht te geven aan waardering van persoonlijke progressie (intrapersoonlijk). Dit is een sociale visie die de nadruk op IQ en prestatie en 'de beste zijn' weg neemt en focust op individuele ontwikkeling van de individuele leerling.

Schematische samenvatting



Mogelijke conclusies

Naar onderwijs toe erkent Vansteenkiste dat leren op basis van innerlijke motivatie op de leeftijd dat leerlingen hun humaniora doorlopen niet de standaard is. Om zo dicht mogelijk in de buurt te komen van leren op basis van innerlijke motivatie, raadt hij scholen aan uitgebreid aandacht te besteden aan het uitleggen van de inhoud en implicaties van de verschillende studierichtingen waartussen gekozen kan worden. Dit dient te gebeuren in de periode dat leerlingen moeten beslissen welke studierichting zij in een volgend schooljaar gaan volgen, preventief dus. Vansteenkiste heeft het niet letterlijk uitgesproken maar misschien kan wel afgeleid worden dat ook wanneer leerlingen eenmaal een studiekeuze gemaakt hebben en in een bepaalde studierichting zitten, motivatie nog bijgestuurd kan worden. Er kan bijvoorbeeld ingespeeld worden op de mogelijkheid dat leerlingen op basis van ratio het nut van leren gaan inzien en daardoor tot betere motivatie voor leren kunnen komen. Dit in combinatie met de uitspraak van Vansteenkiste “Het is steeds de taak van de leraar om leerstof relevant te maken voor de leefwereld van zijn leerlingen” kunnen wellicht tot motivatieverhoging leiden.

Misschien mogen we ook besluiten dat OLVC reeds tegemoet komt aan het ondersteunen van studiekeuze op basis van innerlijke motivatie omdat zij veel studierichtingen aanbiedt. Hierdoor kan er vanuit gegaan worden dat zo veel mogelijk leerlingen ondersteund worden bij het vinden van een studierichting die zo dicht mogelijk bij hun innerlijke of autonome motivatie aansluit.