

De cruciale rol van psychologische basisbehoeftes: Vitamines voor groei en een stevig verankerd intern kompas

Prof. Dr. Maarten Vansteenkiste
Universiteit Gent

Contactadres: Maarten.Vansteenkiste@ugent.be
www.psych.rochester.edu/SDT
www.vopspsy.ugent.be

Doelstellingen: deze sessie zou geslaagd zijn als

- .. je een aantal **basisinzichten** meeneemt omtrent het fundamentele belang van psychologische basisbehoeftes
 - ... deze sessie aanmoedigt tot verdere **reflectie** rond de rol van behoefteondersteunend ouderschap en hulpverlening
-

Self-Determination Theory

AN APPROACH TO HUMAN MOTIVATION & PERSONALITY



Prof. Edward Deci
(University of Rochester, NY)



Prof. Richard Ryan
(University of Rochester, NY)



VITAMINES VOOR GROEI

MAARTEN VANSTEENKISTE EN BART SOENENS

acco

MAARTEN VANSTEENKISTE EN BART SOENENS

VITAMINES VOOR GROEI



ONTWIKKELING VOEDEN VANUIT
DE ZELF-DETERMINATIE THEORIE

acco



Motiverend coachen de SPORT

Nathalie Aelterman Gert-Jan De Muynck
Leen Haerens Gert Vande Broek Maarten Vansteenkiste

acco

Vitamines voor Groei

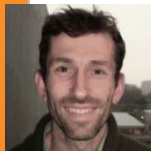


Motiverend coachen in de SPORT



Nathalie Aelterman
Gert-Jan De Muynck
Leen Haerens
Gert Vande Broek
Maarten Vansteenkiste

acco



Overzicht

- Uit het leven gegrepen
 - Deel 1: Wat zijn de vitamines voor groei?
 - Deel 2: Wat is een groeibevorderende opvoedings- en hulpverleningsstijl?
 - Deel 3: Van emotionele veerkracht tot een stevig verankerd intern kompas: De vele voordelen van behoefteondersteuning
-

Uit het leven gegrepen

Dialogo

Thuis: dialogo tussen u en uw 5-jarig kind

⇒ Gelieve de rol van uw kind in te nemen



Dialogo tussen uzelf en 5-jarig kind

Kind: Neen, ik lust geen vis!

Moeder: Kom, kom, niet overdrijven, hé. Het is maar een klein stuk.

Kind: Ja? Dat is echt een groot stuk, kijk eens!

Moeder: Mieke, we gaan niet opnieuw ruzie maken, he. Je hoort je vis op te eten. Als je nu jouw vis niet opeet, dan krijg je straks geen dessert.

Kind: Dat is niet eerlijk! Jij probeert mij gewoon te lokken! Jij eet toch ook niet graag rode kool!

Moeder: We eten nu vandaag geen rode kool. Het is vis. En je hoeft zo niet te roepen en hier zo'n groot probleem van te maken. Je had het al drie keren kunnen opeten!

Kind: Ik moet, moet, moet ... hier altijd van alles doen. Jij wil hier gewoon altijd de baas spelen! (en Mieke loopt weg van tafel)

Moeder: Wel, als je geen respect kan tonen voor wat ik klaar maak, dan krijg je ook geen dessert!

Hoe voelde u zich na dit gesprek als kind?

- ⇒ Kind voelt zich niet gehoord, want klacht wordt
 - ... **geminimaliseerd**
 - ... **ontkend**
 - ⇒ Moeder en kind praten naast elkaar; de situatie **escaleert**, want moeder begint te **dreigen = kettingreactie**
 - ⇒ Gesprek wordt een **strijd**, waarbij er **verzet** bij het kind naar boven komt
-

Motiveren in de hulpverlening:
Een hot thema

127_0269901 | kalender 2017 - Google zoeken | De deur gaat dicht, en de f... | OK

Deze website maakt gebruik van bestanden (zoals cookies) en andere technologieën. Door verder te surfen stemt u in met het gebruik hiervan. [Meer informatie](#)

ZATERDAG 28 JANUARI 2017 - DS WEEKBLAD



Willy Vandamme en Lut Wouters, de ouders van Lieve. 'Wie hopen de psychiatrische wereld wakker te schudden en te veranderen. We willen een alternatief aanbieden aan gezinnen die iets gelijkaardigs meemaken.'

PLEIDOOI VOOR EEN ANDERE PSYCHIATRIE
'De deur gaat dicht, en de familie wordt buitengesloten'

Willy Vandamme en Lut Wouters haalden hun dochter weg uit de psychiatrie, omdat die haar zoveel bijkomend leed toebrengt. Zes maanden later stapte Lieve uit het leven. 'Wat ze daar heeft moeten

http://www.standaard.be/cnt/dmf20170127_02698524 | kalender 2017 - Google zoeken | De stoornissen van de psy... | OK

Deze website maakt gebruik van bestanden (zoals cookies) en andere technologieën. Door verder te surfen stemt u in met het gebruik hiervan. [Meer informatie](#)



DE INSPECTIEVERSLAGEN DOORLICHT

De stoornissen van de psychiatrie

28 januari 2017 | Van onze redactrices Maxie Eckert en Yverlie Beel

*H*et is het schrikbeeld van de psychiatrie: 'witte schorten' sluiten mensen op in isolatiecellen en binden ze aan armen en voeten vast. Achterhaald? Verre van, zo blijkt uit de inspectieverslagen. Maar er is meer aan de hand.

Experts zijn het er roerend over eens: dwangmaatregelen mogen maar zeer uitzonderlijk toegepast worden, als allerlaatste optie, als een patiënt zichzelf of een ander in gevaar brengt.

ANALYSEERD DOOR VOLVO



De nieuwe Volvo V90: een stijlvolle en veilige break

[Bekijk de testrij >>](#)

Uitdaging 1

De vitamines voor groei:

De rol van psychologische behoeftebevrediging

Stelling:

Er zijn geen universele ingrediënten voor een motiverende opvoedings- of hulpverleningsstijl. Wat motiverend is voor de ene jongere is demotiverend voor de andere jongere en vice versa.

1. Niet akkoord
 2. Akkoord
 3. Het hangt er van af
-

Welke behoeftes sluiten aan bij deze criteria?

Eerder
psychologisch dan
fysiologisch

Eerder universeel
dan cultuurgebonden

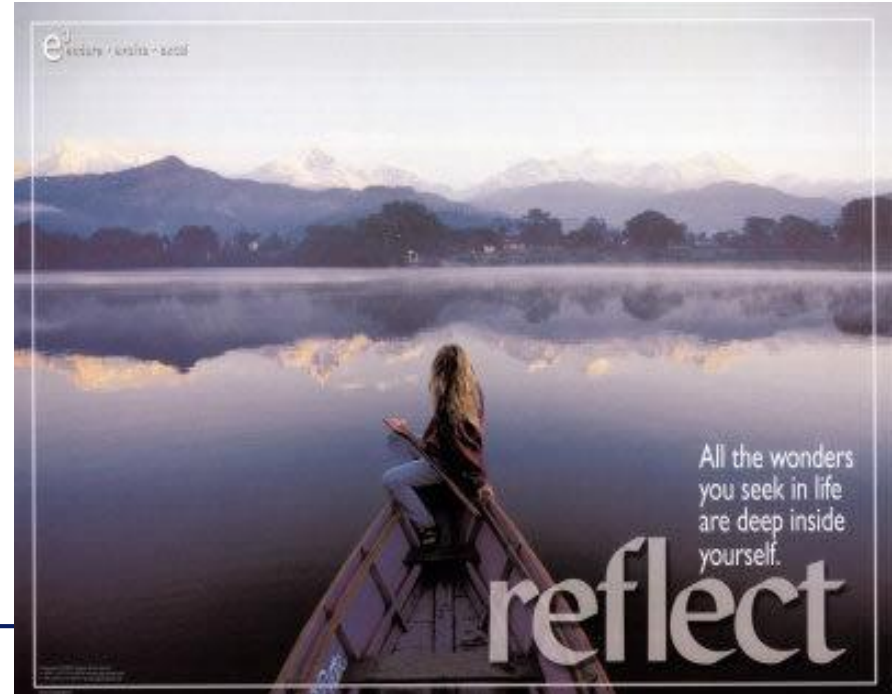
Eerder inherent dan
verworven

Eerder fundamenteel
dan triviaal



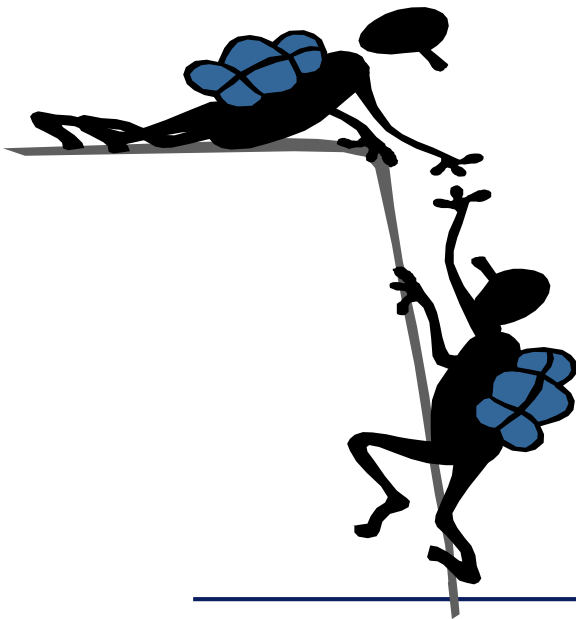
Autonomie

Jezelf mogen zijn, vrijwillig mogen handelen, denken en voelen, gevoelens van keuze en psychologische vrijheid



