



**Mensen motiveren,
hoe doe je dat?**



Voor we beginnen

- Maximum 1 uur
- On Demand beschikbaar
- Interactief
 - Kijkersvragen
 - Polls

Stel een vraag 

Agenda

- Inleiding
- Inzicht in motivatie
- Motivatie concreet
- Inzichten toepassen

Een verhaal om te beginnen



Motivatie in het leven van alledag

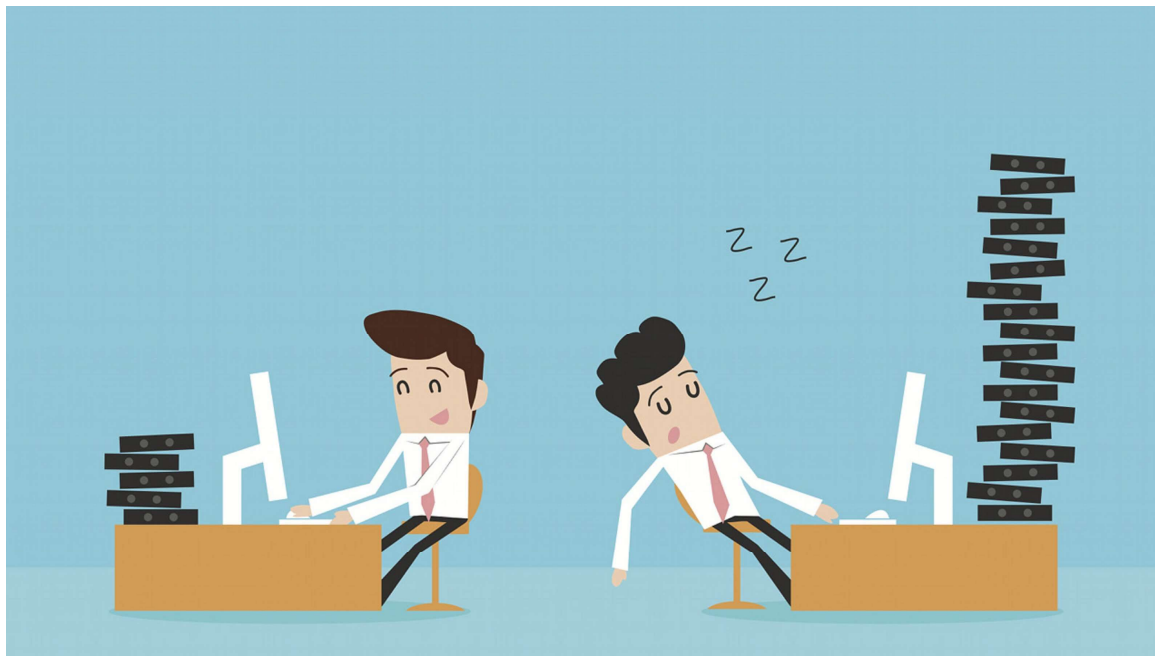
Het verhaal van:

- *Tom, 36 jaar, farmaceutische industrie, nachtwerk*

Motivatie?



Motivatie



POLL
vraag 1

Hoeveel kans geef je Marleen om Thomas terug te motiveren?

- A. 0% - het zal niet lukken, spijtig genoeg
- B. 25% - het zal zeer moeilijk zijn
- C. 50% - een dubbeltje op zijn kant
- D. 75% - moet lukken!
- E. 100% - lukt zeker!

Agenda

- Inleiding
- Inzicht in motivatie
- Motivatie concreet
- Inzichten toepassen

Vroeger

Extrinsieke motivatie



Intrinsieke motivatie

< FUN >

Weinig nuance



Wat stuurt ons gedrag?

$$\text{Gedrag} = f(\text{Persoon} \times \text{Omgeving})$$

POLL resultaat 1

Hoeveel kans geef je Marleen om Thomas terug te motiveren?

- A. 0% - het zal niet lukken, spijtig genoeg
- B. 25% - het zal zeer moeilijk zijn
- C. 50% - een dubbeltje op zijn kant
- D. 75% - moet lukken!
- E. 100% - lukt zeker!

Zelfdeterminatietheorie

- Scherpe inzichten over waarom iemand gemotiveerd is
- Enorme wetenschappelijke evidentie
- Gaat over kwaliteit van motivatie
- Theorie met grote toepasbaarheid: handvaten voor praktisch gebruik

POLL
vraag 2

Waarom neem je (in de eerste plaats) deel aan dit webinar?

