



# **Autonomie (ondersteuning)**

**Een visie  
vanuit de Zelfdeterminatietheorie**

**Academy Studiesucces  
08-04-2022**

# Autonomie ondersteuning

1. **Wat is het?**
2. **Hoe werkt het?**
3. **Waarom streven we het na?**
4. **Waar willen we naartoe?**

# 1. Wat is het?



**Wat versta jij onder autonomie ?**

Ga naar [menti.com](https://www.menti.com) met **code 9092 5120**

# 1. Wat is het?



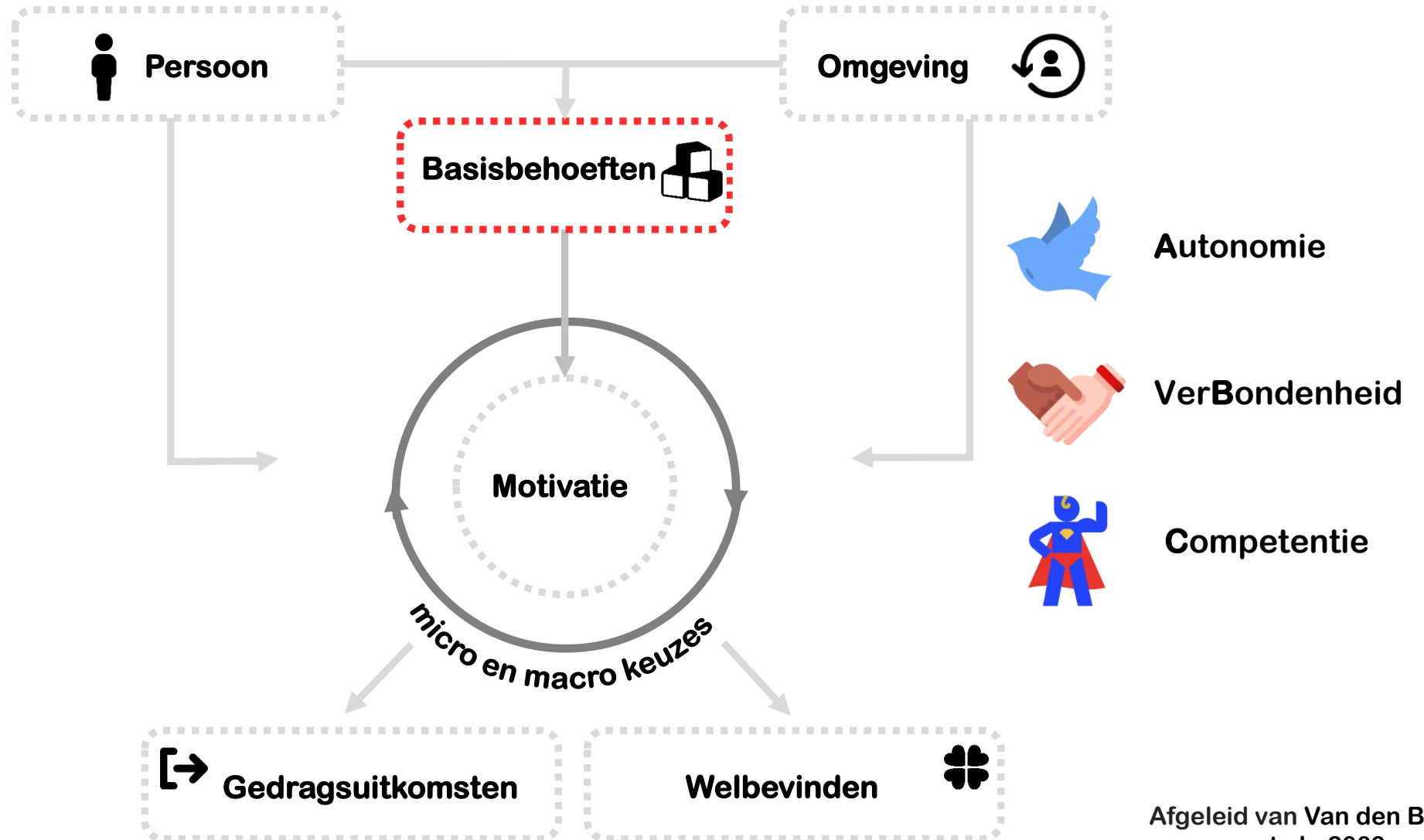
- ✓ De psychologische vrijheid om goed geïnformeerde keuzes te kunnen maken
- ✓ Keuzes kunnen én durven maken **die aansluiten bij wie jij bent**
- ✓ Het ervaren van **keuzevrijheid** in de actie die je onderneemt

# 1. Wat is het?

1. **Wakkert autonome motivatie (vanuit het willen) aan**
2. **Gebruikt verklarende redenen**
3. **Vertrouwt op niet-controlerende en informatieve taal**
4. **Toont geduld t.a.v. leren in eigen tempo**
5. **Erkent en accepteert uitingen van negatieve emoties**

## 2. Hoe werkt het?

# 2. Hoe werkt het?



# ABC-oefening

Geef een cijfer (1-10) voor de volgende vragen over je werk:



In hoeverre past jouw huidige werk bij jou als persoon?



