

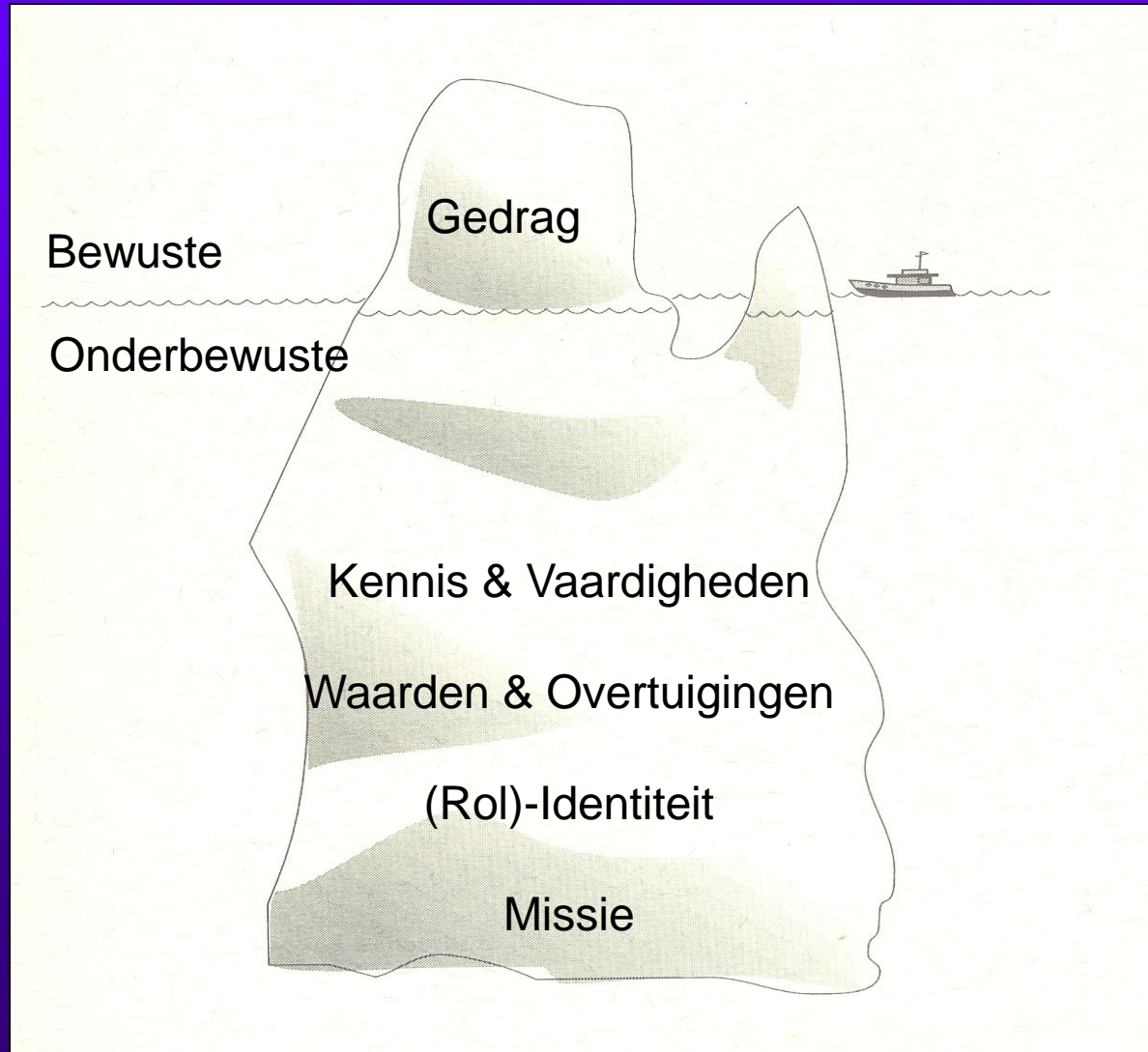
Prettig Motiveren

Welkom

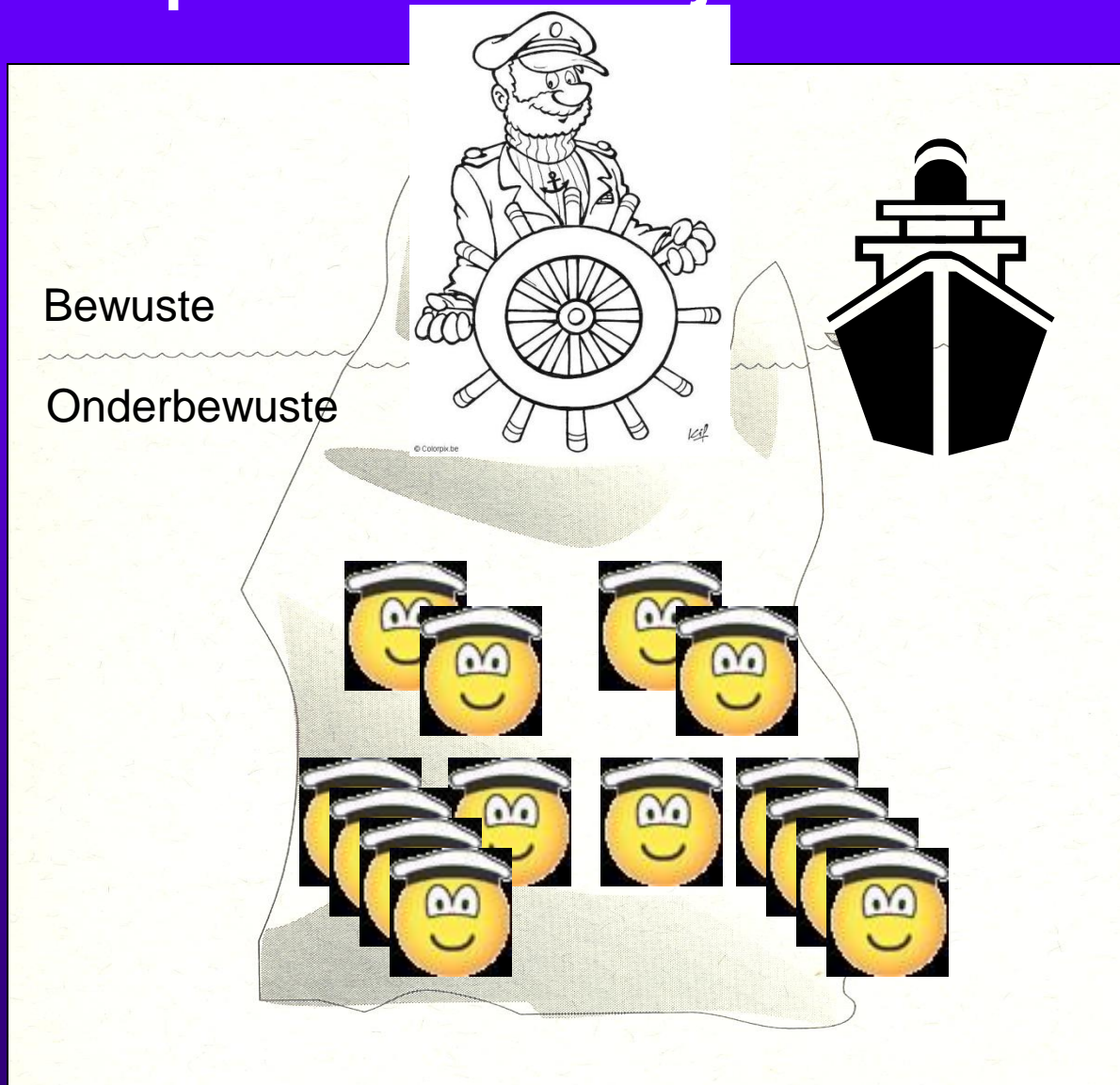
Basisschool Hollebeekscholen

Temse

Een beknopte handleiding



De kapitein en zijn matrozen



Bewuste

Onderbewuste

stuurt

voeren uit

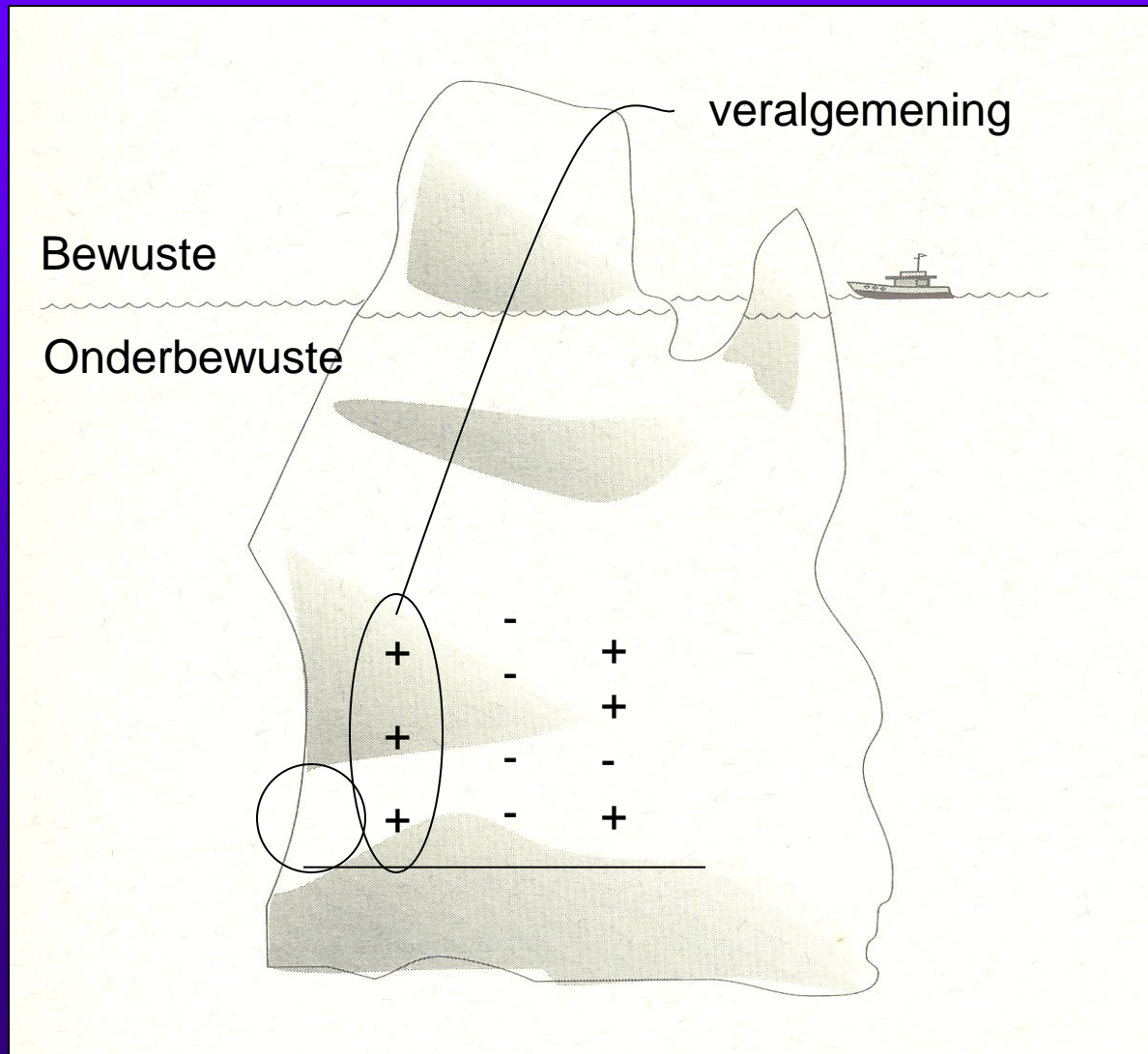
Taal van de matrozen

- Concreet
- Tegenwoordig
- Eindresultaat
- ~~“Niet”~~

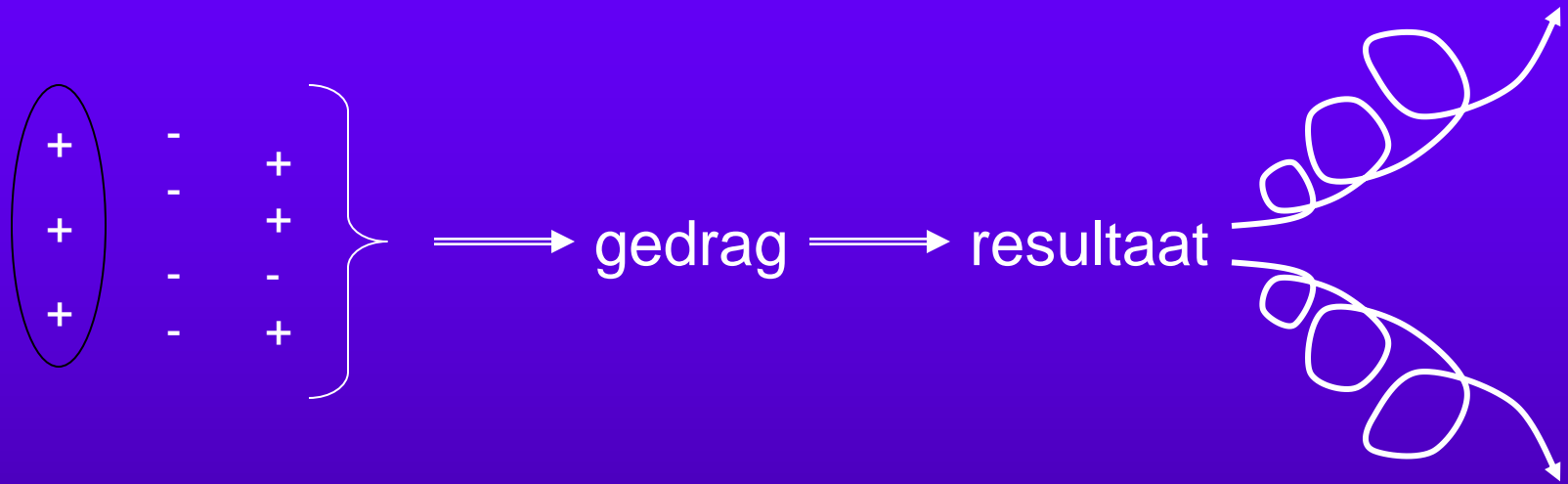


duidelijkheid

De kapitein en zijn matrozen



De kracht van het zelfbeeld



Eigen verwachtingen

Veralgemening

- Inprenting

HET IS OK

- Als je anders bent
 - Als je fouten maakt