- A. Omdat ik moet van mijn organisatie
- B. Omdat ik het beloofd heb aan iemand
- C. Omdat ik het een meerwaarde vind
- D. Omdat leren past bij mij als persoon
- E. Omdat ik er enorm veel plezier aan beleef



Extern

Beloningen
nastreven
Straffen
ontwijken



Introjectie

Schuld/
schaamte
Zelfwaarde



Identificatie

Zinvolheid
Persoonlijke
relevantie



Integratie

Persoonlijk
waarden-
kader



Intrinsiek

Plezier
Uit zichzelf

POLL resultaat 2

Waarom neem je (in de eerste plaats) deel aan dit webinar?

- A. Omdat ik moet van mijn organisatie
- B. Omdat ik het beloofd heb aan iemand
- C. Omdat ik het een meerwaarde vind
- D. Omdat leren past bij mij als persoon
- E. Omdat ik er enorm veel plezier aan beleef

Internalisatie



Extern

Beloningen
nastreven
Straffen
ontwijken



Introjectie

Schuld/
schaamte
Zelfwaarde



Identificatie

Zinvolheid
Persoonlijke
relevantie



Integratie

Persoonlijk
waarden-
kader



Intrinsiek

Plezier
Uit zichzelf

Internalisatie



Extern

Beloningen
nastreven
Straffen
ontwijken



Introjectie

Schuld/
schaamte
Zelfwaarde



Identificatie

Zinvolheid
Persoonlijke
relevantie



Integratie

Persoonlijk
waarden-
kader

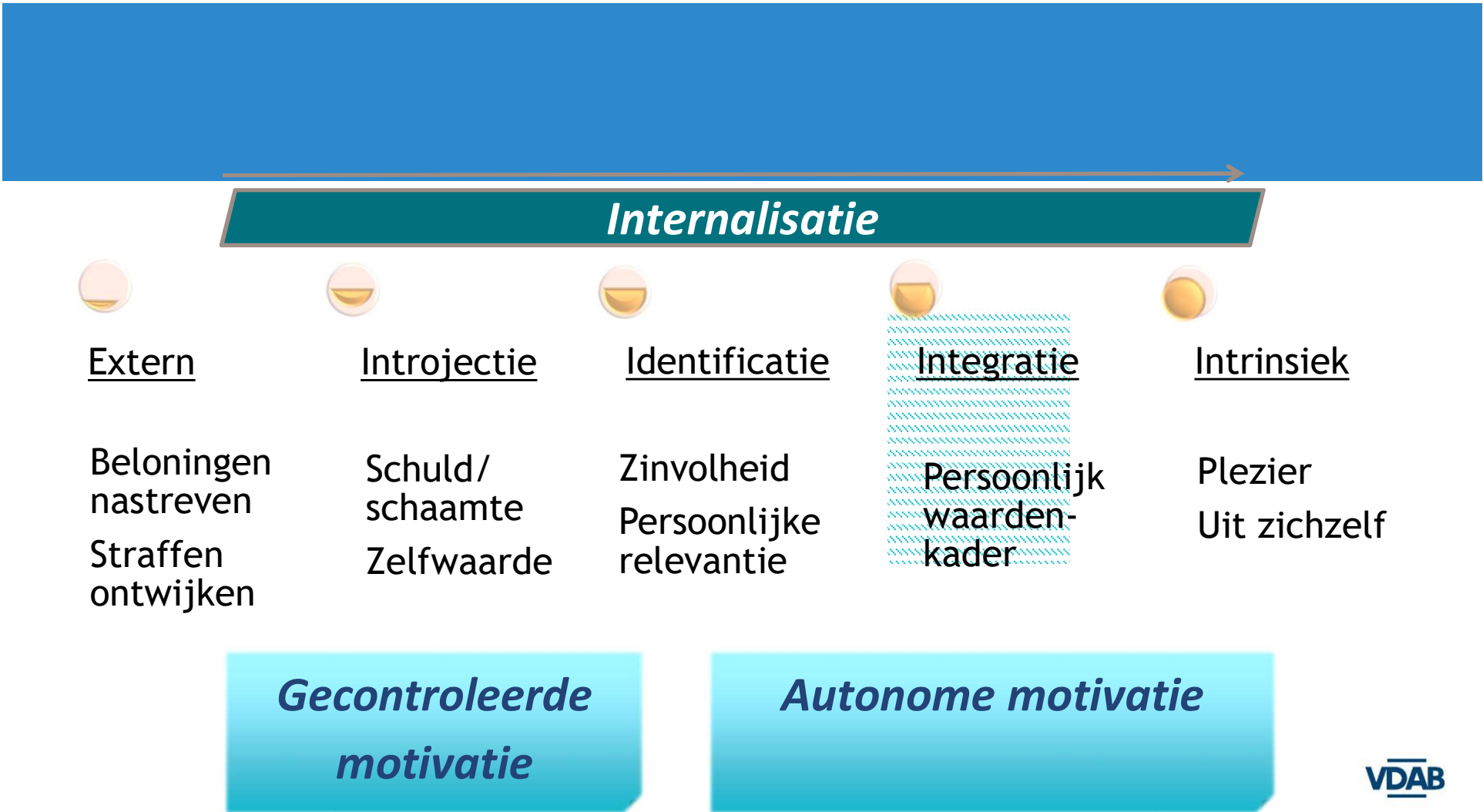


Intrinsiek

Plezier
Uit zichzelf

*Gecontroleerde
motivatie*

Autonome motivatie



Internalisatie

Extern

Beloningen
nastreven
Straffen
ontwijken

Introjectie

Schuld/
schaamte
Zelfwaarde

Identificatie

Zinvolheid
Persoonlijke
relevantie

Integratie

Persoonlijk
waarden-
kader

Intrinsiek

Plezier
Uit zichzelf

*Gecontroleerde
motivatie*

Autonome motivatie

Agenda

- Inleiding
- Inzicht in motivatie
- **Motivatie concreet**
- Inzichten toepassen

Hoe van gecontroleerde naar autonome motivatie gaan?