Relationele Verbondenheid

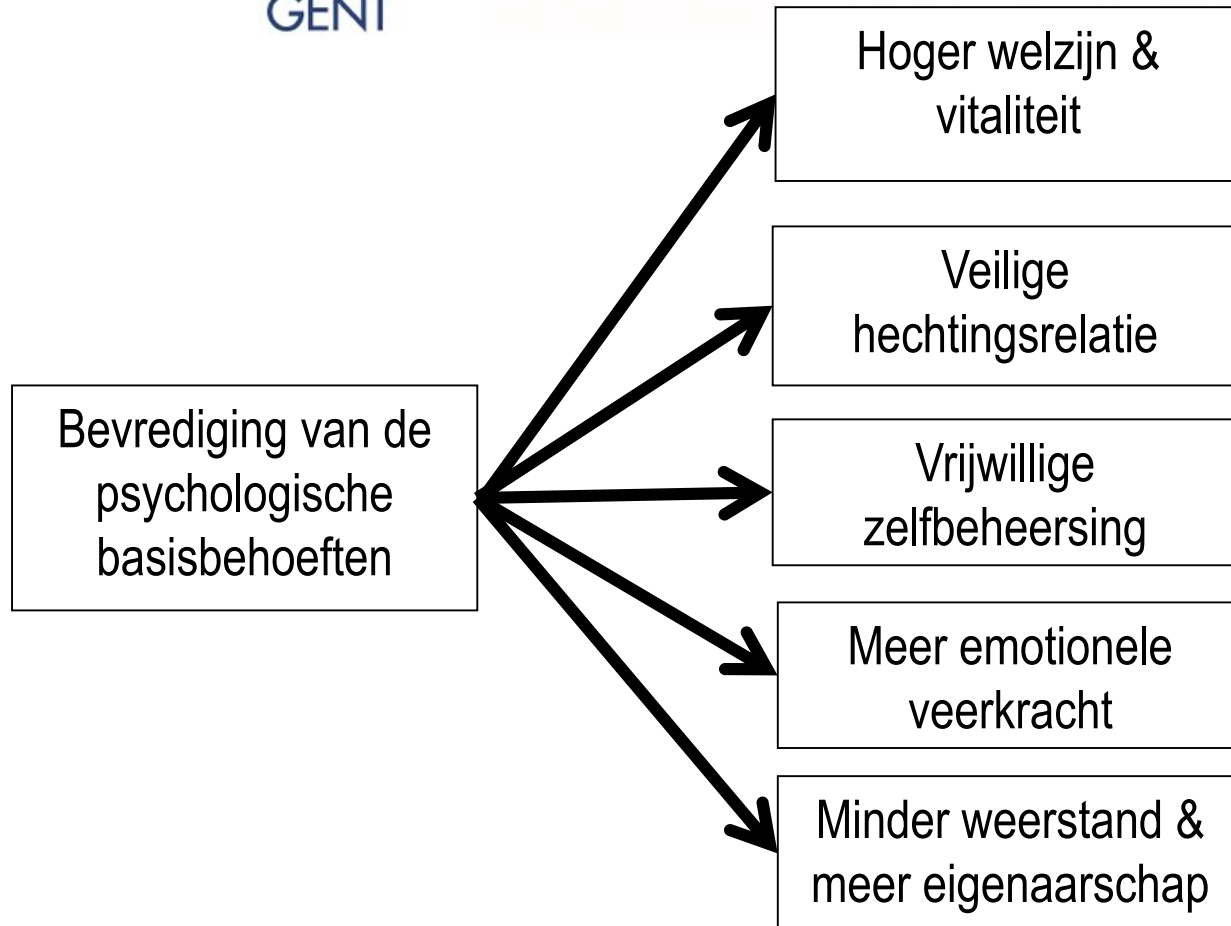
Warme, hechte en authentieke band met anderen, voor anderen zorg dragen en geliefd worden, zowel in dyadische relaties als in het bredere netwerk



Competentie

Bekwaamheid om een activiteit uit te voeren, gewenste doelen te bereiken en vaardigheden te ontplooiën

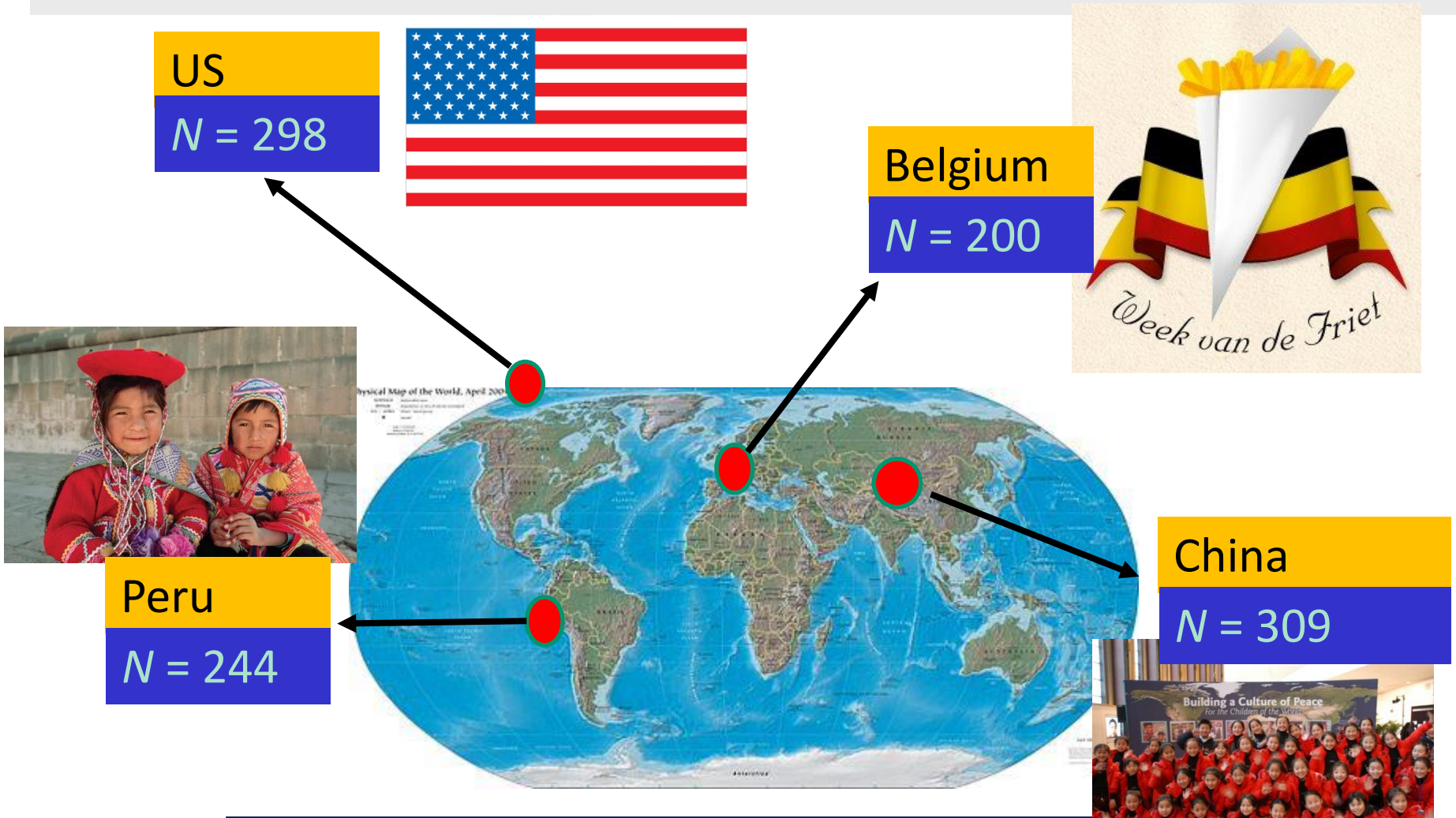


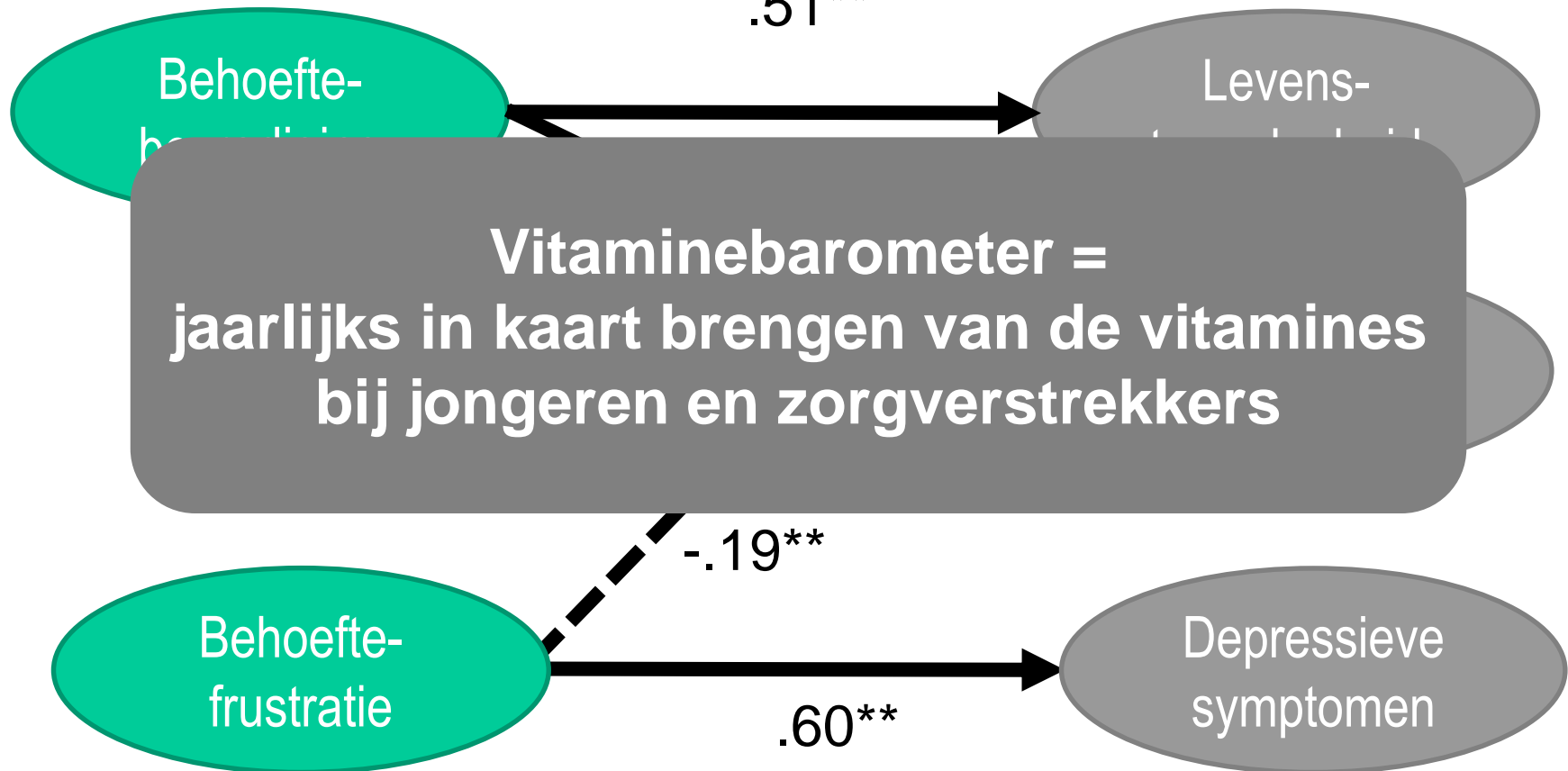


Kunnen we deze vitamines in kaart brengen?

Illustratie 1:

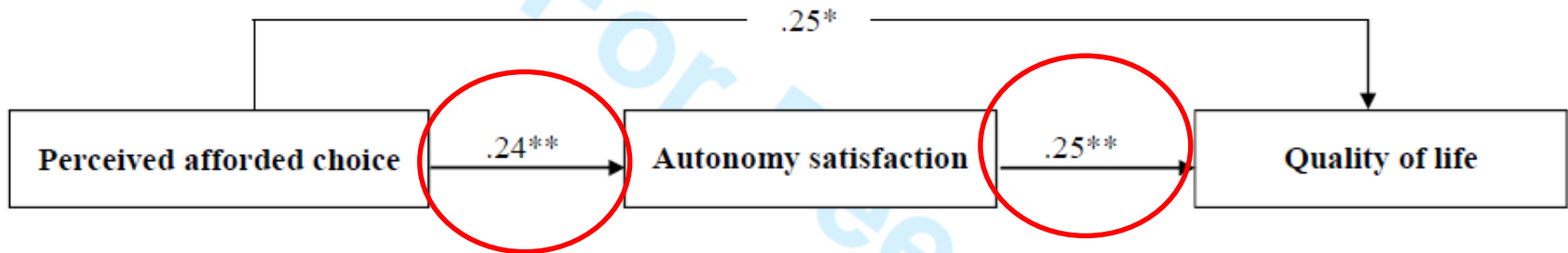
Behoeftbevrediging in vier culturen





Illustratie 2: Profiteren gedetineerden van ervaringen van autonomie en keuze?





Note. * $p < .05$. ** $p < .01$.

