



# 10 praktische inzichten

## Hoe help je leerlingen / studenten om gemotiveerd te raken?

### 1. Intrinsicke motivatie kun je niet beïnvloeden.

Staar je niet blind op intrinsicke motivatie. De drive die iemand vanuit zichzelf heeft om iets te doen, kun je niet van buitenaf opleggen. Wel kun je voorwaarden creëren, zoals ruimte bieden voor eigen interesses en initiatief, waardoor intrinsicke motivatie niet verdwijnt.

### 2. Realiseer je je invloed.

Docenten hebben een grote impact op de extrinsicke motivatie van jongeren, maar zijn zich hier niet altijd bewust van. Realiseer je dat de manier waarop je over een leerling denkt doorwerkt in de wijze waarop je hem of haar benadert en dat dit bepalend is voor de motivatie van die leerling. Een positieve blik geeft positieve energie: wees verwachtingsvol!

### 3. Help jongeren hun motivatie te ontdekken.

Als docent heb je een brede vakkennis, maar ben je ook bereid te delen wat jou inspireert? Gebruik je enthousiasme voor je vak om leerlingen of studenten te laten ontdekken wat zij leuk vinden. Jongeren willen juist op een meer gelijkwaardig niveau over een vak praten. Denk dus bewust na over hoe je jouw passie voor je vak kunt overbrengen.

### 4. Laat jongeren ervaren dat ze groeien.

Ergens beter in worden werkt motiverend. Laat jongeren ervaren dat ze vooruitgaan en leer ze analyseren hoe ze het snelst vooruitkomen. Laat ze vaker reflecteren op hun leerstrategie en zorg dat ze regelmatig succes kunnen ervaren.

### 5. Geef keuzes en ruimte.

Differentieer; daag jongeren uit op hun niveau. Bouw ook competitie-elementen in en wijs leerlingen en studenten actief op extra mogelijkheden, binnen en buiten de school. Vooral jongens kunnen zich meer uitgedaagd voelen door competitieve elementen: rankings, wedstrijdjes in teamverband. Jongeren kunnen ook proberen hun eigen prestaties te verbeteren en zo met zichzelf de competitie aan te gaan.

### 6. Zorg voor verbinding.

Realiseer je het belang van een goede relatie met je leerlingen en studenten. Jongeren willen vooral gezien worden als individu, zodat ze zich gewaardeerd voelen. Investeer bewust in een goed contact: ken hun namen, weet wat ze bezighoudt. Als de verbinding er eenmaal is, lukt het makkelijker om leerlingen te motiveren, omdat ze dingen makkelijker van je aannemen.

### 7. Stimuleer een groei mindset.

Benadruk steeds weer het belang van oefenen, in combinatie met bewuste leerstrategieën. Door gericht aan de slag te gaan word je beter en verhoog je je zelfeffectiviteit. Jongeren hebben hun eigen groei voor een groot deel zelf in de hand. Succesvol zijn op school of in je studie is een marathon, geen sprint.

### 8. Bied praktijkervaringen.

Jongeren willen leren hoe de 'echte wereld' in elkaar steekt en raken sneller gemotiveerd voor opdrachten uit de praktijk dan van louter theorie. Denk aan extra studiepunten, certificaten, praktijkopdrachten of aantekeningen op diploma's.

### 9. Ken de dromen en interesses van je leerlingen en studenten.

Als je weet waar je leerlingen of studenten voor gaan en waar hun interesses en passies liggen, kun je ze veel beter begeleiden. Ook als je weet dat ze het antwoord op die vraag nog niet weten. Probeer er met kleine gesprekjes achter te komen waar jongeren warm voor lopen.

### 10. Leren hoeft niet altijd leuk te zijn.

Sommige dingen moeten nu eenmaal. En op jonge leeftijd is dat best veel. Benoem dit en stimuleer jongeren om door te zetten. Lang niet alle leerlingen en studenten zijn in staat voor zichzelf te bepalen wat goed voor hen is voor later. 'Waarom moet ik dat eigenlijk weten of kunnen?' is een ontzettend belangrijke vraag. Hoe beter iemand weet waarom hij iets doet, des te groter de taakwaarde wordt en des te makkelijker iemand zich ertoe kan zetten. Daar staat tegenover dat het voor jongeren ook leerzaam is om bepaalde dingen gewoon maar te doen; het nut ervaren ze soms pas later.

#### Meer weten?

[www.motivatiebinnenstebuiten.nl](http://www.motivatiebinnenstebuiten.nl)

#### Blijf op de hoogte

Volg de meest recente trends en informatie over onderwijs en jongerencultuur op [www.blog.youngworks.nl](http://www.blog.youngworks.nl) of via [Twitter.com/YoungWorksNL](https://twitter.com/YoungWorksNL)



Verkrijgbaar in de boekhandel of via [webshop.youngworks.nl](http://webshop.youngworks.nl) (€ 19,95)