



'Ik kan het, ik wil het zelf en ik hoor erbij!'

De psychologische basisbehoeften als basis voor welbevinden en voor de ontwikkeling van zelfstandigheid

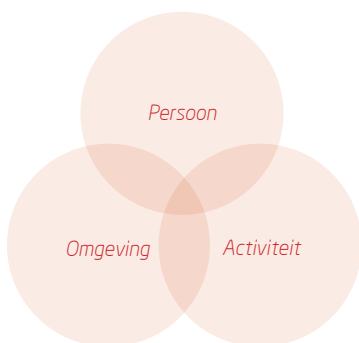
Eén van de doelen van onderwijs is kinderen en jongeren voorbereiden op een zelfstandige deelname aan de samenleving. Het gaat daarbij niet alleen om kennisoverdracht om uiteindelijk een beroep uit te kunnen oefenen, maar zeer zeker ook om vaardigheden en attitudes die bijdragen aan een vreedzame samenleving. Deze taak van onderwijs wordt ook wel de pedagogische opdracht van onderwijs genoemd (Oers, B., 2007). Elke docent weet hoe ingewikkeld het is om daadwerkelijk een bijdrage te leveren aan deze pedagogische opdracht. Dit artikel richt zich vooral op de ontwikkeling van zelfstandigheid. Wat draagt bij aan de totstandkoming van autonome burgers?

TEKST ANNEMIEKE HART EN HELEEN VAN MUIJEN-JACOBS FOTO'S HANS DIJKHOFF

Het uitgangspunt bij het schrijven van dit artikel is de hantering van een relationeel mensbeeld. Gedrag van mensen staat altijd in relatie met de context waarin zij zich begeven. Om gedrag van mensen te duiden en te beïnvloeden zal dus altijd de context meegenomen moeten worden, samen met de activiteit die op dat moment gedaan wordt. Om dit complexe samenspel tussen mens, omgeving en

activiteiten te begrijpen, kan gebruik gemaakt worden van een interactiemodel. Een veel gebruikt model is het OPA-model:

In het inleidend artikel van Herman Verveld is dit model nader uitgelegd. Onderstaand artikel zoomt vanuit dit model in op de Persoon. Wat heeft de Persoon nodig om zelfstandig te functioneren?



Een tweede uitgangspunt in dit artikel is een veilig klimaat als basis van al het leren binnen het onderwijs. Onder veilig klimaat wordt verstaan: een sfeer waarin met elkaar gewerkt wordt en waarin vertrouwen de overhand heeft. Dit creëert kansen en geeft mogelijkheden voor de deelnemer(s). Vanuit een veilige omgeving kunnen personen zich prettig, gezien en bekwaam gaan voelen. Dit wordt ook wel *welbevinden* genoemd en heeft een positieve invloed op het *zelfbeeld*, het beeld dat deelnemers hebben van hun eigen (on)mogelijkheden. Er zou gesteld kunnen worden dat door beïnvloeding in een veilig klimaat, deelnemer(s) leren om zelfverantwoordelijk te worden, om zelf de afweging te maken tussen datgene wat wel en niet wenselijk is. Daarmee kan bijgedragen worden aan identiteitsontwikkeling of persoonsvorming. Hier zijn we weer terug bij de pedagogische opdracht (opvoeding). Professionele beïnvloeders zijn daarmee dus (mede) verantwoordelijk voor de wijze waarop deelnemers zich als burgers van een samenleving ontwikkelen.

Welbevinden

Het welbevinden van iemand hangt af van drie factoren, namelijk de behoefte aan relatie, autonomie en competentie.

“Kinderen zijn intrinsiek gemotiveerd als ze voor het eerst naar school gaan om te laten zien wat ze kunnen en om te halen wat ze nog niet kunnen. Zij hebben hoge verwachtingen van hun eigen ontwikkeling en blijven deze met vertrouwen ter hand nemen, mits de school op zijn beurt vertrouwen in hun ontwikkeling heeft, onvoorwaardelijk, en hen in de gelegenheid stelt om te laten zien wat ze kunnen.”
“Laat me merken dat je me ziet en waardeert, leer me om zelf keuzes te nemen en laat me ervaren dat ik het kan”

(Stevens, 1999)

De theorie van de psychologische basisbehoeften gaat ervan uit dat iemand intrinsiek gemotiveerd is, wanneer in voldoende mate is voldaan aan de behoefte aan relatie, autonomie en competentie (Stevens, 2004). Er blijkt bovendien een positief verband te zijn tussen het ervaren van deze basisbehoeften en het welbevinden. De psychologische basisbehoeften zijn dus belangrijke voorwaarden of iemand wel of niet gaat leren en de mate van (intrinsieke) motivatie.