Ontwakende menselijke kwetsbaarheden: De rol van behoeftefrustratie

Bevrediging

Gevoel van
psychologische vrijheid
& keuze

Gevoel van warmte &
wederzijdse zorg

Gevoel van
bekwaamheid &
effectiviteit

Frustratie

Gevoel van druk &
conflict

Gevoel van uitsluiting &
eenzaamheid

Gevoel van falen &
inadequaatheid

A


B

C

SOCIALE CONTEXT

ENERGETISCHE
BASIS


UITKOMSTEN



Behoeft-
ondersteunende
omgeving

Behoeftbevre-
diging

Groei & gedrags-
verandering
“the best”



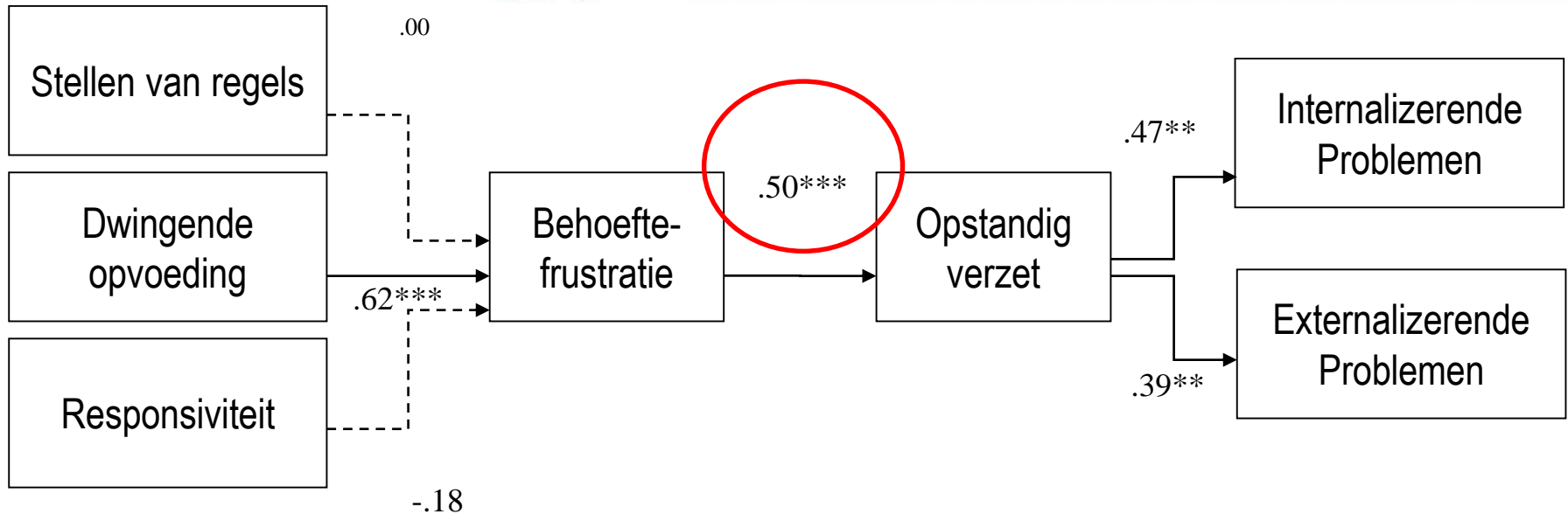
Behoeft-
beknottende
omgeving

Behoeftfrustratie

Defensiemechanismen
& passiviteit
“the beast”

Illustratie 3:

Opstandig verzet bij jongeren in de bijzondere
jeugdzorg



Path-model: CFI = .96; RMSEA = 0.07; SRMR = 0.10

Weerstand = interessant in plaats van irritant
= signalen van beknotte psychologische behoeftes
= spiegel

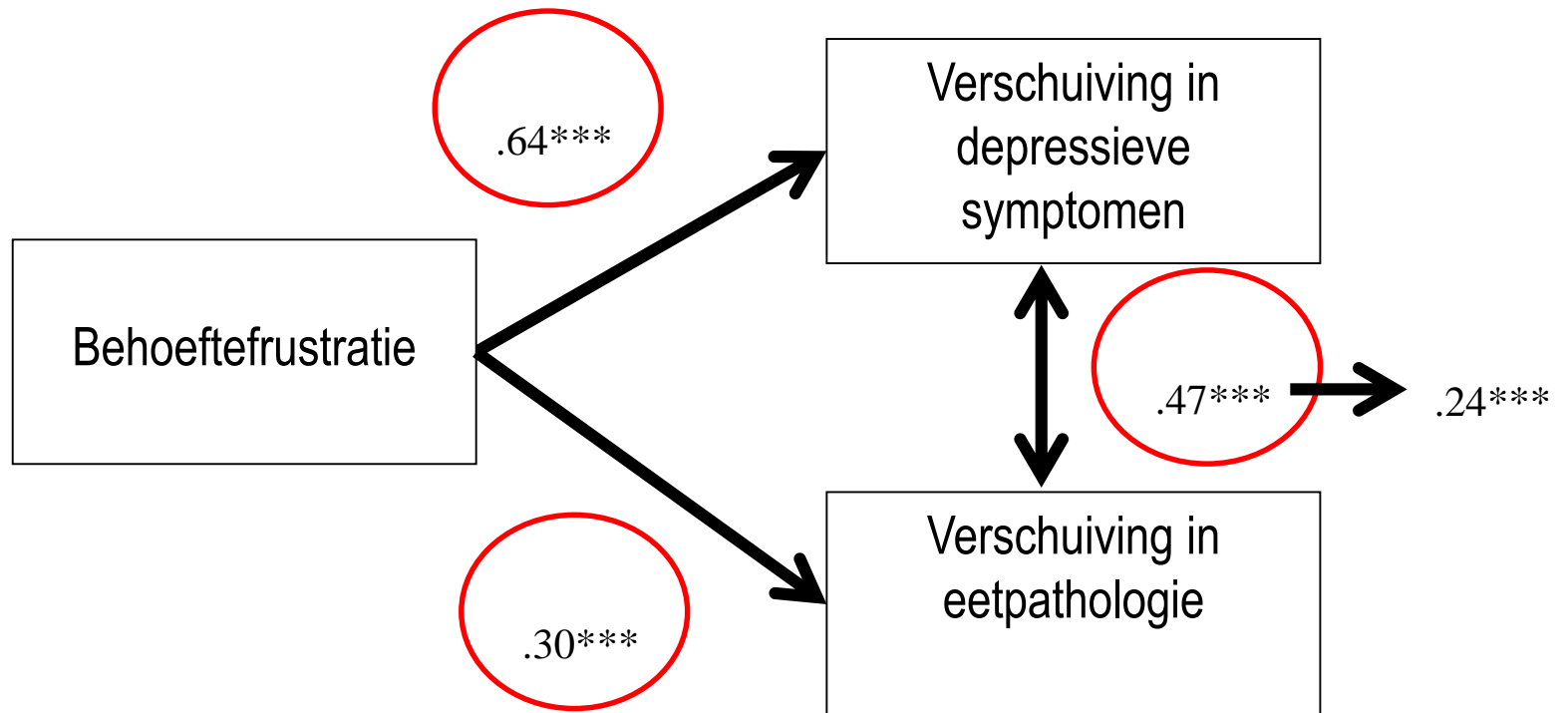


Illustratie 4: Behoeftefrustratie als een transdiagnostische kwetsbaarheidfactor

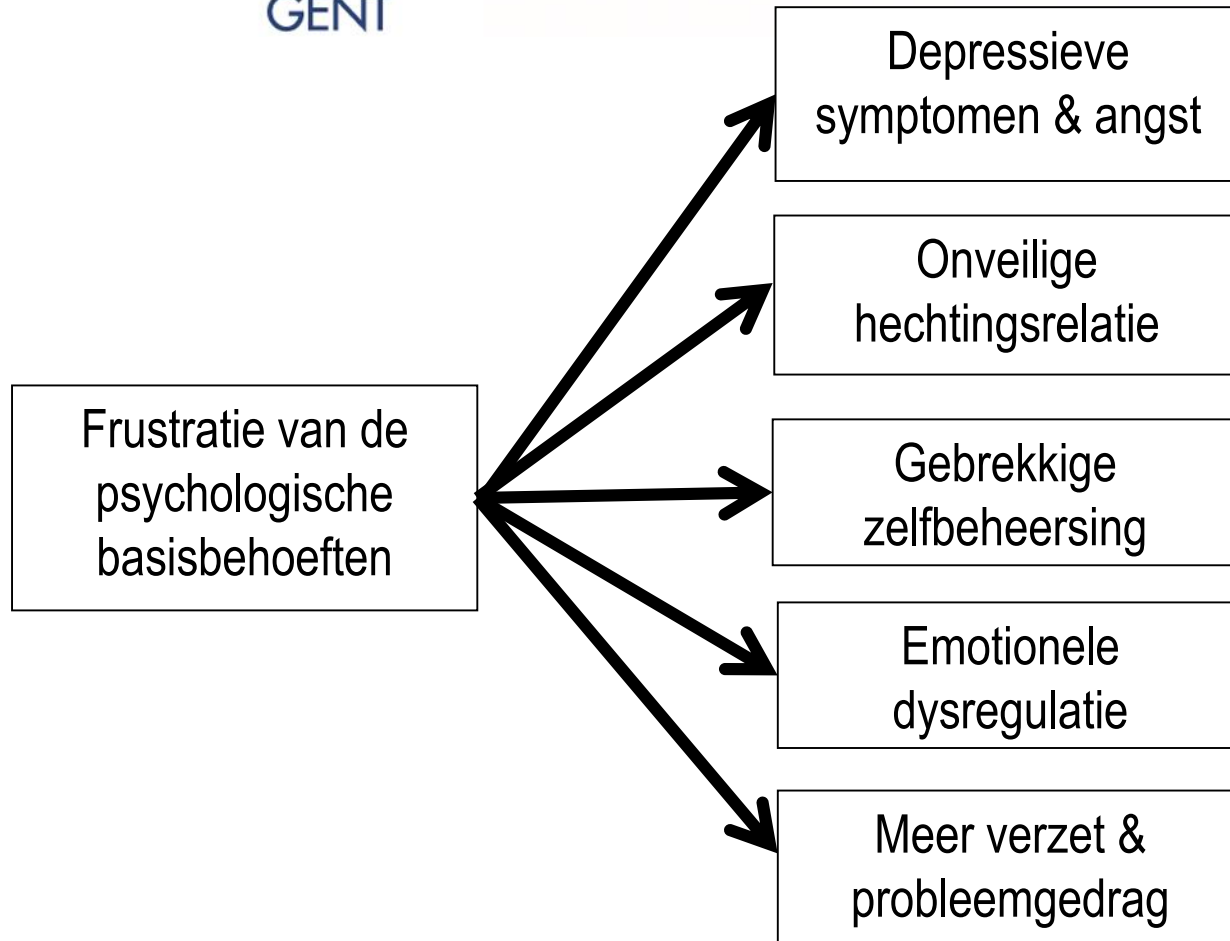
Transdiagnostische kwetsbaarheidfactor voorspelt niet kan enkel het voorkomen van diverse problemen, maar ook de **samenhang** (co-morbiditeit) ertussen.

