

Over het belang van autonomie in de opvoeding

Prof. Bart Soenens
Universiteit Gent
Bart.Soenens@ugent.be
www.vopspsy.ugent.be

President Macron en de tiener



Vote on live.voxvote.com PIN: 35950

ZELF-DETERMINATIE THEORIE



Prof. Edward Deci
(University of Rochester, NY)



Prof. Richard Ryan
(University of Rochester, NY)

Wat zijn de vitamines van groei?



- ▶ Over de psychologische voedingsdriehoek

Welke behoeftes sluiten aan bij deze criteria?

Eerder
psychologisch
dan fysiologisch

Eerder universeel
dan gebonden
aan cultuur

Eerder
aangeboren dan
verworven

Fundamenteel

verBondenheid

- ▶ Evaring van een warme, hechte en authentieke band met anderen, voor anderen zorg dragen en geliefd worden



Competentie

- ▶ Het gevoel hebben bekwaam te zien om een activiteit uit te voeren, gewenste doelen te bereiken en de eigen vaardigheden te ontplooien



Autonomie

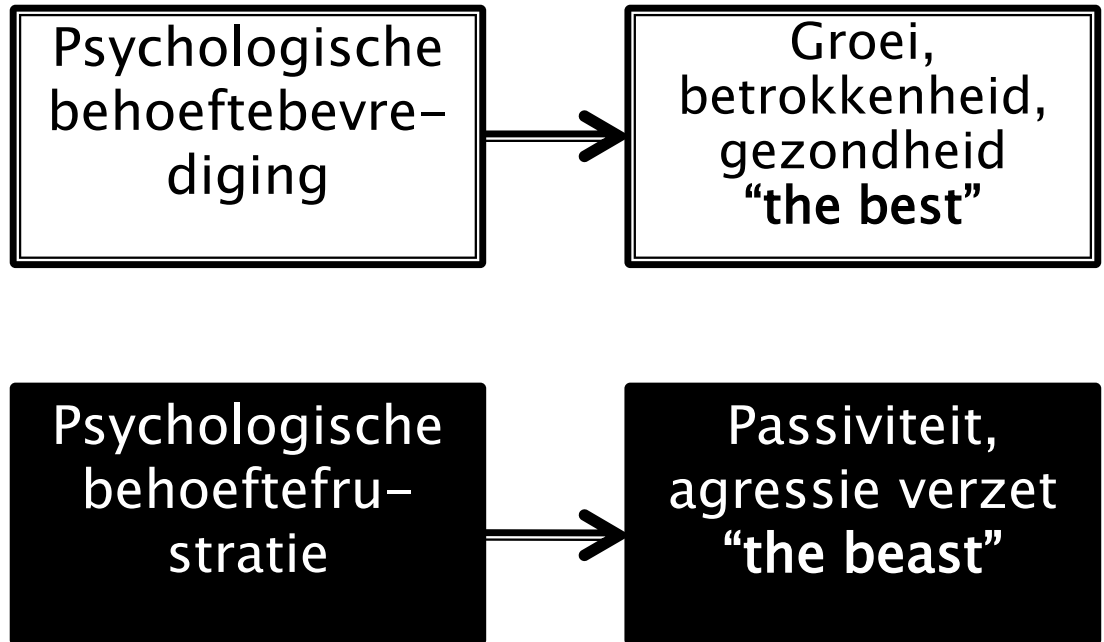
- ▶ De ervaring jezelf te mogen zijn en vrijwillig te mogen handelen, denken en voelen; ervaring van keuze en psychologische vrijheid



