



Probleemstelling

Motivatie en leren moeten als een eenheid beschouwd worden. Maar hoe pak je dit als leerkracht LO nu aan in jouw lessen? Is het zo dat jouw gedrag als leerkracht de motivatie van de leerlingen beïnvloedt? Of zijn er ook nog andere factoren binnen de lescontext die een invloed uitoefenen op de motivatie van de leerlingen?

Deze review onderzoekt deze vragen vanuit de Zelf-Determinatietheorie (ZDT, Deci & Ryan, 2000) en geeft resultaten van onderzoek weer dat uitgevoerd werd bij leerlingen van het lager en het secundair onderwijs.

Lichamelijke opvoeding (LO) wordt in Vlaanderen beschouwd als een leervak en volgens het vakconcept LO dienen zowel bewegingsdoelen (motorische competenties en fitte, veilige en gezonde levensstijl) als persoonsdoelen (positief zelfbeeld en sociaal functioneren) nagestreefd te worden. Ook in het vak LO leren wij voor het leven. Tijdens de lessen LO introduceren we onze leerlingen in een veelzijdige bewegingscultuur en bereiden hen voor op een levenslang bewegen. Onze aanpak is hierbij gericht op competentieleren, gekenmerkt door een geïntegreerd aanleren van duurzame en breed inzetbare vaardigheden, inzichten en attitudes. Probleemoplossend denken, leren van en met elkaar en inzichtelijk leren komen hierdoor meer op het voorplan. Maar om deze doelstellingen te kunnen bereiken is de motivatie van de leerlingen cruciaal.

De Zelf Determinatie Theorie (ZDT) is een theoretisch kader dat gebruikt wordt voor het bestuderen van motivatie in het algemeen en is dus ook bruikbaar binnen de context van de les LO (Vansteenkiste, Niemiec, & Soenens, 2010).

De ZDT benadrukt dat het belangrijk is niet enkel een onderscheid te maken in de kwantiteit, maar ook in de kwaliteit van motivatie (Vansteenkiste & Lens, 2006). De verschuiving van het onderscheid intrinsieke-extrinsieke motivatie naar het onderscheid autonome-gecontroleerde motivatie is heel belangrijk omdat dit impliceert dat er kwalitatieve verschillen zijn tussen de vier types extrinsieke motivatie. Goed geïnternaliseerd gemotiveerd gedrag wordt verondersteld **autonome motivatie** te reflecteren, terwijl minder geïnternaliseerd gedrag verondersteld wordt om **gecontroleerde motivatie** te weerspiegelen.

	Amotivatie	Gecontroleerde motivatie		Autonome motivatie		
	“kunnen/ niet-kunnen”	“moeten”		“willen”		
Types regulatie	Non-regulatie	Externe regulatie	Geïntrojecteerde regulatie	Geïdentificeerde regulatie	Geïntegreerde regulatie	Intrinsieke regulatie
Motivationale drijfveer	Lage verwachtingen	Verwachtingen, beloningen, straf	Schuld, schaamte, angst, interne druk	Persoonlijke waarde, persoonlijk zinvol	Geïntegreerd in het dagelijks leven	Plezier, interesse
Onderliggende emoties	Hulpeloosheid, apathie	Stress, druk	Stress, druk	Welwillendheid, vrijheid	Welwillendheid, vrijheid	Welwillendheid, vrijheid
Internalisatie	Geen	Geen	Gedeeltelijk	Volledig	Volledig	Niet nodig
Type motivatie	Amotivatie	Extrinsiek	Extrinsiek	Extrinsiek	Extrinsiek	Intrinsiek

Figuur 1. Schematisch overzicht van de verschillende types motivatie volgens de ZDT, aangepast van (R. M. Ryan & Deci, 2000).

In de schoolcontext en dus ook in de les LO wordt wel eens aan leerlingen gevraagd om activiteiten uit te voeren die ze spontaan niet zouden doen, omdat ze deze niet boeiend vinden. Dit betekent niet noodzakelijk dat ze deze activiteiten op een weerspannige wijze uitvoeren. Naargelang we erin slagen om de reden van opgedragen activiteiten te internaliseren bij de leerlingen, zullen ze deze met een groter gevoel van psychologische vrijheid uitvoeren, waardoor ze de activiteiten beter zullen uitvoeren en het gewenste gedrag langer zullen volhouden.

De motivatie van de leerlingen kan beïnvloed worden door de sociale context. De vraag die we ons logischerwijze stellen is de volgende “Hoe kan de leerkracht LO een positieve invloed hebben op de kwaliteit van de motivatie van leerlingen?”