In hoeverre voel jij je verbonden met anderen op je werk?

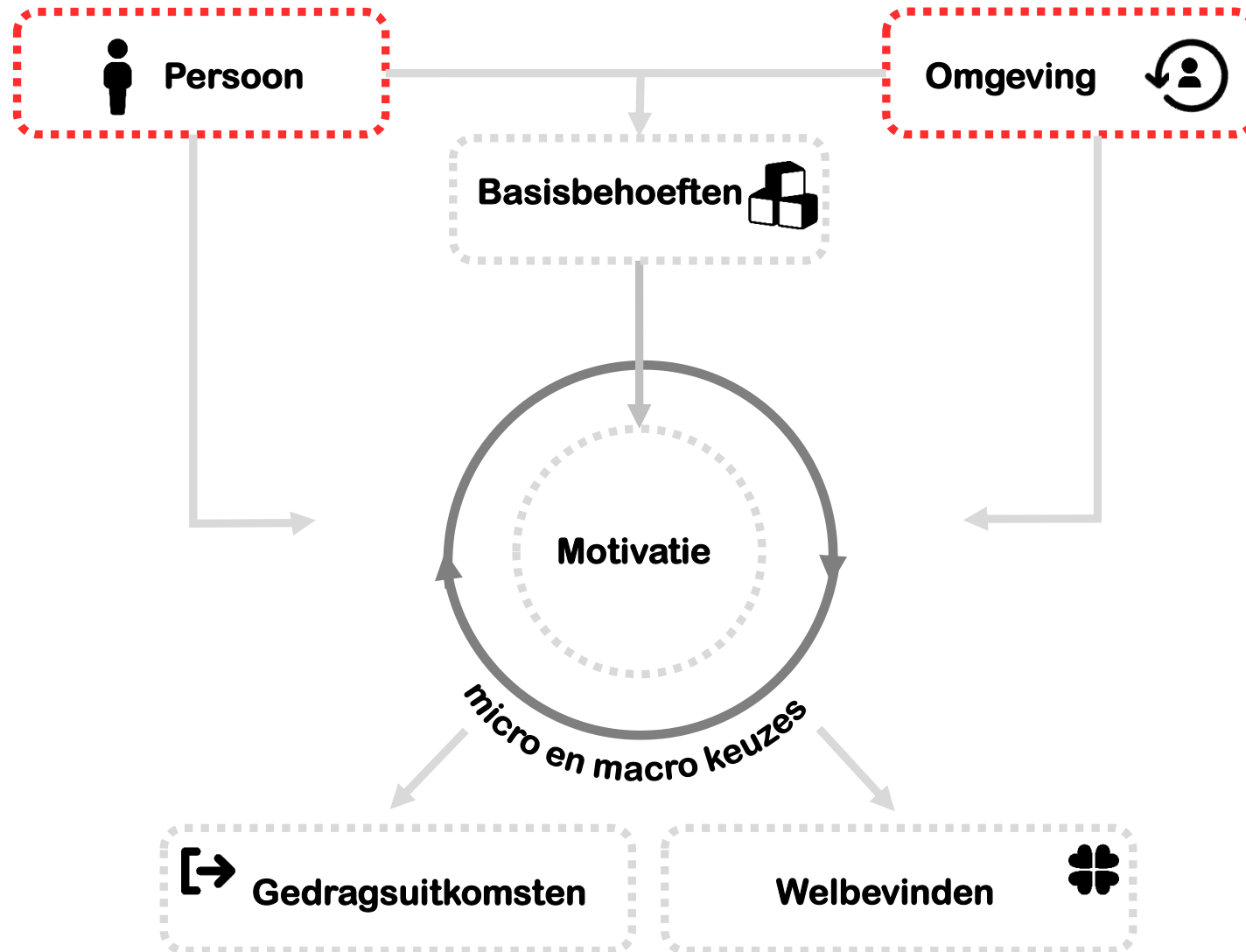


In hoeverre voel je je zelfverzekerd in je werk?