*Als je een schip wilt
bouwen, roep dan geen
mannen en vrouwen bij
elkaar om hen bevelen te
geven, om ze elk detail uit
te leggen, om ze te
vertellen waar ze alles
kunnen vinden. In plaats
daarvan, leer ze verlangen
naar de enorme eindeloze
zee.*

Antoine de Saint Exupéry 

3 Basisbehoeftes



Autonomie

Initiatiefnemer van
het eigen gedrag



Competentie

Controle hebben op de
resultaten van je acties

Dingen tot een goed
einde kunnen brengen



Verbondenheid

Goede relaties kunnen
uitbouwen met anderen

Graag gezien worden

Basisbehoeftes

Autonomie, Verbondenheid, Competentie

"Those nutriments that must be procured by a living entity to maintain its growth, integrity and health"

(Ryan & Deci, 2000)

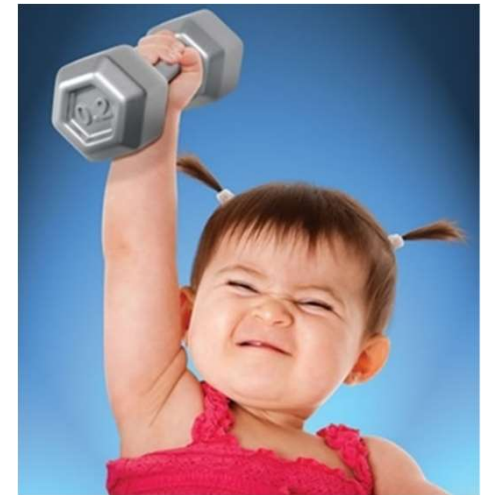
AUTONOMIE

- **Initiatiefnemer** zijn van eigen gedrag
- Zekere mate van **vrijheid** hebben in je activiteit
- '**Eigenaarschap**' ervaren
- **Initiatief** nemen wordt aangemoedigd
- Zelf beslissen **hoe** je aan de slag gaat
- **Verantwoordelijkheid**



COMPETENTIE

- **Kwaliteiten kunnen inzetten**: jezelf effectief voelen in functioneren
- **Verband** zien tussen eigen gedrag en resultaat
- Optimaal niveau van **uitdaging**
- **Leerkansen** zijn aanwezig



VERBONDENHEID

- Deel uitmaken van een groter geheel/groep
- Streven naar gezamenlijk doel
- Betekenisvolle anderen en bredere sociale wereld
- Jouw activiteit draagt bij tot een groter geheel



De keerzijde van de behoeftes

- 'niet-bevrediging' = weerstand
- “we treffen doel”
- Belang van:
 - Herkennen
 - Erkennen
 - Verkennen

POLL
vraag 3

Leef je terug in in een situatie waar je gedemotiveerd was en/of weerstand vertoonde. Welke behoefte was het meeste 'geschonden'?