De behoefte aan relatie

Motivatie om te ontwikkelen ontstaat uit verbondenheid met de ander in de omgeving. Gezien en gewaardeerd worden is de kern van deze behoefte.

Vanuit ontwikkelingspsychologisch perspectief begint deze behoefte al bij de geboorte. De

eerste behoefte van een pasgeborenen kind is zich naar de moeder wenden. En de behoefte van de moeder is het contact maken met het kind. Er ontstaat wederzijdse responsiviteit in verbondenheid. Hechting is daarmee de allereerste basis voor ontwikkeling.

Iedereen heeft de behoefte aan relatie; het gevoel erbij te horen en het gevoel dat men deel uitmaakt van een groep. Dit is het uitgangspunt van een veilig klimaat. Als leraar heb je veel invloed op de kwaliteit van de relaties. Door beschikbaar te zijn, te luisteren, vertrouwen te geven, af te stemmen, op te treden, uitnodigende situaties te creëren, het goede voorbeeld te zijn, uit te dagen en te ondersteunen, worden voorwaarden gecreëerd om in de behoefte aan verbondenheid (relatie) te voorzien. Het artikel van Jaap Kleinpaste in dit topic zal hier verder over uitweiden.

De behoefte aan competentie

Gemotiveerd gedrag ontstaat wanneer iemand inschat dat het mogelijk is activiteiten onder de knie te krijgen. Dit uit zich door de wil om te tonen wat beheerst wordt en het aangaan van (nieuwe) uitdagingen die aansluiten bij het leerproces. Dit is de behoefte aan competentie. Als kinderen niet opletten, niet meedoen, onderpresteren en/of niet durven, kan het betekenen dat de omgeving en de activiteit niet zijn afgestemd op de behoefte aan competentie van het kind.

Als leerkracht waardeer je bij deze behoefte allereerst de ander in zijn of haar kunnen. Er worden succeservaringen gecreëerd en samen wordt stilgestaan en genoten van de dingen die lukken. Je bent erbij om het niet lukken te zien als aanleidingen voor een vervolg in het leerproces.

Als kinderen niet opletten, niet meedoen, onderpresteren en/of niet durven, kan het betekenen dat de omgeving en de activiteit niet zijn afgestemd op de behoefte aan competentie van het kind

Het is mogelijk om in te schatten wat de ander aan kan door realistische verwachtingen te hebben, door niet te overvragen en niet te ondervragen. Er wordt hulp en ondersteuning geboden. Hierdoor wordt vertrouwen gecreëerd en weet de ander doelgericht te werk te gaan. Dit is een sterke basis voor de behoefte aan competentie.



▲ Soms gaat het mis



De behoefte aan autonomie

Motivatie ontstaat ook wanneer iemand het gevoel heeft om dingen zélf te willen doen, zelf te beslissen en zelf keuzes te maken. De behoefte aan autonomie gaat dus over de perceptie om het gedrag zelf te mogen bepalen, vanuit eigen interesses en waarden. Dit kan leiden tot het uniek willen zijn en jezelf kunnen onderscheiden. Weinig initiatief tonen, veel hulp vragen en teruggetrokken gedrag kunnen een uiting zijn van het feit dat de afstemming van omgeving en activiteit op de behoefte aan autonomie niet juist is.

Een leraar houdt rekening met deze behoefte door ruimte te scheppen. Ruimte om successen te boeken maar ook om met mislukken om te gaan (volgens de behoefte aan competentie). Het gaat om het scheppen van ruimte waarin begeleiding en ondersteuning geboden wordt en waarbij degene die leert individuele vrijheid en verantwoordelijkheid ervaart en zich daarbij mede-eigenaar voelt van het proces. Het gevolg is ook dat initiatiefrijke gedrag vertoond wordt.