Depressieve
symptomen

Eetpathologie
(compensatie)



- **Multifinaliteit** = behoeftefrustratie ligt aan de basis van diverse problemen
 - Transdiagnostische rol \Leftrightarrow “**hokjesbenadering**” of categoriaal denken
-



Illustratie 5:

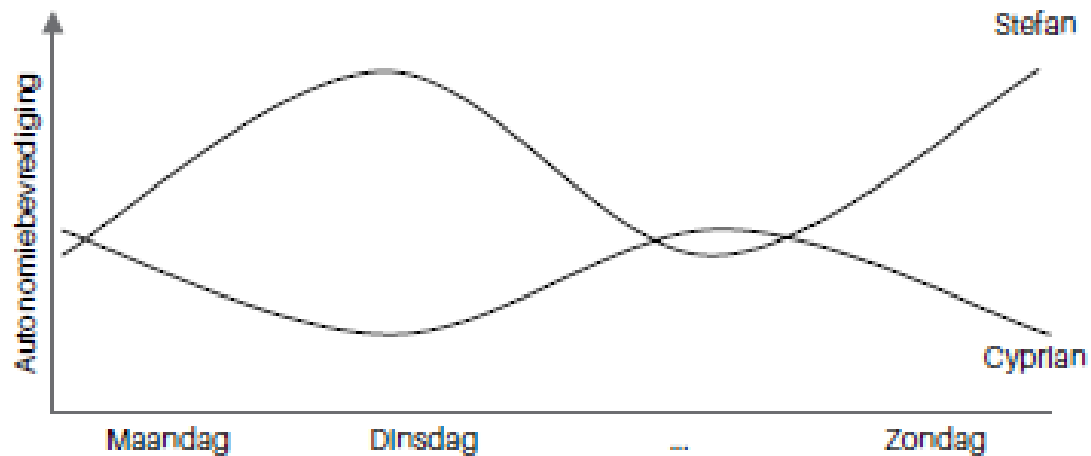
Van de jongere naar de ouders en
hulpverleners:

Behoeftebevrediging als bron van zelfzorg

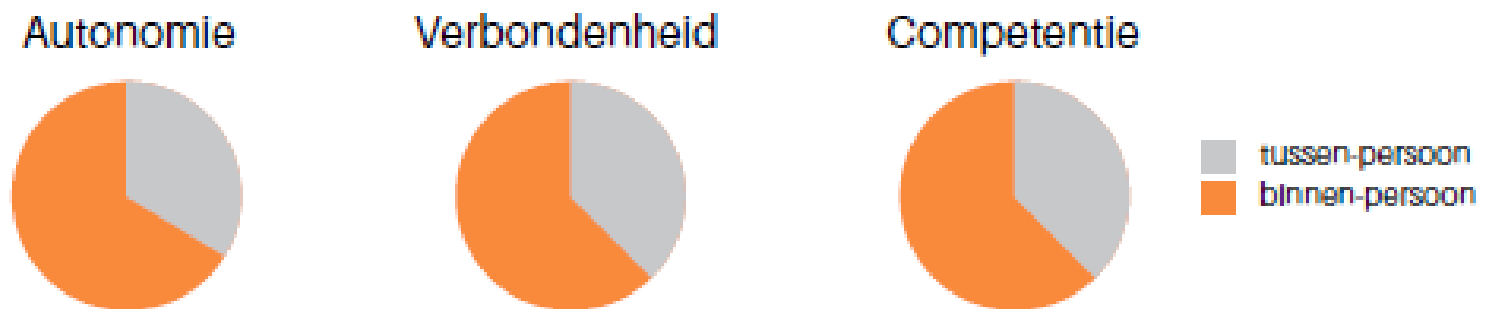


De ene dag is de andere dag niet

Figuur 1.4. Dagelijkse schommelingen in autonomiebevrediging voor Stefan en Cyprian (fictief voorbeeld).



Figuur 1.5. Grafische weergaven van de verhouding tussen binnen- versus tussenpersoon verschillen bij ouders van tieners (Mabbe et al., 2015).



ENERGETISCHE
BASIS

VERKLAREND
MECHANISME

SOCIALE CONTEXT



Behoeftbevreidinging



Psychologische
beschikbaarheid



Behoeft-
ondersteunende
omgeving



Behoeftfrustratie



Stress



Behoeft-
bknottende
omgeving



Conclusie #1:

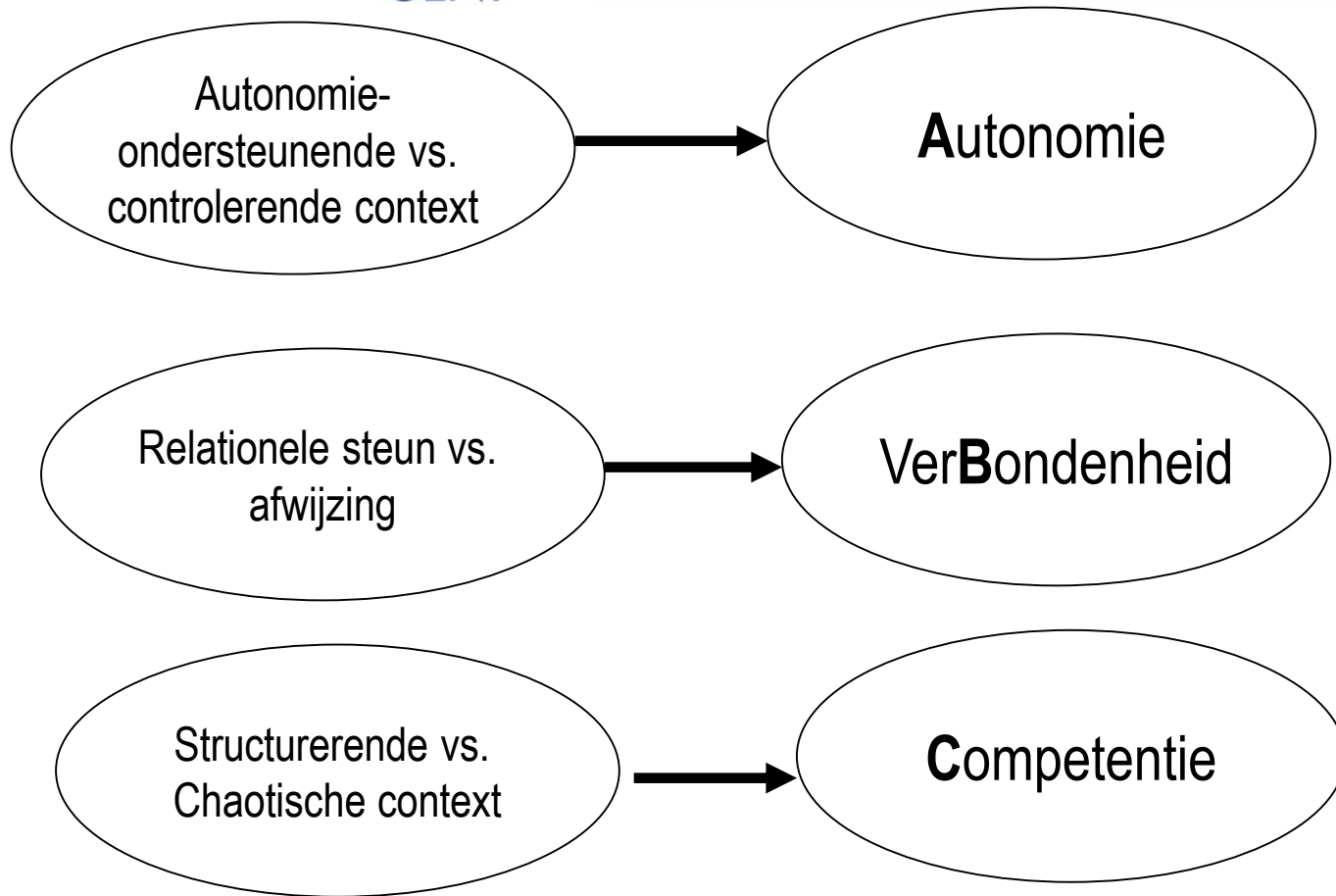
De vitaliserende rol van behoeftebevrediging & energie-
uitputtende rol van behoeftefrustratie

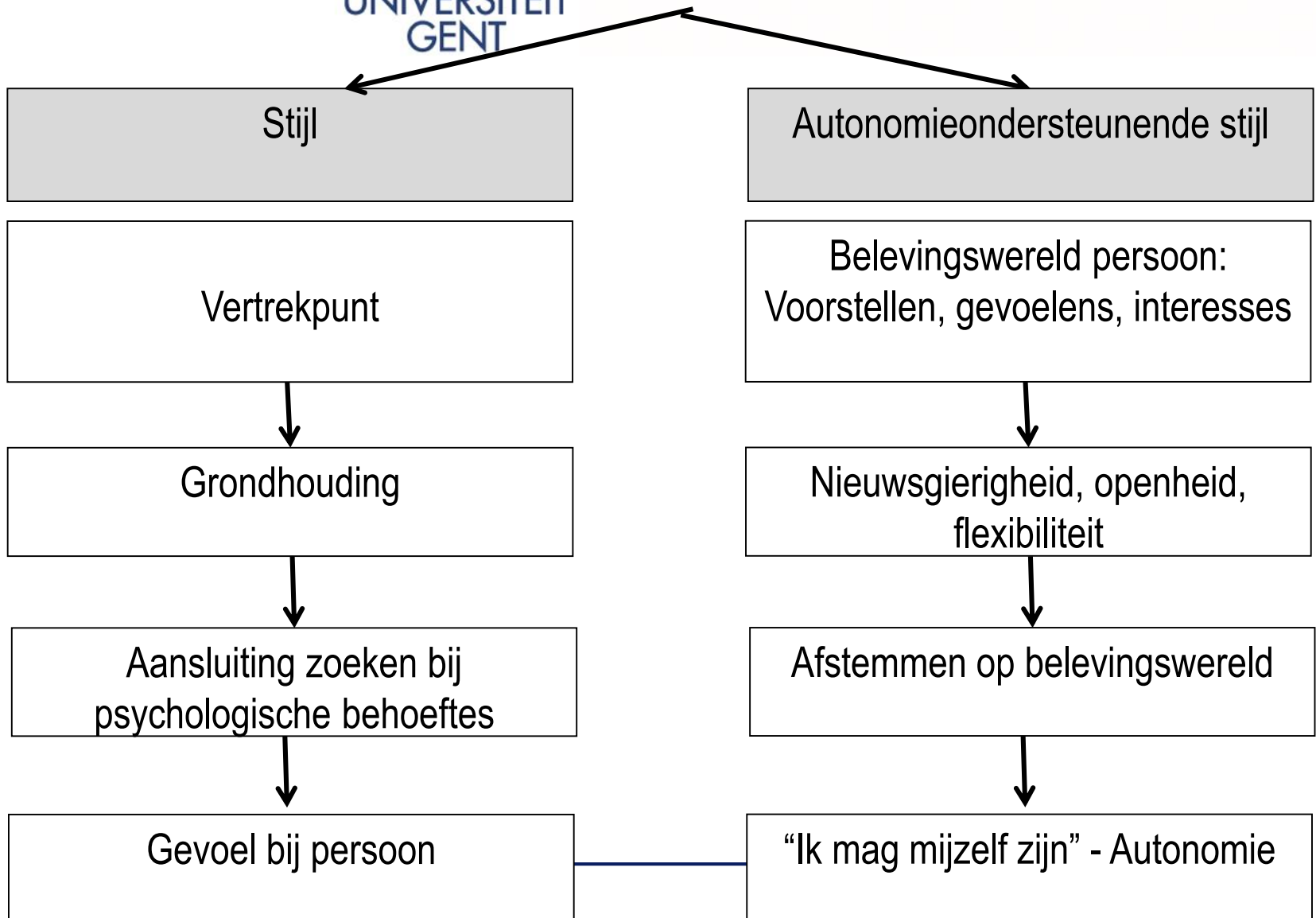
- ABC-Behoeftes = **voedingsbodem** voor ons dagelijks geluk en lange termijn ontwikkeling!
 - Fundamentele rol
 - Voorspelling van brede waaier aan **ontwikkelingsuitkomsten**
 - Cruciaal over **contexten** heen: opvoeding, hulpverlening, onderwijs
 - Behoeftenhuishouding is cruciaal voor jongeren & socialiatiefiguren = **zelfzorg**
-

Deel 2:

Wat is een groeibevorderende opvoedings- en hulpverleningsstijl?