Ga naar [menti.com](https://www.menti.com) met **code 9092 5120**



## 2. Hoe werkt het?



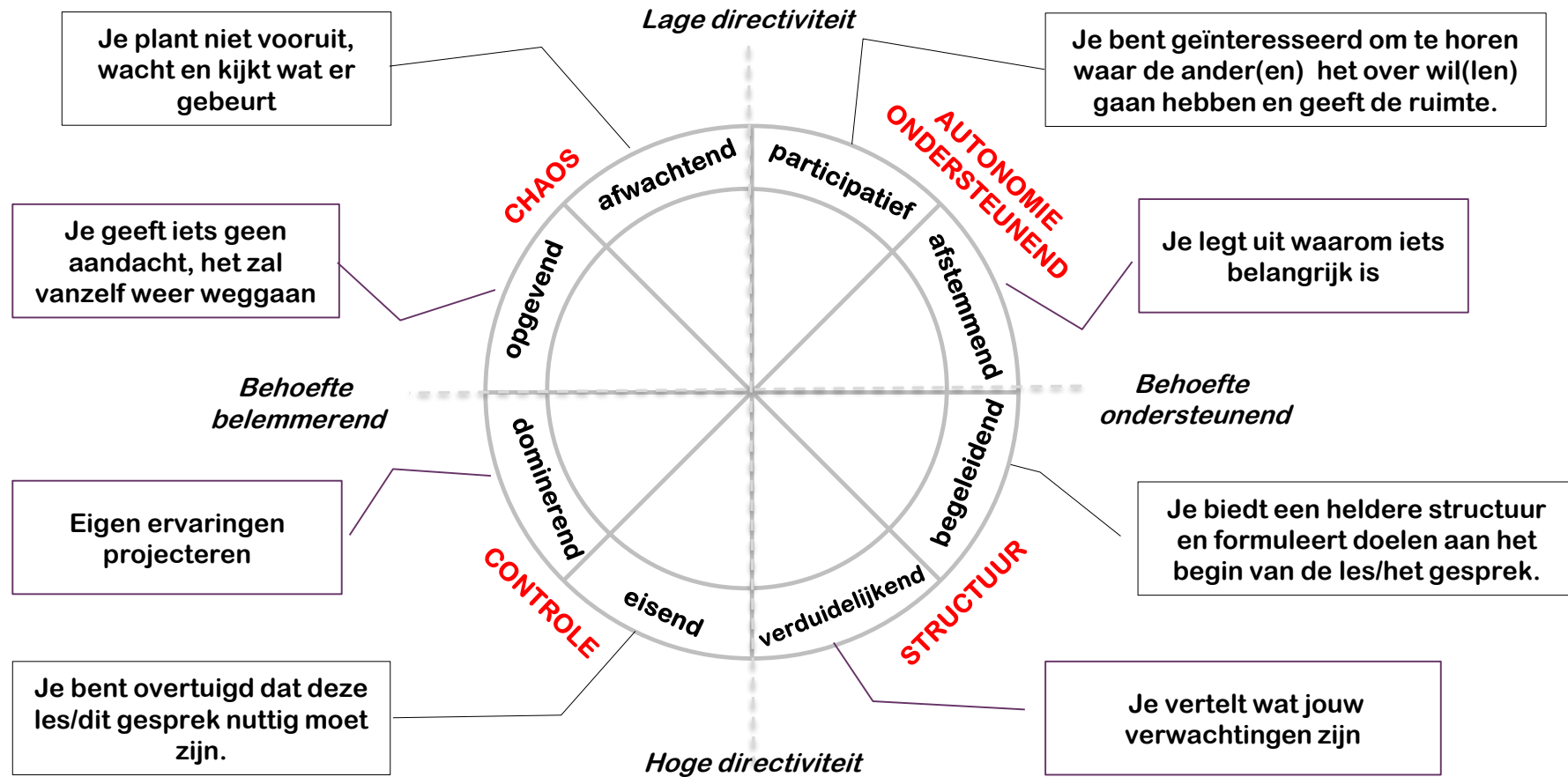
## 2. Hoe werkt het?