Autonomie ≠ onafhankelijkheid

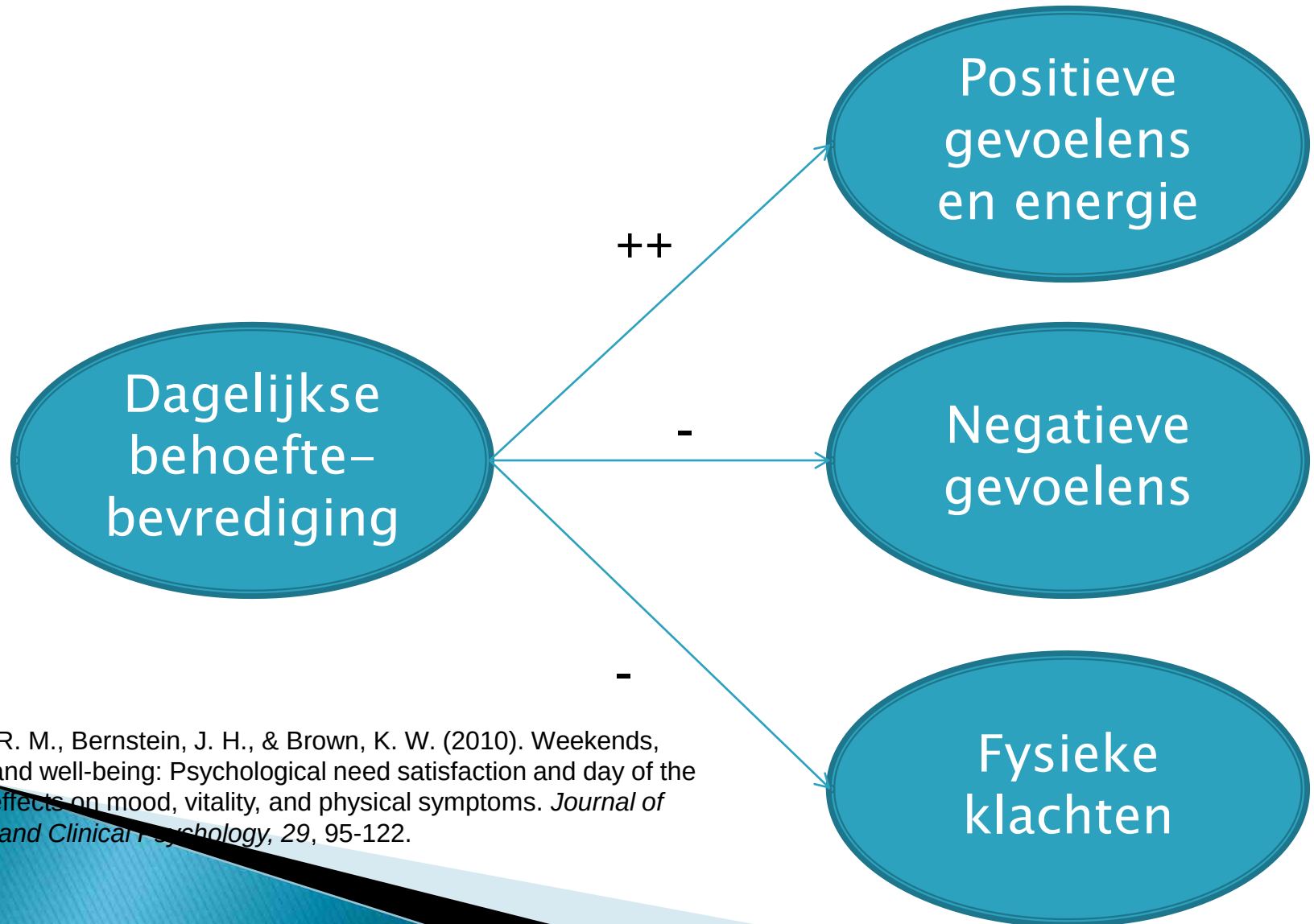


De vitamines voor groei



Vansteenkiste, M., & Ryan, R. M. (2013). On psychological growth and vulnerability: Basic psychological need satisfaction and need frustration as an unifying principle. *Journal of Psychotherapy Integration*.