Illustratie 6:

Hoe kan je motiverend communiceren zodat jongeren zich vrijwillig bloot geven?

Voorbeeldfragmenten



Autonomie-ondersteunend gedrag

Keuze gespreksonderwerp

Reflectief luisteren

Emotionele toestand herkennen

Vragen naar ervaringen

Authentieke interesse

Onthulling gepast samenvatten

Empatisch begrip

Zelfonthulling geduldig afwachten

Controlerend gedrag

Gesloten vragen

Controlerend taalgebruik

Bevelen

Ongevraagd advies / preken

Teleurstelling tonen en schuldinductie

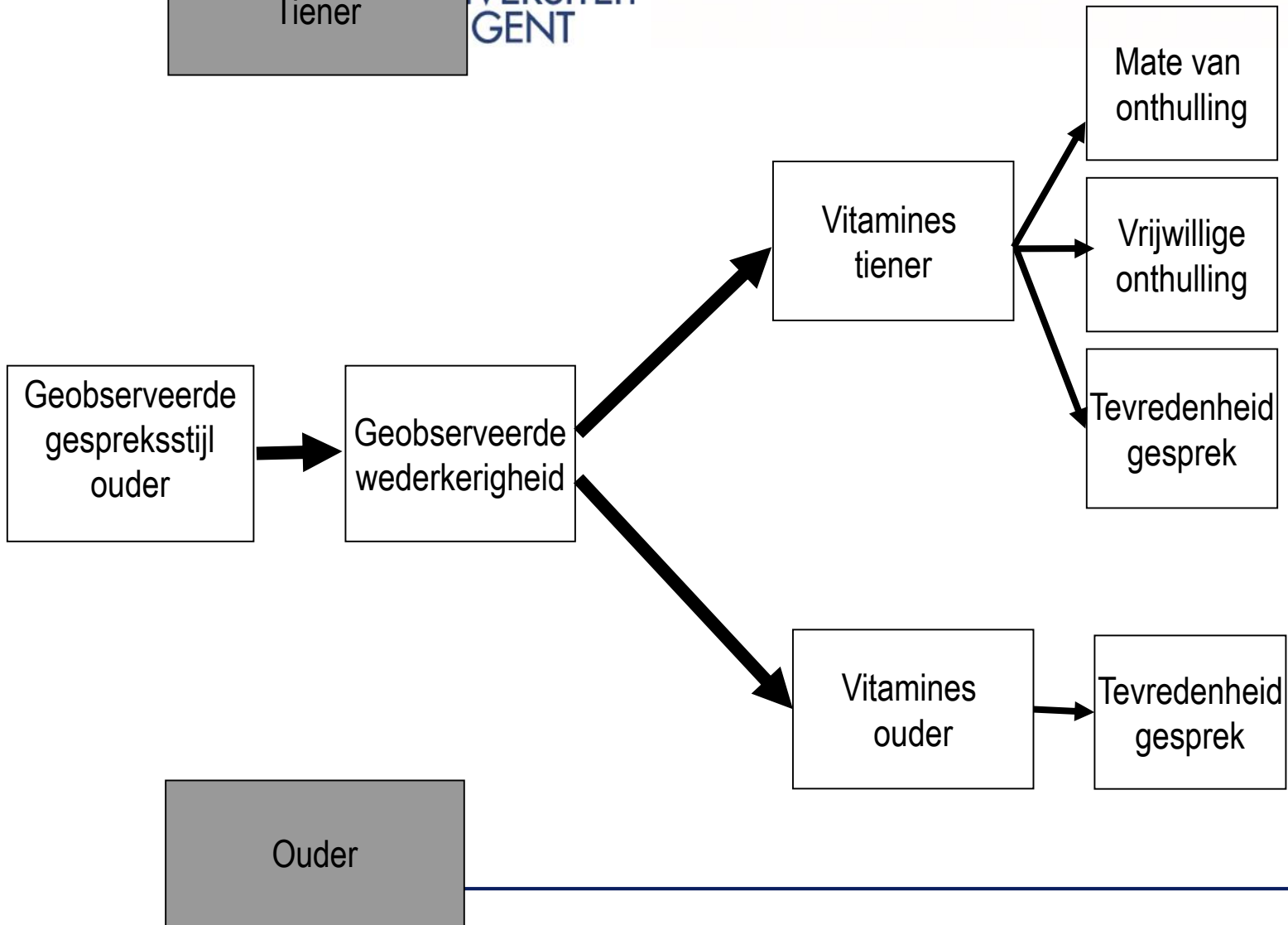
Bekritisieren en afgunst tonen

Onderbreken

Intrusieve vragen en wantrouwen

Ouder vooral aan het woord

Tiener





There's nothing more practical than a good theory: Integrating motivational interviewing and self-determination theory

Maarten Vansteenkiste^{1*} and Kenno

¹University of Leuven, Belgium

²University of Missouri, USA

MOTIVATIONAL INTERVIEWING AND SELF-DETERMINATION THEORY

Complementariteit tussen ZDT & Motiverende Gespreksvoering

VANESSA JAYNE TUDIN
University of Wales, Bangor

STEPHEN ROLLNICK
University of Wales College of Medicine

Maar

resulteert autonomieondersteuning niet in grenzeloze
vrijheid?

Stelling: Autonomie en grenzen

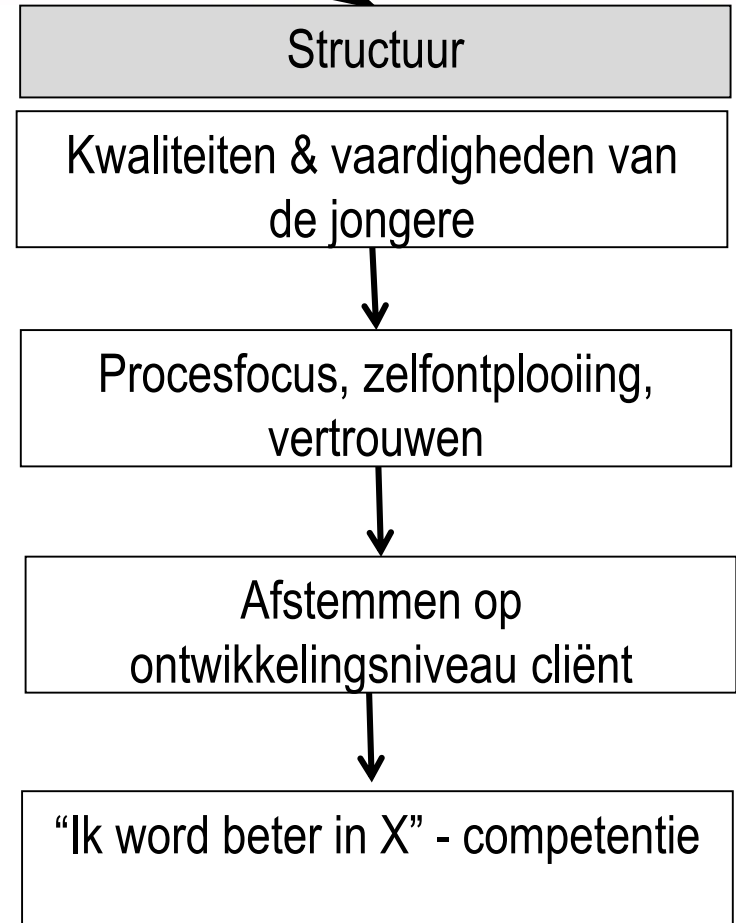
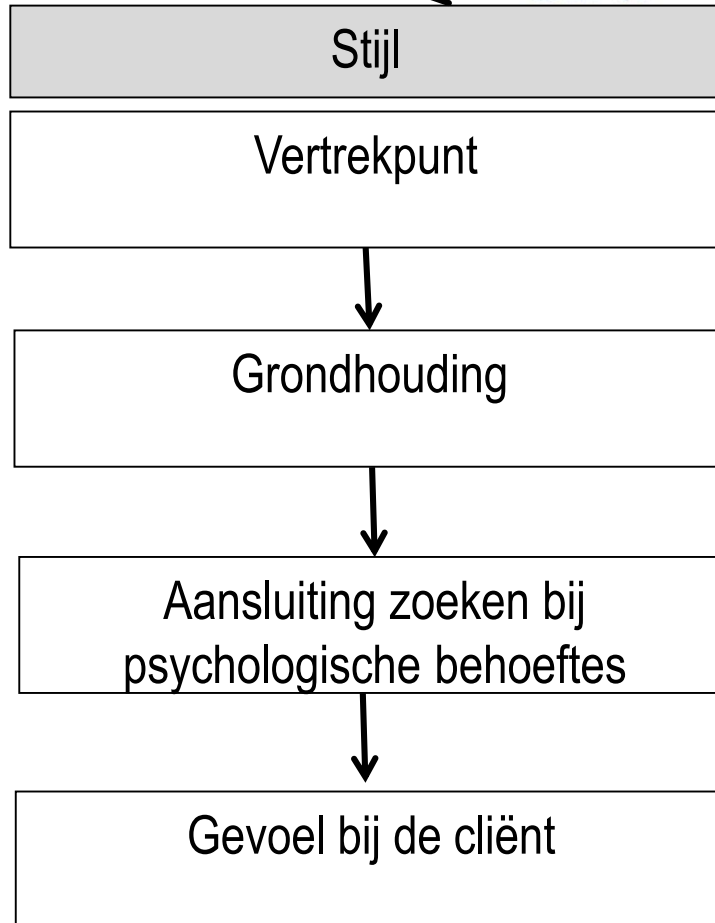
Het verlenen van autonomie staat haaks op het trekken van grenzen, die noodzakelijk zijn in de opvoeding en begeleiding.

