

Werken aan *autonome* *motivatie*

Het CIOS (Centraal Instituut Sport) hecht waarde aan een leerklimaat waarin studenten gemotiveerd zijn om nieuwe dingen te leren. Ondanks de pogingen om een dergelijk leerklimaat te realiseren lijkt deze motivatie niet altijd aanwezig, zo blijkt uit een onderzoek onder studenten en mentoren. De meeste studenten zijn gemotiveerd om te sporten maar de motivatie om verslagen te maken en sportlessen voor te bereiden is vooral bij tweedejaars studenten minder aanwezig.

Stoffel Biesterbosch

Self Determination Theory (SDT)

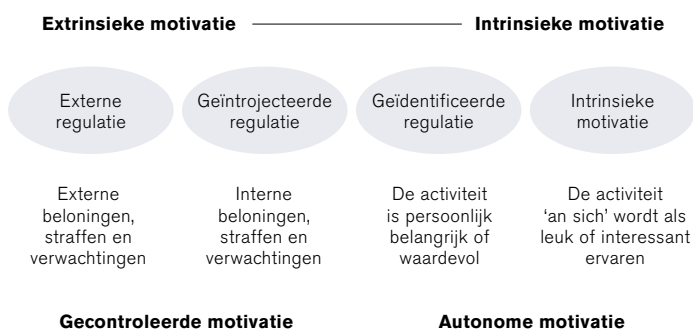
Een theorie die studiemotivatie probeert te duiden, is de SDT van Deci en Ryan (2000). Deze theorie richt zich niet alleen op de hoeveelheid motivatie, maar vooral op de kwaliteit van motivatie. Er worden vier kwaliteiten van motivatie (motivatieprofielen) onderscheiden op basis van de mate waarin de motivatie binnen dan wel buiten de persoon ligt. Bij externe regulatie (uiterst links in figuur 1) wordt het gedrag volledig beïnvloed door gebeurtenissen die buiten de persoon plaatsvinden. Geïntrojecteerde regulatie (tweede van links in figuur 1)

houdt in dat de persoon zichzelf een bepaalde druk oplegt en zich schuldig voelt als bepaald gedrag niet vertoond wordt. In beide gevallen spreekt men van 'gecontroleerde motivatie'. Wanneer mensen het gedrag als belangrijk voor zichzelf aanvaarden en het nut van de activiteit inzien, is er sprake van geïdentificeerde regulatie (tweede van rechts in figuur 1). Intrinsieke motivatie (uiterst rechts in figuur 1) is de meest kwalitatieve vorm van motivatie. Intrinsiek gemotiveerd gedrag is gedrag dat vertoond wordt omwille van het plezier dat aan het deelnemen aan de activiteit ontleend wordt. Bij deze laatste twee spreekt men van 'autonome motivatie'.

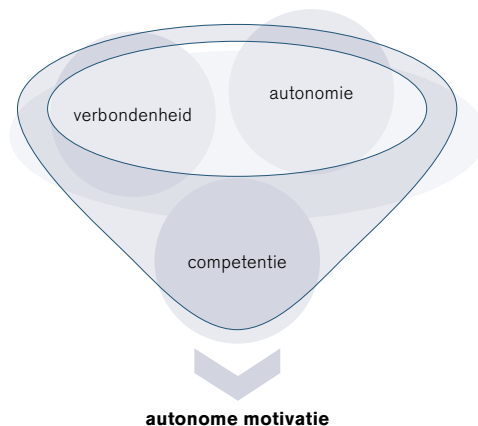
Bij gecontroleerde motivatie vervalt het (leer)gedrag als een beloning uitblijft en is er minder transfer naar andere situaties. Bij autonome motivatie wordt gedrag uitgevoerd om persoonlijke motieven. Wanneer studiemateriaal aansluit bij eigen interesses en persoonlijke waarden zullen studenten met een autonome motivatie meer gefocust zijn op de leerstof, diepgaander leren, minder snel afgeleid zijn en zich beter in hun vel voelen.

Basisnoden

De motivatieprofielen uit figuur 1 worden volgens de SDT beïnvloed door de mate waarin drie psychologische basis-



Figuur 1: Motivatieprofielen (eigen bewerking van Ryan & Deci, 2000)



Figuur 2: De relatie tussen basisnoden en autonome motivatie gebaseerd op Cox, (2008)

Een onderzoek naar de motivatie van CIOS studenten

noden bevredigd zijn, te weten autonomieondersteuning, competentie-ervaring en verbondenheid (figuur 2).