 - Als je negatieve emoties uit
 - Als je meer wil
 - Als je nee zegt, en weet dat mama en papa de baas zijn
- Voorbeeld
 - Aandacht

Positief motiveren om mee te werken

- Vraag medewerking
- Luister
- Beloon
- Eis
- Time out



Zacht op de persoon



Hard op de feiten

Motiverend taalgebruik

- Moeten en verwachten vervangen door kunnen en willen
 - “Je moet onmiddellijk je huiswerk maken” of “je kan misschien onmiddellijk je huiswerk maken”
- Schuldinducerende taal vermijden
 - “Je hebt me ontgoocheld” of “ik had beter verwacht van jou”
- Niet inspelen op plichtsbesef
 - “In onze tijd ...” of “in onze familie ...”

Nieuwe gewoonte

- Kies 1 gewoonte
- Bepaal eindresultaat
- Hard werken gedurende 3 weken
 - Visualisatie
 - Inprenting
 - Hard op de feiten, zacht op de persoon
 - Meetfouten

Nog enkele interessante boeken

- Mars en venus krijgen een kind van John Gray (isbn 90 461 5008 9)
- Praten met je kind van Ann Verboven (isbn 978 90 02 22261 0)
- Praten met je tiener van Pieter Adriaenssens (isbn 978 90 209 6759 3)

Interesse ?

- Mail : “hilde.vanwassenhove@telenet.be”
- Bel : 0475/71 44 55
- Neem een brochure of naamkaartje

- Doelgroep :
lagere school+secundaire school
- Andere onderwerpen mogelijk :
leren leren, geweldloos communiceren

Dank u



Extra's

4 temperamenten

- **Gevoelig**
 - Empathie
 - Bevestiging van pijn
- **Actief**
 - Voorbereiding
 - Structuur
 - Erkenning
- **Ontvankelijk**
 - Ritueel
 - Ritme
 - Observeren=deelnemen
- **Impulsief**
 - Afleiding
 - Sturing

Motiveren ?

“Moeten”

Gecontroleerde
Motivatie

Verplichting, druk, stress

Straf,
beloning,
verwachting

Schaamte,
schuld,
zelf-waarde

“Willen”

Autonome
Motivatie

Welwillend, psychologisch vrij

Persoonlijke
relevantie,
betekenisvol

Plezier
passie,
interesse

ABC van onze behoeften