- A. Akkoord
 - B. Niet akkoord
 - C. Het hangt er van af
-

Autonomie-ondersteuning betekent niet dat

- a) ... jongeren aan hun lot worden over gelaten om problemen, die ze bij het leren ervaren, op te lossen = **gebrek aan betrokkenheid**
- b) ... ouders/hulpverleners geen regels of verwachtingen kunnen communiceren, alsof jongeren onbepaalde vrijheid genieten = **permissieve omgeving**

	Structuur = begeleiding & toezicht	Gebrek aan structuur = chaos
Autonomie-ondersteunende omgevingen		
Controlerende omgevingen		

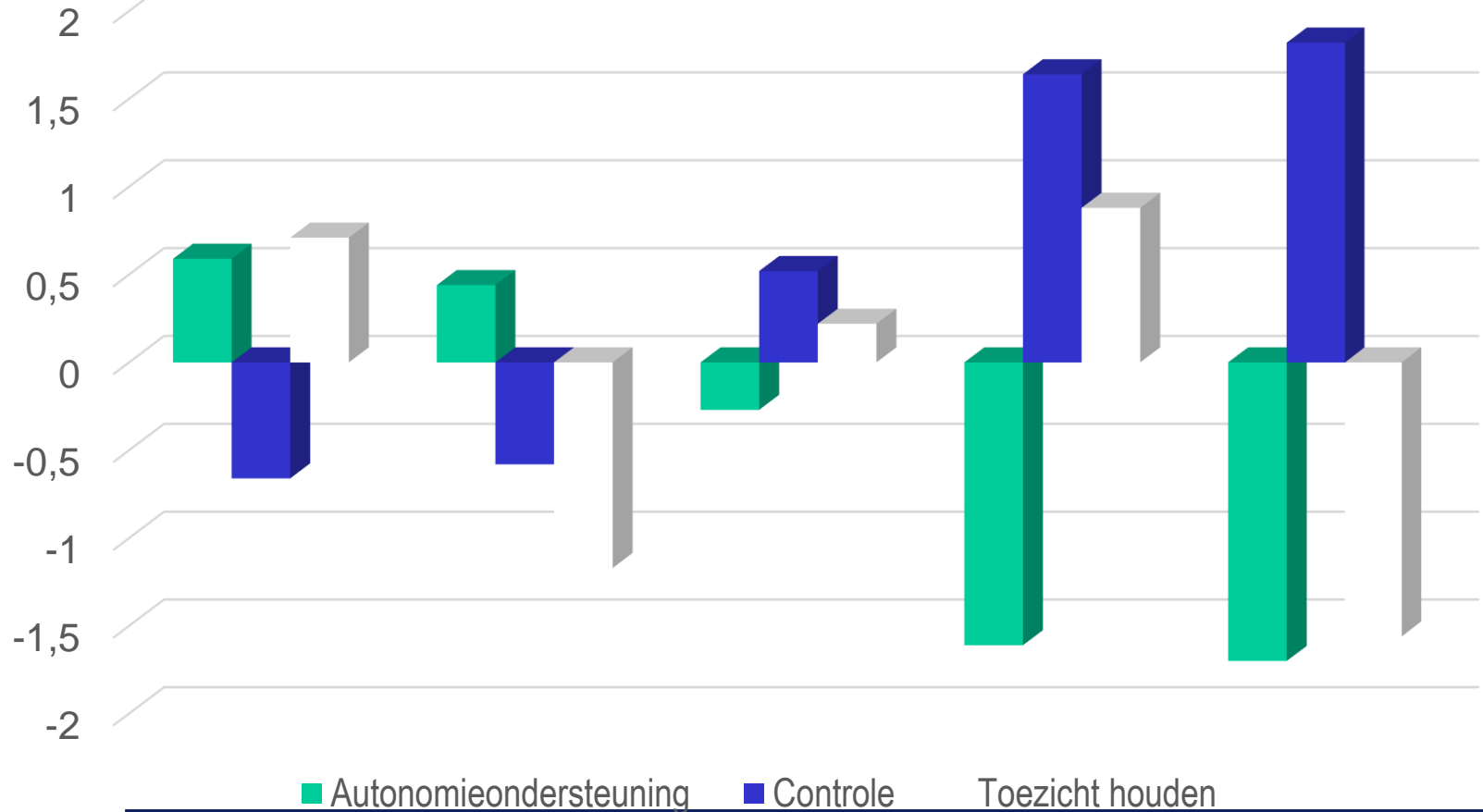


Illustratie 7:

Bewegen op een slap koord:
autonomieondersteunend toezicht houden op
het gedrag van jongeren

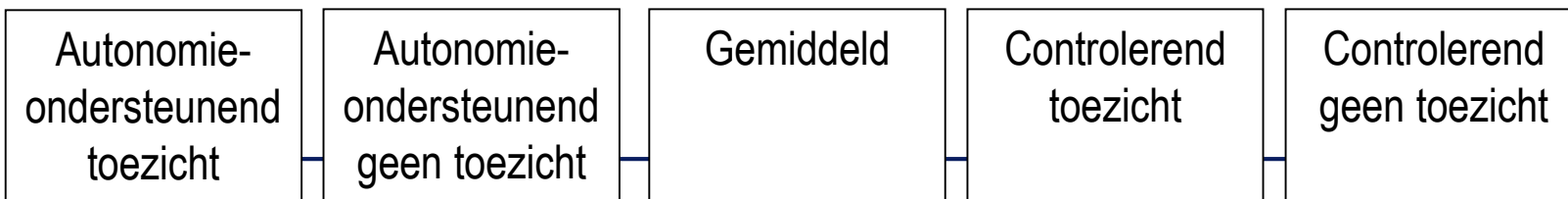
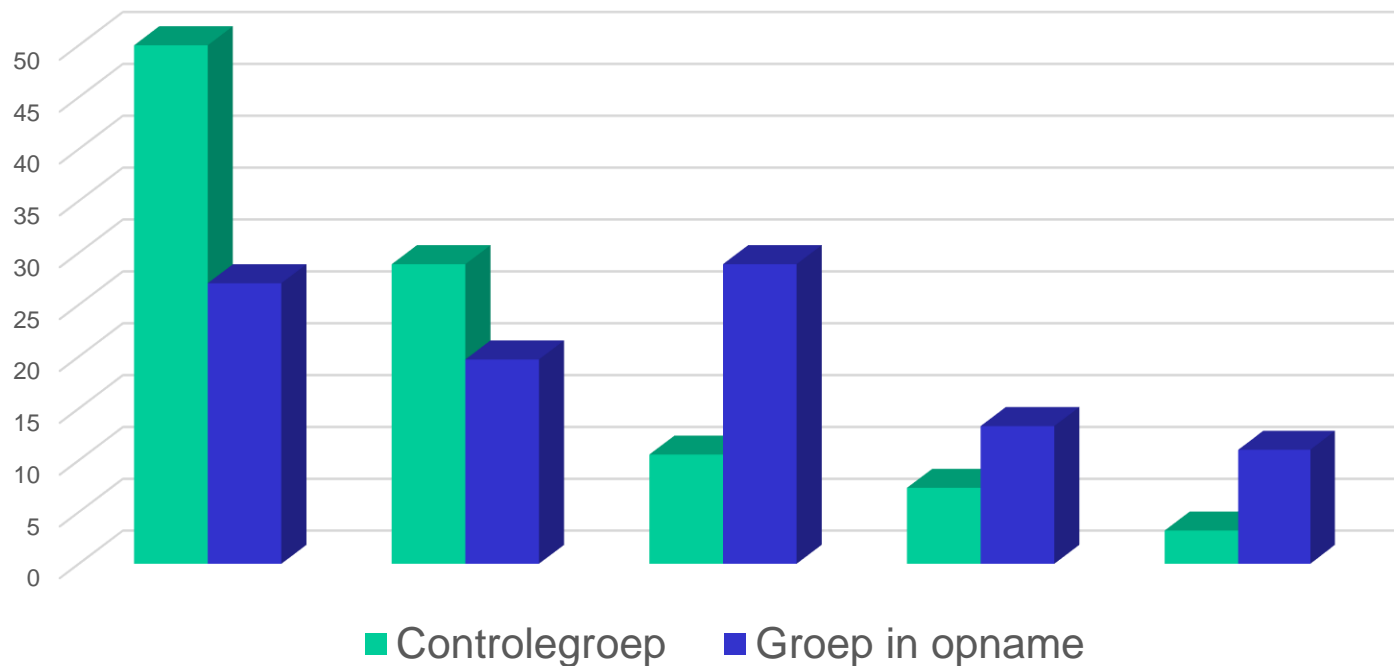
	Structuur = begeleiding & toezicht	Gebrek aan structuur = chaos
Autonomie-ondersteunende omgevingen		
Controlerende omgevingen		

Autonomie- ondersteunend toezicht	Autonomie- ondersteunend geen toezicht	Gemiddeld	Controlerend toezicht	Controlerend geen toezicht
---	--	-----------	--------------------------	-------------------------------



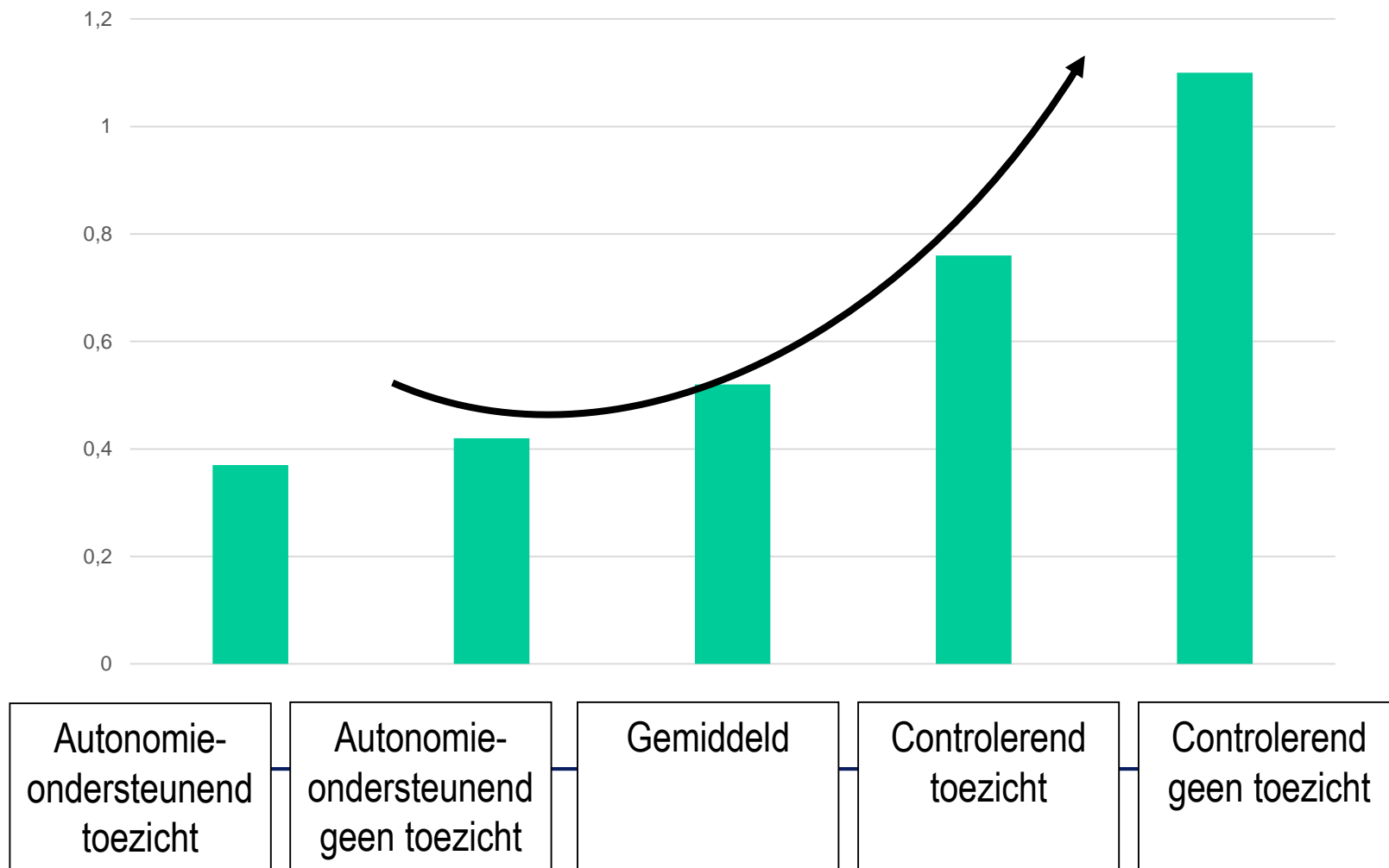
Komen jongeren die zijn opgenomen in de bijzondere
jeugdzorg en psychiatrie in bepaalde opvoedingsprofielen
meer voor?