Autonomieondersteuning houdt in dat studenten het gevoel hebben zelf de basis te zijn van hun leergedrag. Competentie betekent dat studenten effectiviteit in hun studiegedrag ervaren. Relationele verbondenheid is het gevoel van verbondenheid met medestudenten en docenten. Als deze basisnoden optimaal bevredigd zijn, is er eerder sprake van een autonome motivatie en wordt er dus beter geleerd!

Motivatiekwaliteit en basisnoden op het CIOS

Via een schriftelijke enquête is de motivatie (motivatieprofiel en basisnoden) van studenten in alle leerjaren onderzocht. Daarnaast is vanwege de opvallende scores van tweedejaars studenten, via interviews met tweedejaars mentoren gevraagd naar de motivatie van hun studenten en de mate waarin zij van zichzelf vinden invulling te geven aan de drie basisnoden.

Tweedejaars jongens vallen op

Studenten uit het tweede leerjaar scoren hoger op gecontroleerde motivatie dan studenten in het eerste en derde leerjaar. De score op autonome motivatie in het vierde leerjaar is hoger dan in andere leerjaren. Het blijkt dat de hogere score op gecontroleerde motivatie in het tweede leerjaar vooral komt door de hogere score daarop van jongens in vergelijking met meisjes. In het vierde leerjaar blijkt ook dat meisjes lager scoren op gecontroleerde motivatie in vergelijking met jongens maar het verschil is minder groot.

Ten aanzien van de basisnoden scoort de ervaren verbondenheid door studenten in alle vier leerjaren hoger dan de ervaren autonomieondersteuning en competentie.

De tweedejaars mentoren geven aan dat zij vinden dat studenten in het tweede leerjaar een lage autonome- en een hoge gecontroleerde motivatie laten zien ten opzichte van studenten in de andere leerjaren. Tweedejaars mentoren vinden zelf dat ze voldoende aandacht geven aan het bevorderen

In deze rubriek komen docenten aan het woord die een masteropleiding volgen en als onderdeel daarvan onderzoek doen. Onderzoek is bij uitstek een middel om vraagstukken in de eigen onderzoekspraktijk eens van een andere kant te bekijken of beter te onderbouwen. De auteurs geven een impressie van hun onderzoeksresultaten en laten zo tegelijkertijd zien welke prangende vragen er leven onder mbo-docenten. De selectie van onderzoeken staat onder supervisie van Elly de Bruijn, lector Beroepsonderwijs, Hogeschool Utrecht en bijzonder hoogleraar Pedagogisch-didactische vormgeving van beroepsonderwijs, volwasseneneducatie en levenslang leren, Universiteit Utrecht. Zij begeleidt hen bij het schrijven. De eindredactie berust bij het vakblad *Profiel*.

Informatie: elly.debruijn@hu.nl en

ben.claessens@profielproducties.nl

van autonomie-ondersteuning en verbondenheid maar denken tekort te schieten in het stimuleren van competentie-ervaring van de tweedejaars student.

Gezien de resultaten onder studenten hebben tweedejaars studenten (vooral jongens) meer aandacht nodig om de autonome motivatie te bevorderen.

Aanbevelingen: bevorderen van autonome motivatie

Met het creëren van een leerklimate waarbij de studenten verbondenheid ervaren is niets mis. Om de autonome motivatie van vooral tweedejaars studenten te vergroten, moet ingestoken worden op autonomie- en competentie-ondersteuning. Competentie-ondersteuning kan door het stellen van duidelijke doelen die inzichtelijk zijn voor studenten. Autonomie-ondersteuning kan door het aanbieden van een structuur waarbij studenten de ruimte krijgen zelf keuzes te maken. Ook is een autonomie-ondersteunende leerkrachtstijl belangrijk waarbij het vermijden van controlerende en schuld inducerende taal belangrijk is. Het bevorderen van een autonomie-ondersteunende leerkrachtstijl is bij CIOS momenteel een speerpunt tijdens studie- en scholingsdagen.

De auteur is docent op het CIOS Goes-Breda (SCALDA) in Zeeland. Hij diplomeerde in oktober 2013 als Master of Sports aan de Fontys Hogeschool in Eindhoven.

- > Cox, A.E., Smith, AL. and Williams, L.(2008). Change in physical education motivation and physical activity behavior during Middle school. *Journal of Adolescent Health*, 43, 506.
- > Deci, E.L. & Ryan, R.M. (2000). Self-determination theorie and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.