- A. Autonomie
- B. Verbondenheid
- C. Competentie

Agenda

- Inleiding
- Inzicht in motivatie
- Motivatie concreet
- Inzichten toepassen

In samenwerking

(Stone, Deci & Ryan, 2008)

1. Open vragen stellen
2. Actief luisteren en perspectief aanvaarden
3. Keuzes aanbieden binnen structuur
4. Verduidelijking van verantwoordelijkheden
5. Eerlijk, positieve feedback geven (niet-beoordelend)

In samenwerking

(Stone, Deci & Ryan, 2008)

6. Minimaliseren van controles (schuld, beloning) / en vergelijking met anderen
7. Talent ontwikkelen en kennis delen om competentie en autonomie te verhogen

POLL resultaat 3

Leef je terug in in een situatie waar je gedemotiveerd was en/of weerstand vertoonde. Welke behoefte was het meeste 'geschonden'?

- A. Autonomie
- B. Verbondenheid
- C. Competentie

Manier van communiceren

“Om de operationele planning van volgend jaar zo goed mogelijk te kunnen inschatten, is elk personeelslid **verplicht** om de verlofaanvraag voor volgend jaar via het personeelsloket tegen **maandag a.s.** in te vullen. Ondanks eerdere berichtgeving hierover, is het nog maar in 36% van de gevallen gebeurd.

De ingevulde verlofaanvragen zijn **absoluut noodzakelijk** voor de verdere stappen in het planningsproces. De **directie tilt zeer zwaar aan het niet respecteren** van de deadline. Er zal dan ook geen garantie gegeven worden in het toekennen van uw verlofwensen als u de deadline niet volgt.”

Communiceren

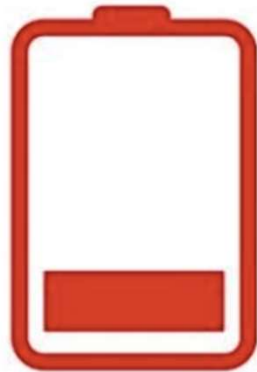
Kader bieden: waarom?

- Willen
- Kunnen
- Mogen



Rol in welzijn op het werk

Basisbehoeftes lijken ook een belangrijke rol te spelen in het evenwicht tussen wat energie vraagt en energie geeft.



Energie-
vreters



Energie-
gevers

Organisatieverandering

- Hoe krijgen we duurzaamheid in nieuw gedrag?
- Welke acties nemen we en welke impact heeft dit op basisbehoeftes?

Organisatieverandering

- Hoe krijgen we duurzaamheid in nieuw gedrag?
- Welke acties nemen we en welke impact heeft dit op basisbehoeftes?

WAT DOEN WE ALS ORGANISATIE OM AUTONOME CONTEXT TE CREËREN?

Actie	Basis-behoefte autonomie	Basis-behoefte competentie	Basis-behoefte verbondenheid
Duidelijk en transparant beleid		X	X
Goede en synchrone info		X	X
Regelmatige omkadering	X	X	X
Betrokkenheid tonen			X
Geloven in de competentie		X	
Respect voor hoofdverpleegkundige als persoon	X		X
Coaching aanbieden		X	X
Persoonlijke Ontwikkelingsplan		X	X

POLL
Vraag 4

Waar ga ik als eerste mee aan de slag?

- A. Ik ga bewuster om met verschillende vormen van motivatie
- B. Ik neem de drie basisbehoeftes als hefboom om collega's te motiveren
- C. Ik ga scherper kijken wat redenen van weerstand kunnen zijn
- D. Ik heb oog voor de manier waarop ik communiceer
- E. Andere ...

Uitsmijter: ABC en leidinggeven op afstand?

- Spelregels samen afspreken ('hoe gaan we dat hier aanpakken?'): 'contracteren' en opvolgen
- Twee strategieën:
 - Het ABC van motivatie
 - Doelen stellen

POLL resultaat 4

Waar ga ik eerst mee aan de slag?

- A. Ik ga bewuster om met verschillende vormen van motivatie
- B. Ik neem de drie basisbehoeftes als hefboom om collega's te motiveren
- C. Ik ga scherper kijken wat redenen van weerstand kunnen zijn
- D. Ik heb oog voor de manier waarop ik communiceer
- E. Andere ...

Vragen?

- Onbeantwoorde vragen
- Herbekijk de webinar (inschrijvingslink)
- Tevreden over webinar?

Smaakt naar meer...?

- Interessante webinar?

Deel met vrienden en kennissen

- 23/11: webinar Privacy & Internetveiligheid: hoe veilig werk je?
- 02/12: Kritisch denken. Stilstaan om verder te gaan.

[Vdab.be/webinars](https://vdab.be/webinars)