Autonomie betekent dus niet altijd dat iemand onafhankelijk is en zelfstandig (zonder hulp) dingen kan. Autonomie verwijst daarmee

dus ook naar de behoefte aan relatie. Het is de bedoeling van de begeleider om bij deze behoefte de persoon de gelegenheid te geven in verbondenheid (relatie) te leren, om te exploreren en zijn of haar competenties te verkennen. Het is het verantwoordelijk maken voor de eigen ontwikkeling en het eigen leerproces.

Rol van de leerkracht

De sleutel tot zelfstandigheid is vooral de ontwikkeling van een zogenaamde 'interne locus of control': iemand heeft veel zelfvertrouwen en grip op de situatie. Als professional heb je hier invloed op. Stel: Meike oefent een hurkwendsprong. Het lukt haar om op de kast te komen met haar voeten, echter er in één keer overheen lukt nog niet. Als docent kun je op allerlei verschillende manieren (verbale) leerhulp geven. Een aantal voorbeelden: "Meike, je moet wat harder in de trampoline springen". Of: "Hartstikke goed Meike dat je het blijft proberen, uiteindelijk gaat het je vast lukken om over de kast te komen". Of: "Meike, heb je een idee wat je zou kunnen doen om meer hoogte te krijgen?" Bij welke vorm van leerhulp zal het meeste aanspraak worden gemaakt op de interne locus of control van Meike? Inderdaad, bij het derde voorbeeld! Al geeft het tweede voorbeeld ook al wel richting aan een interne locus of control. Er wordt immers een koppeling gemaakt tussen inzet/doorzettingsvermogen en de kans van slagen. Als het Meike uiteindelijk lukt om over de kast te komen, zou een mooie vraag kunnen zijn: "Wat maakte nu dat het lukte, Meike?" Door hierover na te denken krijgt zij vat op haar eigen leerproces, oftewel haar interne locus of control wordt versterkt.

Over het algemeen zijn docenten LO geneigd veel gebruik te maken van complimenten. En dat is zeer zeker een krachtig instrument om leerlingen in het leerproces te krijgen en te houden. Echter, deze complimenten zijn zelden specifiek genoeg om een interne locus of control te ontwikkelen. Een algemeen: "Goed zo!", geeft te weinig informatie over de factoren die van invloed zijn op de goede actie. De leerling weet nu wel dat de actie goed was, maar wat maakte nu precies dat dit een succesvolle actie was? Geluk, toeval, goede concentratie, makkelijke pass van een tegenspeler, juiste tempo van aanlopen, etc.? Probeer complimenten en aanwijzingen zo specifiek mogelijk te maken, waarbij vooral het gedrag van de leerling benoemd wordt. Bij een leerling met al enigszins ontwikkeld zelfvertrouwen en bewegingsbesef, werkt het extra krachtig om (leer)vragen te stellen, zoals gegeven in het voorbeeld in deze alinea. Dat stimuleert leerlingen tot eigen oplossingen te komen, wat natuurlijk bijdraagt aan een interne locus of control. ■

Over de auteur

Annemieke Hart en Heleen van Muijen-Jacobs zijn beide opleidingsdocenten aan de Calo Windesheim

Geraadpleegde literatuur

Heij, P. (2006). *Grondslagen van 'verantwoord' bewegingsonderwijs*. Budel, uitgeverij Damon

Kohnstamm, R. (2002). *Kleine ontwikkelingspsychologie II, de schoolleeftijd*. 'Houten, Diegem; Bohn Stafleu Van Loghum.

Oers, B. van e.a. (2007) *Burgerschapsvorming en identiteitsontwikkeling, een bijdrage aan de pedagogische kwaliteit in het onderwijs*, Assen: Uitgeverij Van Gorcum

Stevens, L.M. (Red.) (2004). *Zin in School*. Amersfoort: CPS.

Stevens, L. M. (2013). *Basingrediënten voor psychologisch welzijn*. Artikel geraadpleegd op 17 januari 2013 via www.hetkind.org

Vonk, R. (2013). *Sociale psychologie*. Noordhoff Uitgevers Groningen/Houten.

Contact:

AE.Hart@windesheim.nl

H.van.Muijen@windesheim.nl

Kernwoorden:

psychologie, basisbehoeften, relationeel, leerhulp