Procentuele verdeling van jongeren in opname (blauw) en controlegroep (groen) over opvoedingsprofielen

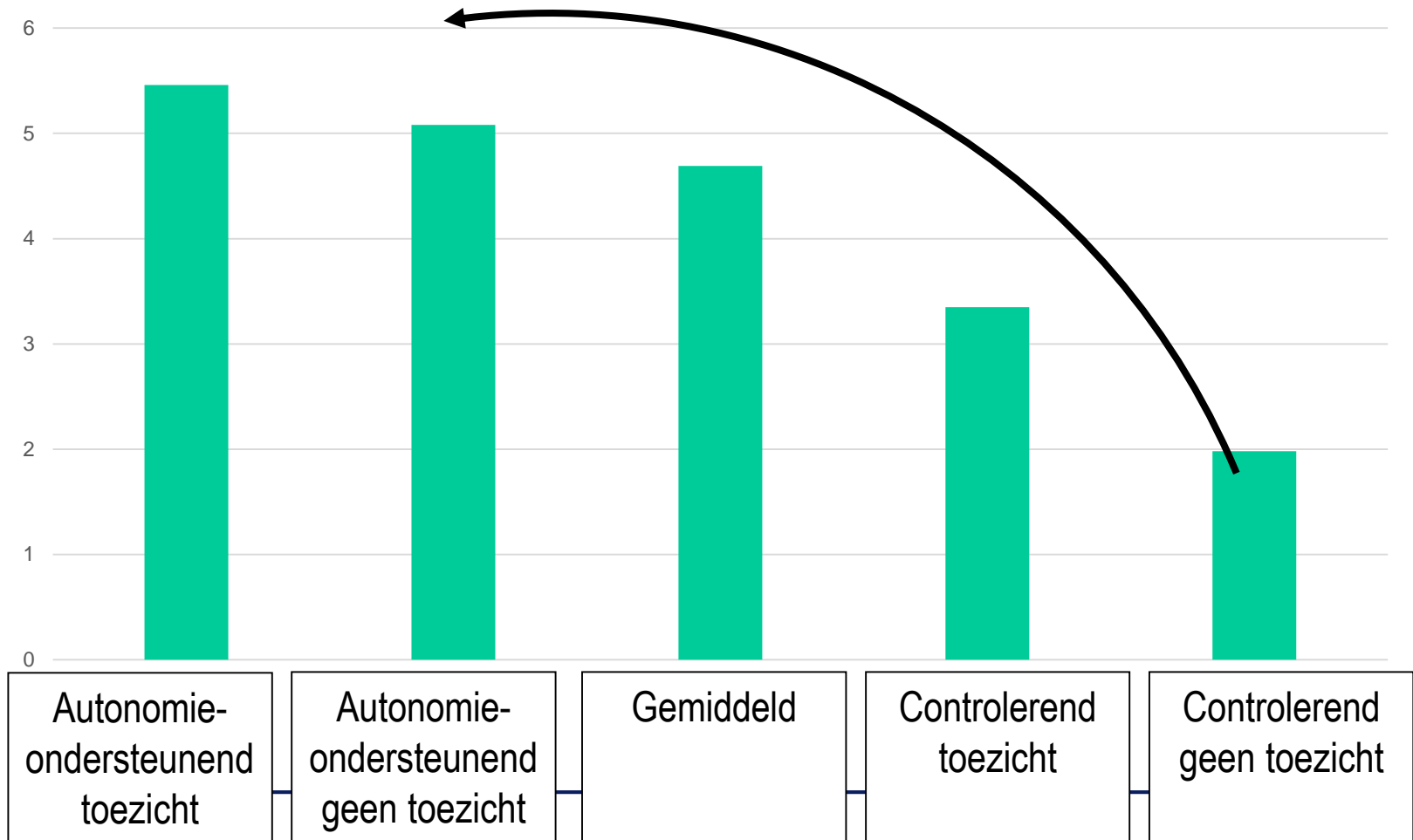


Welke jongeren voelen zich het best in hun vel?

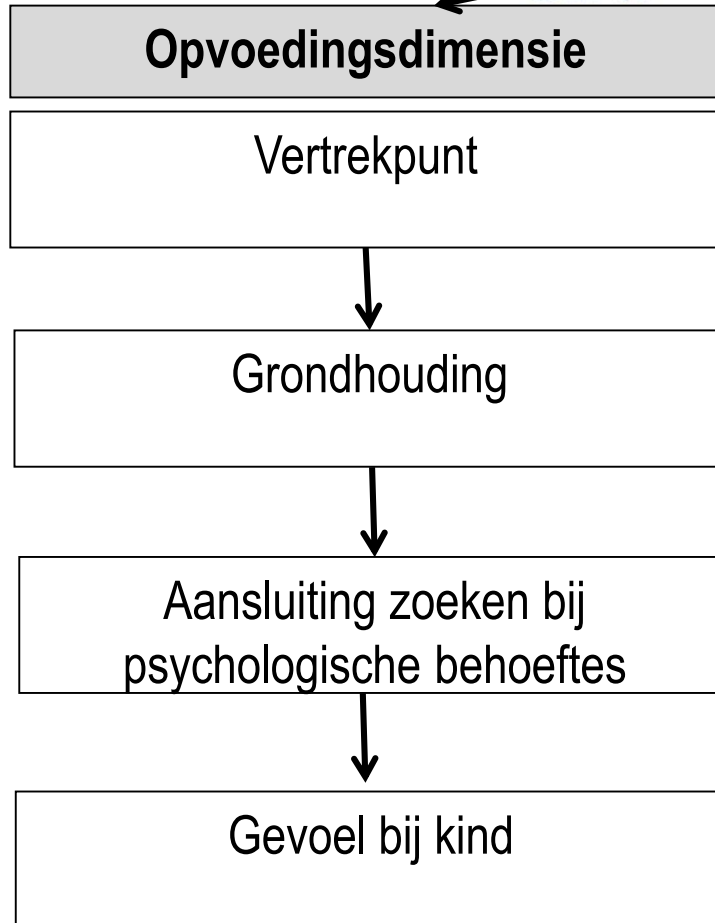
Internaliserende problemen in functie van opvoedingsprofiel



Levenstevredenheid in functie van opvoedingsprofiel



Maar motiverende ouders en hulpverleners zijn niet enkel autonomieondersteunend en structurerend, maar ook warm en betrokken!





Conclusie #2:

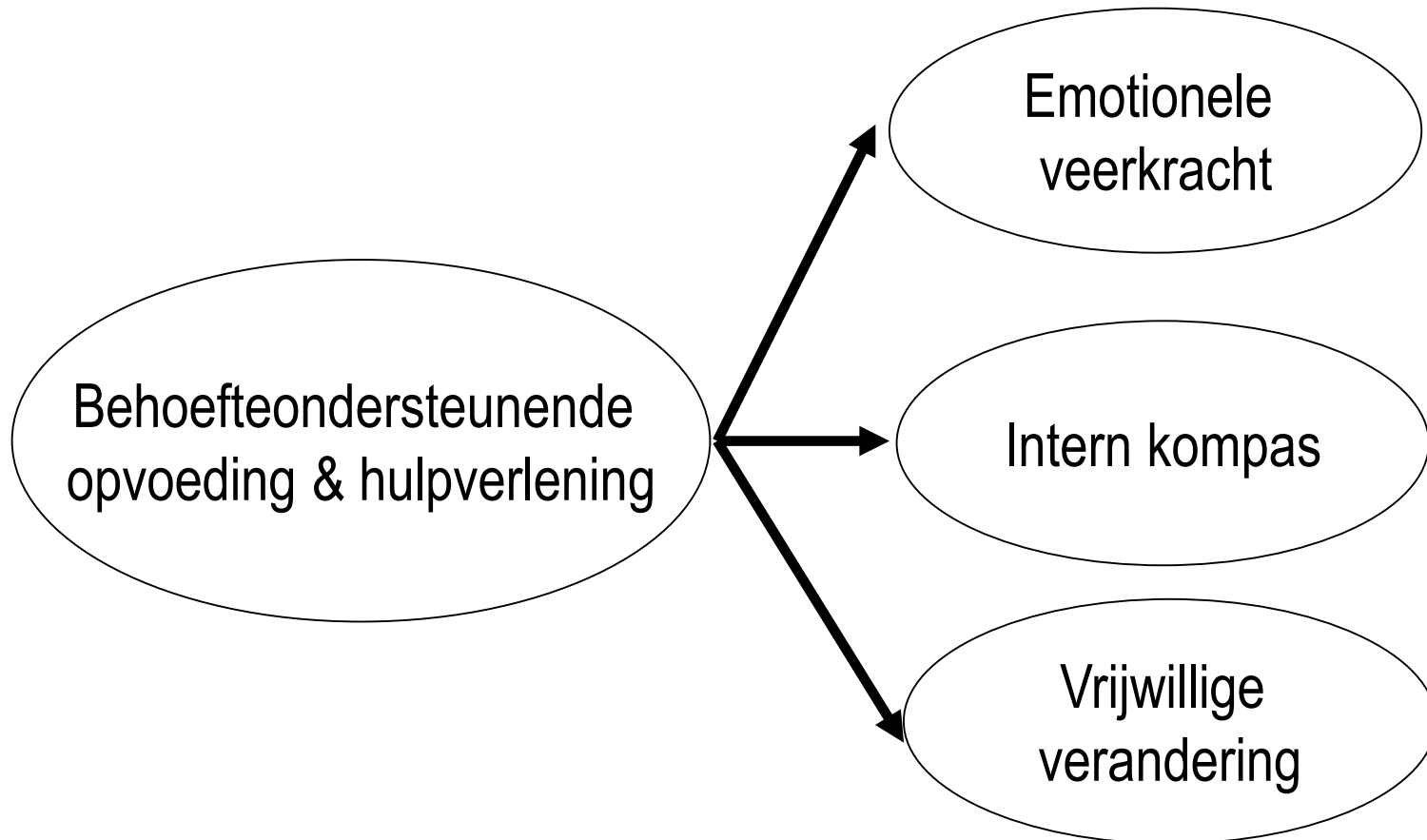
De meest groeibevorderende cocktail

- Autonomieondersteuning, structuur en warmte
 - ... staan niet op gespannen voet, maar gaan doorgaans **hand in hand**, al is het soms balanceren op een slap koord
 - ... vormen in combinatie de meest **groeibevorderende cocktail**
-

Deel 3:

Van emotionele veerkracht tot een stevig verankerd intern kompas: De vele voordelen van behoefteondersteuning