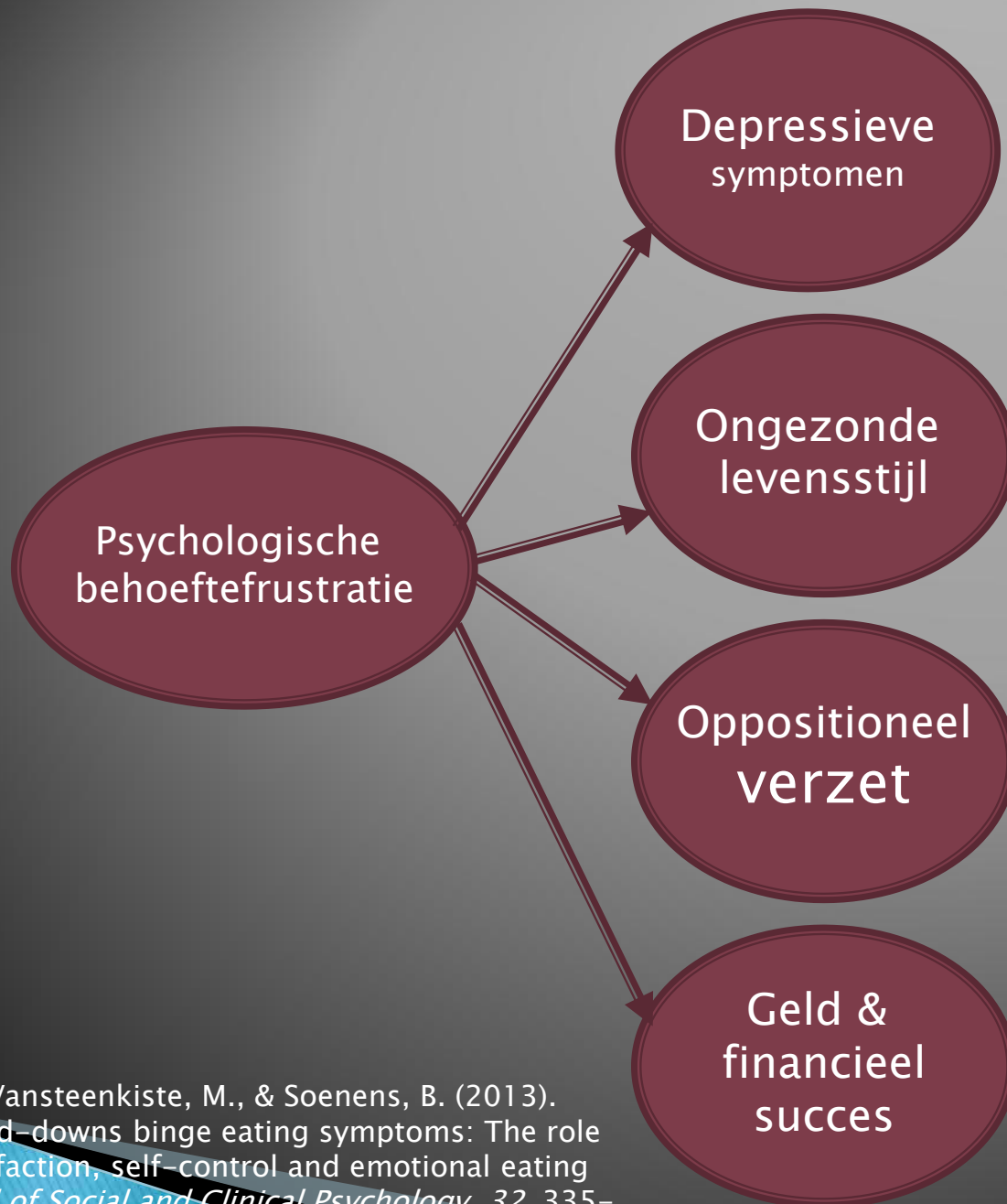
Behoeftbevrediging op dagelijkse basis



Ryan, R. M., Bernstein, J. H., & Brown, K. W. (2010). Weekends, work, and well-being: Psychological need satisfaction and day of the week effects on mood, vitality, and physical symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29, 95-122.

Wat als de psychologische basisnaden gefrustreerd zijn?





Verstuyf, J., Vansteenkiste, M., & Soenens, B. (2013). Daily ups-and-downs binge eating symptoms: The role of need satisfaction, self-control and emotional eating style. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32, 335–361.

De vitaliserende rol van behoeftebevrediging

- ▶ De behoeftes aan autonomie, competentie en verbondenheid vormen het ABC van ons dagelijks geluk en welbevinden
- ▶ Implicatie voor de **praktijk**: Het is belangrijk voor ouders om maximaal aan de psychologische behoeftes van kinderen, maar ook van henzelf tegemoet te komen!

Hoe kan de omgeving groei bevorderen?



- ▶ De cruciale rol van autonomie-ondersteuning

Warme vs.
kille & verwaarlozende
context

VerBondenheid

Structurerende vs.
Chaotische context

Competentie

Autonomie-
ondersteunende vs.
controlerende context

Autonomie



CORRESPONDENTE HET DERTIETAL
Wim Vanacker



DE VLAAMSE PERSBOND

Vlaamse ouders kampioenen in grenzen stellen

DE VLAAMSE PERSBOND 2019. Het is een correspondentie van Wim Vanacker. Het is een boek.

Nogal snel wordt gezegd dat ouders vandaag geen grenzen meer stellen. Uit de resultaten van onze opvoedingstest blijkt het tegengestelde: Vlaamse ouders zeggen dat kampioenen in te zijn. Wat beter kan, is in dialoog gaan met kinderen, ook over de regels, en keuzemogelijkheden bieden.