### Een van je lessen of een gesprek begint. Je...

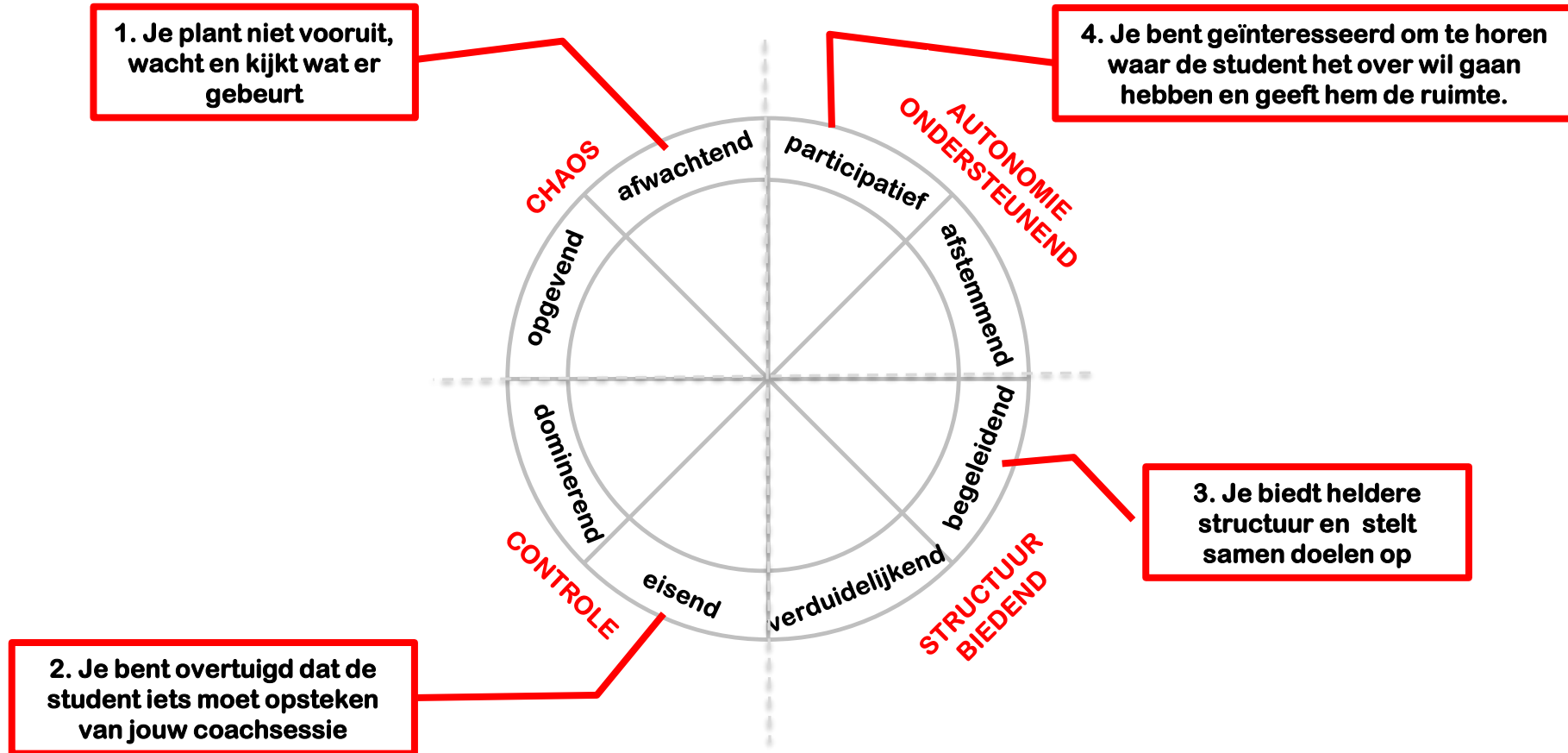
1. ... plant niet vooruit, wacht en kijkt wat er gebeurt.
2. ... bent overtuigd dat deze les/dit gesprek nuttig moet zijn.
3. ... biedt een heldere structuur en formuleert doelen aan het begin van de les/het gesprek.
4. ... bent geïnteresseerd om te horen waar de ander(en) het over wil(len) gaan hebben en geeft de ruimte.