Ontwikkelingsuitkomst 1: Emotionele veerkracht: Integratieve emotieregulatie

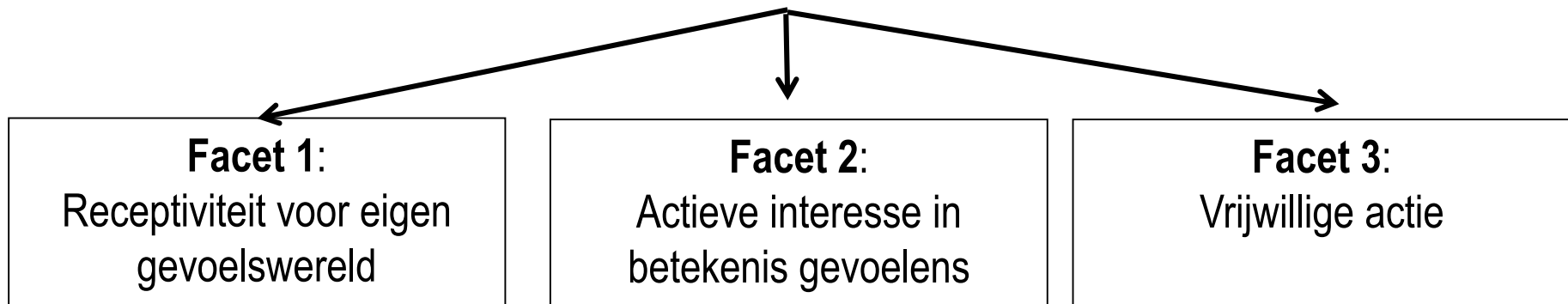


Casus

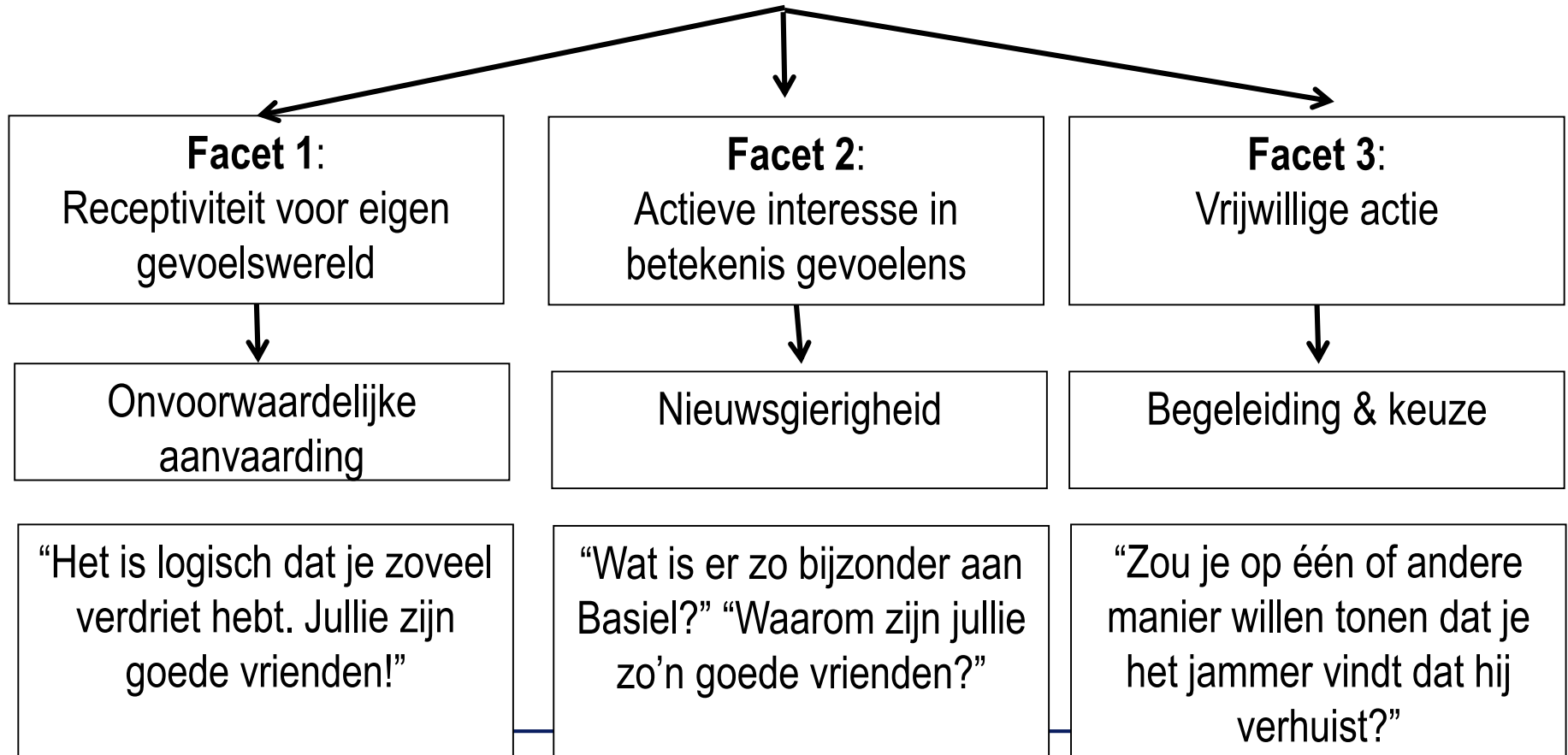
⇒ Gelieve de rol van Oscar in te nemen

Het was het einde van het schooljaar. Oscar (11) begon plots te huilen in de auto toen ze op weg waren naar de tekenacademie. Zijn papa reageerde verrast. Na enige tijd gaf Oscar te kennen dat hij verdrietig was omdat Basiel, één van zijn betere vrienden, zou **verhuizen**. “Maar je hoeft niet zo te huilen, we kunnen hem dan nog eens uitnodigen!”, probeerde zijn papa hem te troosten. “Maar hij is de enige die mij begrijpt in de klas en ik begrijp hem ook goed.” “Je zal wel nieuwe vrienden maken hoor in je klas. Papa had vroeger ook een goede vriend die verhuisd is en wij zien elkaar vandaag zelfs nog. Uiteindelijk gaat Basiel ook maar een paar kilometer verder wonen.”

Integratieve emotieregulatie = bron van veerkracht



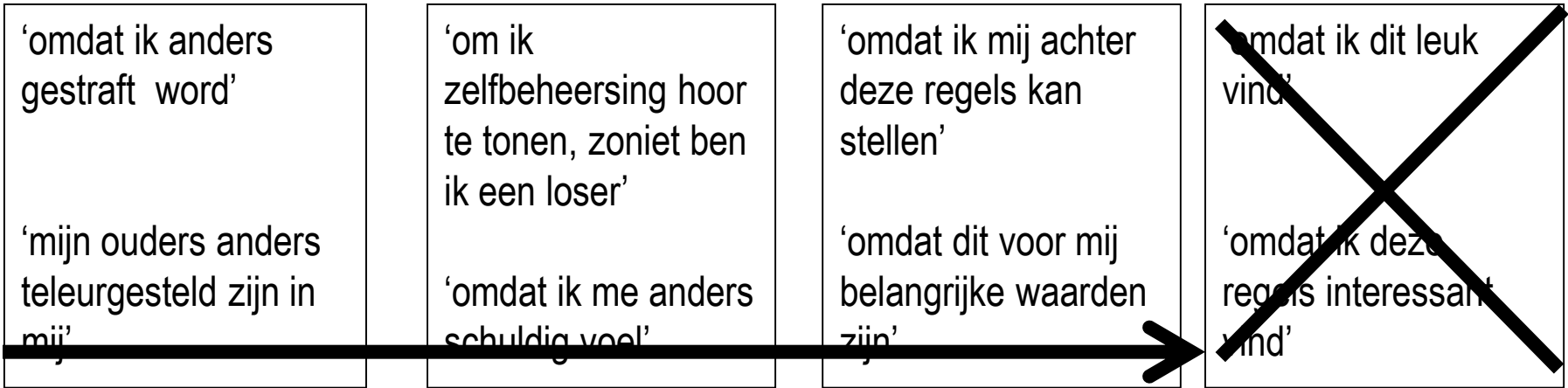
Integratieve emotieregulatie = bron van veerkracht



Ontwikkelingsuitkomst 2: Een stevig verankerd intern kompas



⇒ **Waarom volg je de morele regels van je ouders (vb. niet stelen, niet slaan)?**



Internalisatieproces = toenemend eigenaarschap = route naar een stevig verankerd intern kompas verwerven

Verplichting, druk, stress

Welwillend, psychologisch vrij

Gecontroleerde
Motivatie

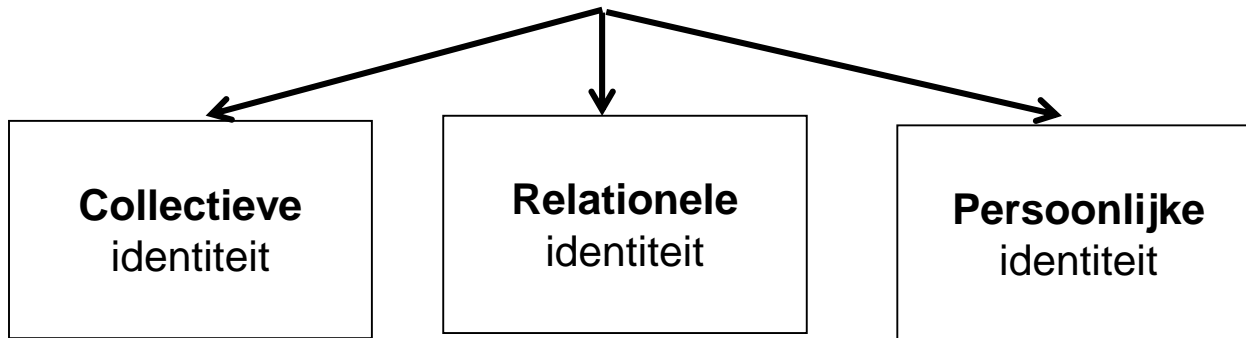
Autonome
Motivatie

Intern kompas

UNIVERSITEIT
GENT

Een solide/gefundeerd intern kompas (Assor, 2012) = geheel aan identiteiten of zelfbeschrijvingen die

- ... gestoeld zijn op sterk **verankerde** persoonlijke overtuigingen, intrinsieke waarden, en interesses
- ... een **harmonieus geheel** vormen (synthese) ~ Erikson

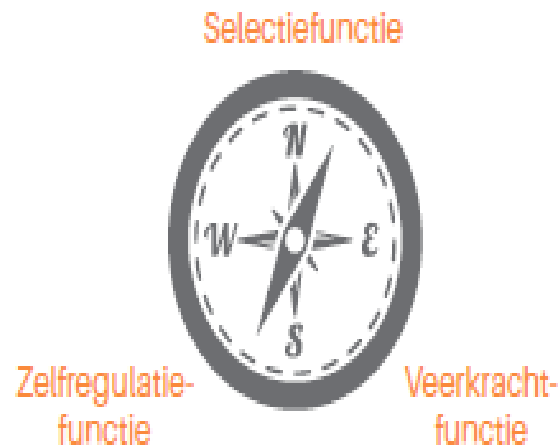




Intern kompas: Functie

GHENT

Figuur 8.1. Grafische voorstelling van de functies van het intern kompas.



Naar een diepere verankering van verandering

- ⇒ Cliënten in contact te brengen met hun persoonlijke overtuigingen en interesses = **breder situering**
- “Over welke zaken droomde je als kind?” => kinderdromen
 - “Welke zijn jouw hobbies?” => interesses & passies
 - “Wat vind je waardevol en belangrijk?” => waarden en overtuigingen
- ⇒ Cliënten zijn het noorden verloren en hun **intern kompas** is vaak niet goed ontwikkeld, laat staan goed afgesteld!
-

⇒ Vraag 1: Heb je ooit een droom gehad die je nagejaagd hebt?

⇒ Vraag 2: Hoe voelde dit? Wat leerde je er uit? Wat maakte dat dit lukte?

⇒ Vraag 3: Wat kan er je helpen om je droom verder te kunnen realiseren?

⇒ Vraag 4: In welke mate is je huidige gedrag behulpzaam / een obstakel om deze droom te realiseren?



Alles op een rij

DEEL I

Vitamines voor groei



DEEL II

Waarom kinderen
enthousiast,
gehoorzaam of
weerspannig zijn



DEEL III

Identiteitsontwikkeling
De vorming van
een intern kompas



DEEL IV

Het voeden
van de groei
van kinderen