Ga naar [menti.com](https://www.menti.com) met **code 9092 5120**

## 2. Hoe werkt het?

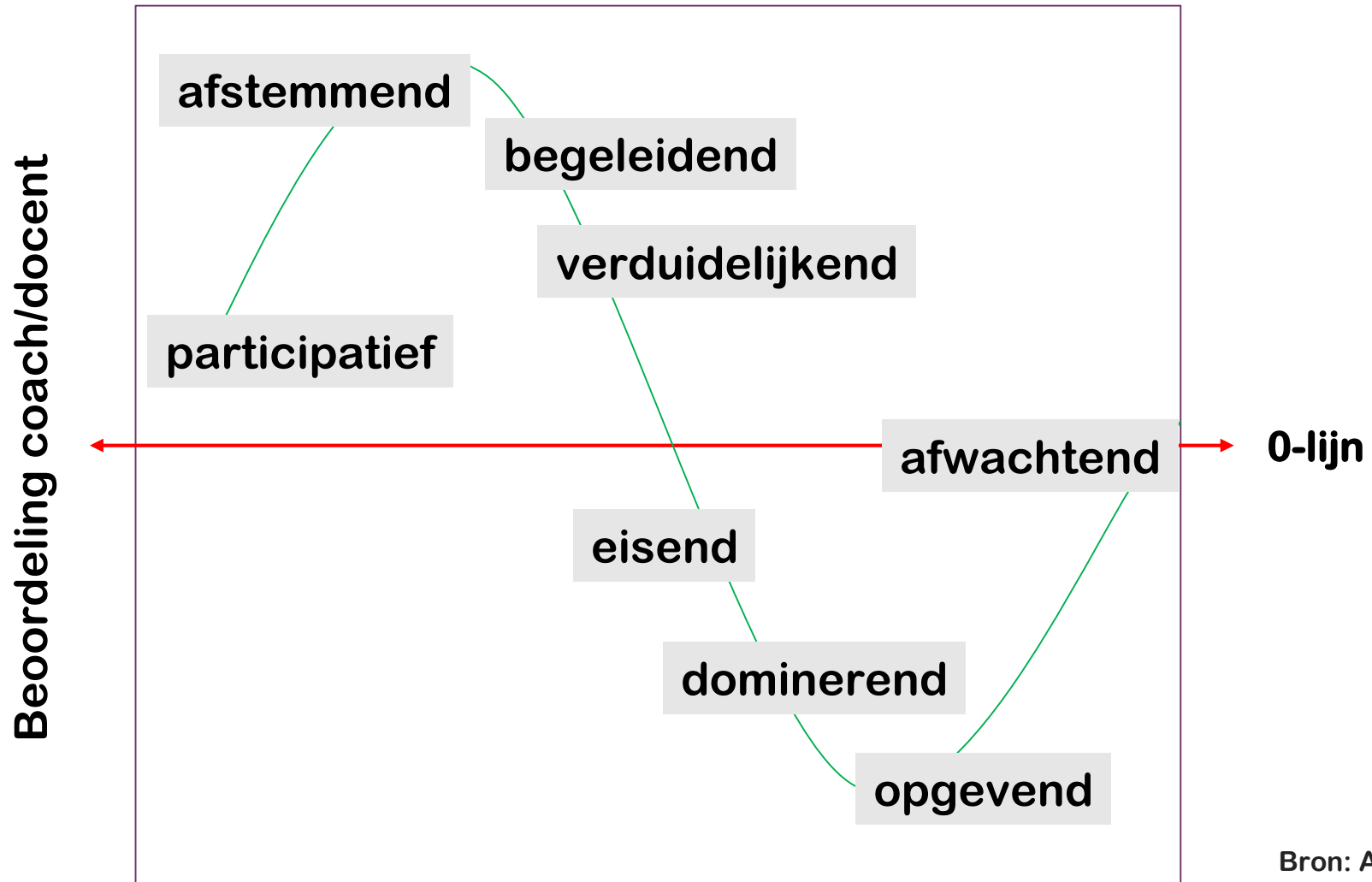


## 2. Hoe werkt het?

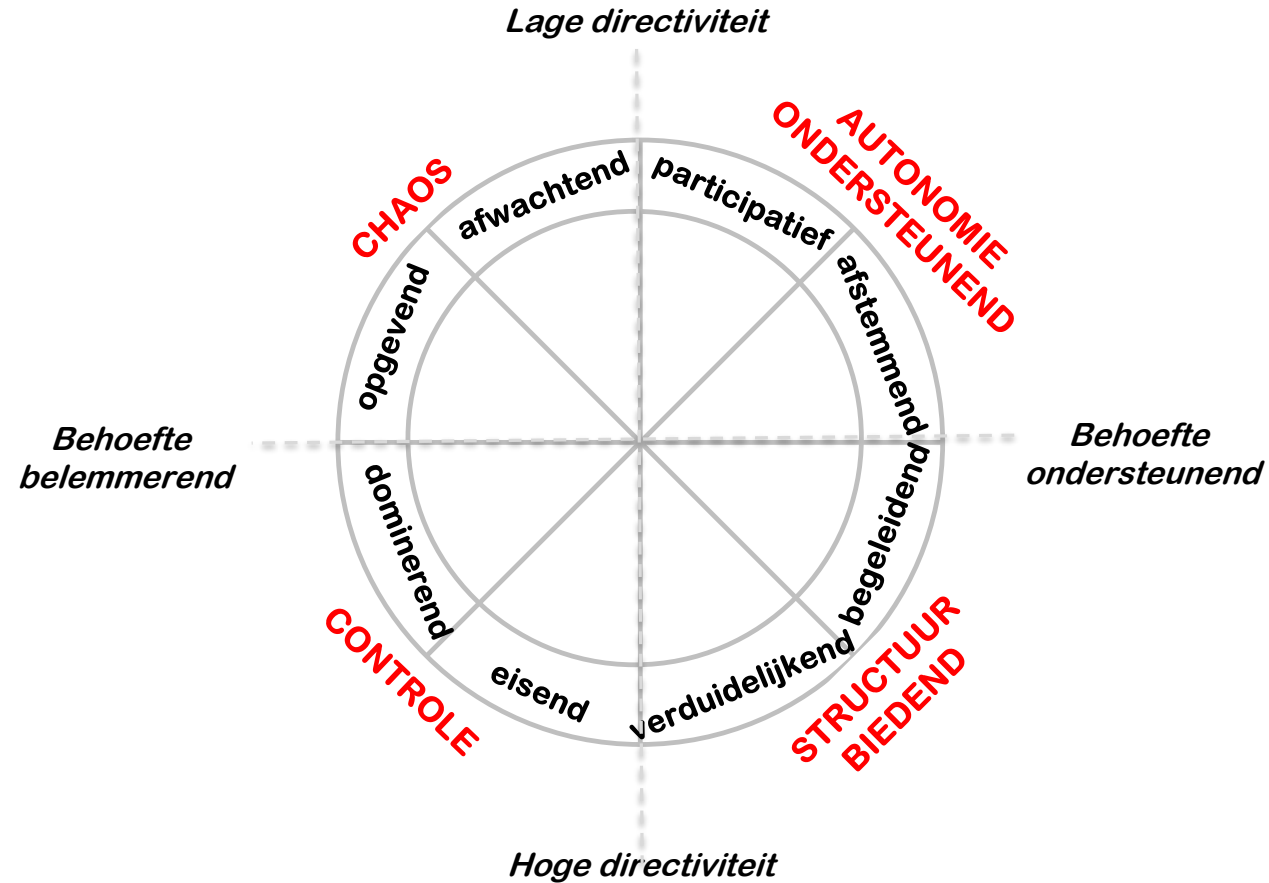
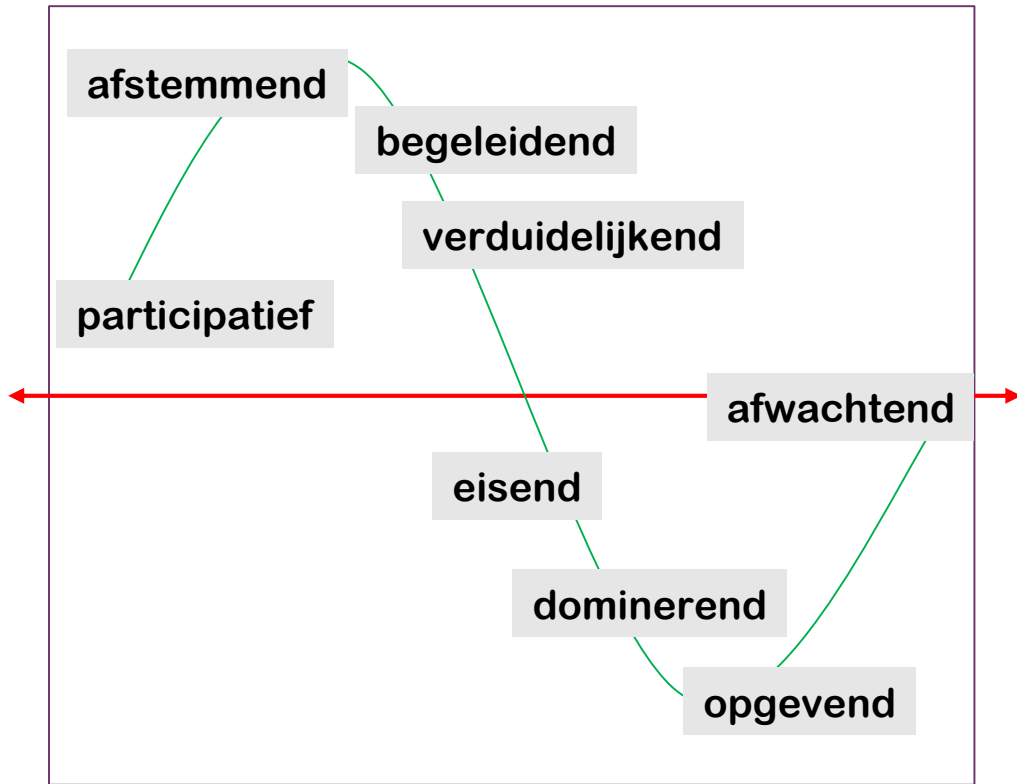


### **3. Waarom streven we dit na?**

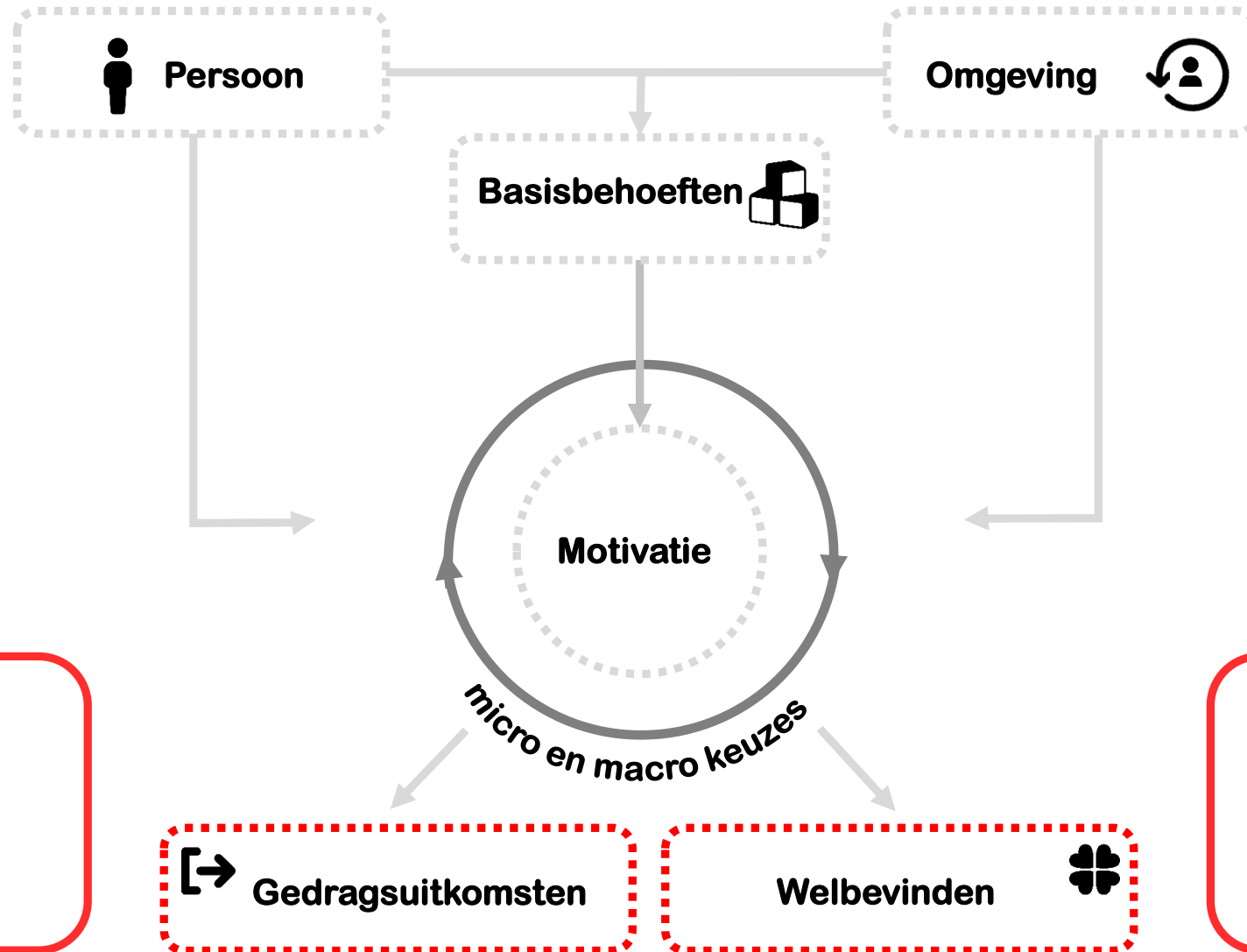
# 3. Waarom streven we dit na?



# 3. Waarom streven we dit na?



# 3. Waarom streven we dit na?



- ✓ Minder uitval
- ✓ Aanwezigheid in de klas
- ✓ Duurzamer leren
- ✓ Creativiteit
- ✓ Betere cijfers
- ✓ Andere prestaties

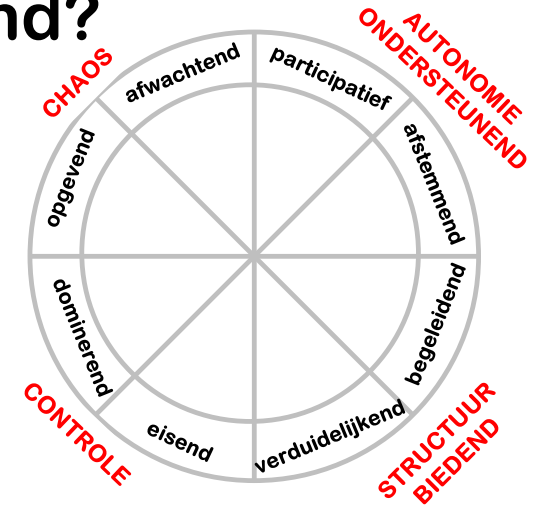
- ✓ Positieve emoties
- ✓ Vitaliteit
- ✓ Psychologisch welbevinden
- ✓ Schooltevredenheid
- ✓ Levenstevredenheid
- ✓ Zelfvertrouwen



# Waarom toch controlerend?

Dit wetende....waarom zijn we dan toch nog controlerend?

1. Vanwege de positie (van oudsher)
2. Vanwege gevoelde verantwoordelijkheid en aansprakelijkheid
3. Omdat dit gedrag wordt erkend of goed wordt beoordeeld (alleen USA?)
4. Omdat het als structurerende stijl wordt gezien
5. Als reactie op passiviteit van studenten
6. Om invloed uit te kunnen oefenen (geven beloningen)
7. Omdat docenten controlegerichte persoonlijkheidsdisposities kunnen hebben



## 4. Waar naartoe?

### **Verschillende fasen**

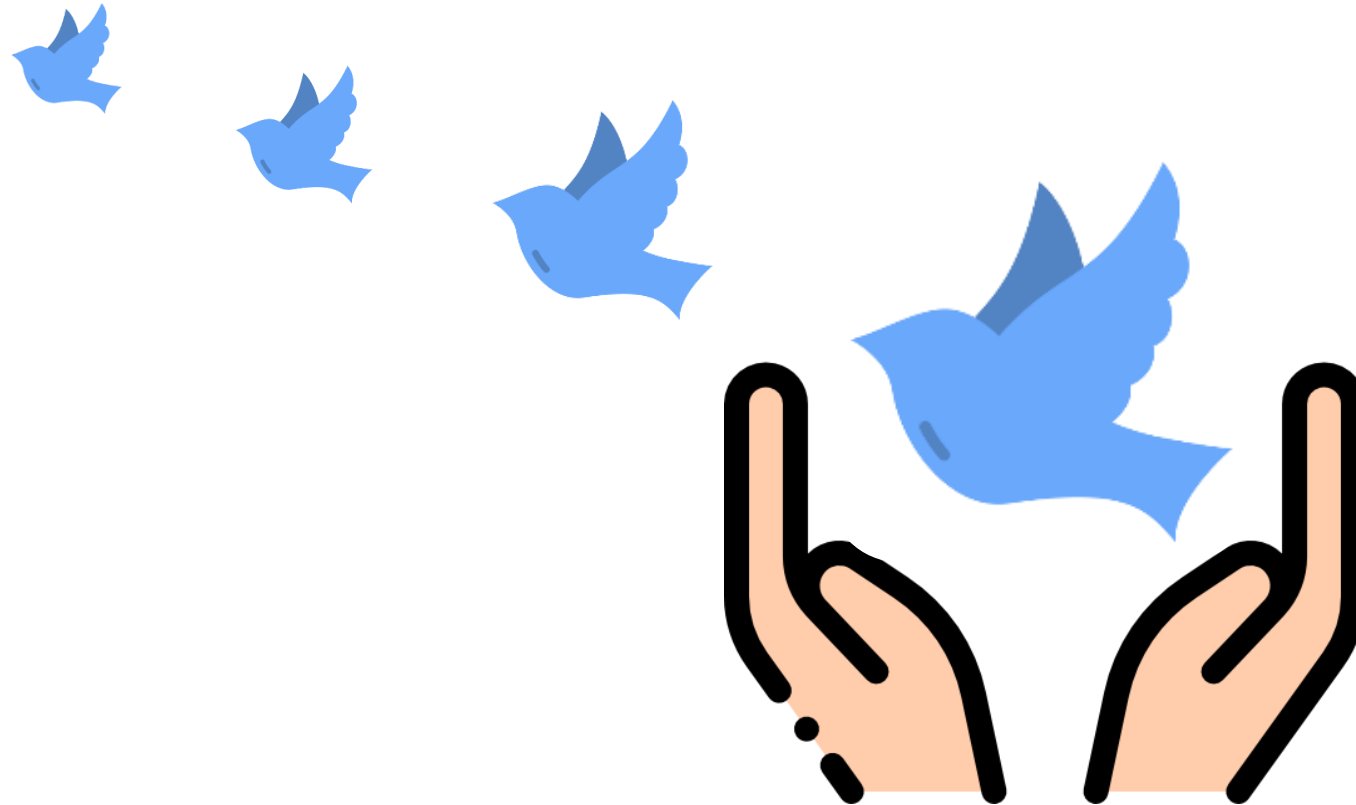
1. Je wordt ontevreden over controlerende stijl
2. Je wilt minder controlerend worden
3. Je wilt autonomie ondersteunend worden
4. Je wilt leren hoe dat moet en wat dat betekent
5. Je doet het al en wilt erin groeien

## 4. Waar naartoe?

- >> Awareness
- >> Motivatie
- >> Kennis & vaardigheden

**Learning Community of Practice**  
**Autonomie ondersteuning**

**Dank voor jullie aandacht!**



# Bronnen

- Aelterman, N., Vansteenkiste, M., Haerens, L., Soenens, B., Fontaine, J. R., & Reeve, J. (2019). Toward an integrative and fine-grained insight in motivating and demotivating teaching styles: The merits of a circumplex approach. *Journal of Educational Psychology*, 111(3), 497.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, 11(4), 227-268.
- Meens, E. (2020). Een leven lang kiezen. Het coachen van Loopbaan- en levenskeuzes. Boom uitgevers, Amsterdam.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Publications.
- Van den Broeck, A., De Witte, H., Vansteenkiste, M., Lens, W., & Andriessen, M. (2009). De Zelf-Determinatie Theorie: kwalitatief goed motiveren op de werkvloer. *Gedrag en organisatie*, 22(4), 316-335.

# Colofon

**Auteur:**

**Evelyne Meens**

**Icons:**

**flaticon.com**

**Datum:**

**Januari 2022**

**Copyright: © Evelyne Meens, 2022**

**Deel van de presentatie komt uit materiaal gelinkt aan het boek 'Een leven lang kiezen'. In dat kader mag van deze uitgave niets veelevoudigd en/of openbaar gemaakt worden zonder bronvermelding en voorafgaande toestemming van de auteur.**