Algemene beschrijving

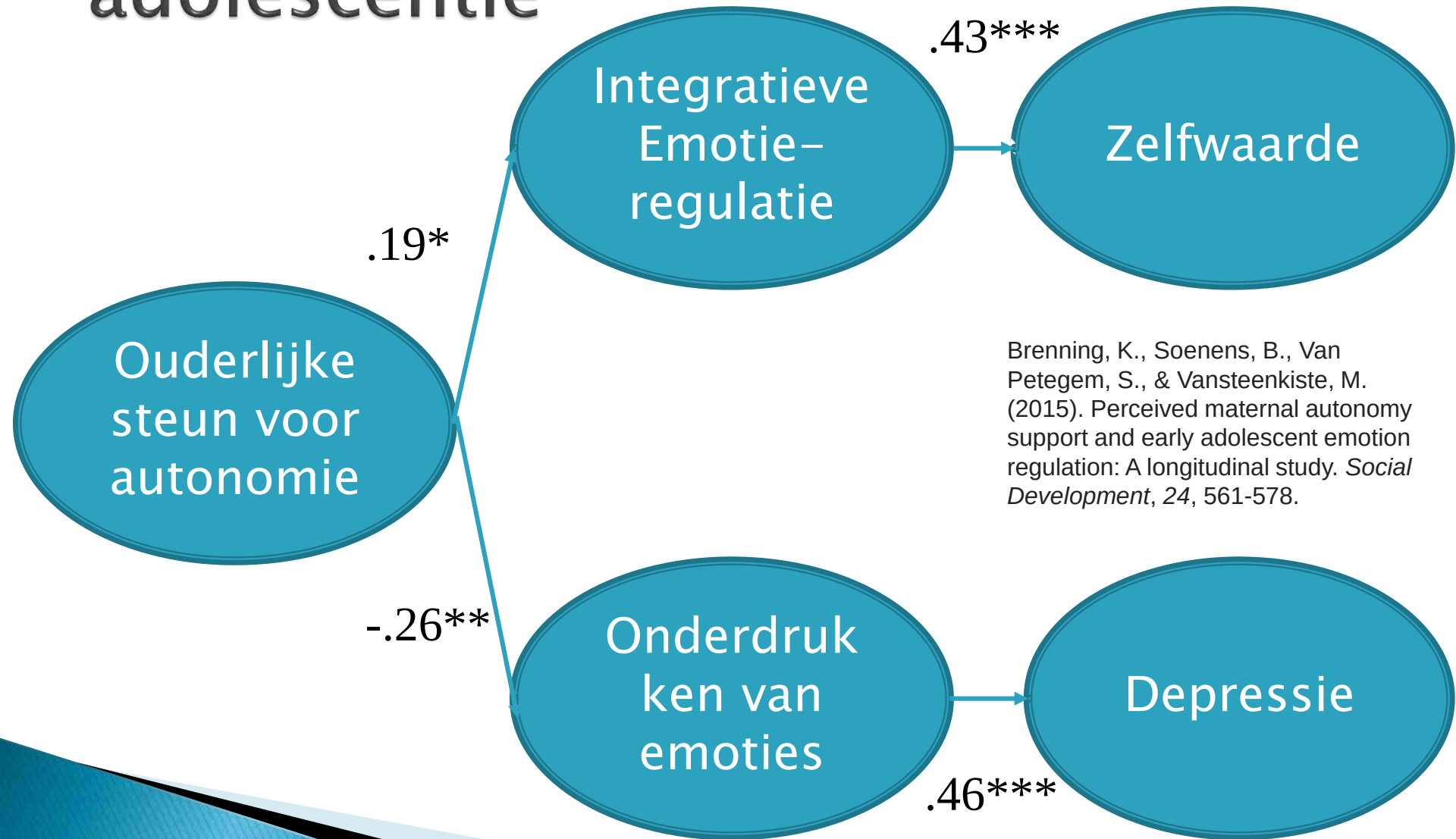
- ▶ **Autonomie–ondersteunende ouders** werken vanuit het standpunt van de kinderen, stellen zich flexibel op en proberen zin voor initiatief aan te moedigen, zodat jongeren vrijwillig handelen.
- ▶ **Controlerende ouders** plaatsen hun agenda centraal, stellen zich rigide op en verplichten hun kinderen om te denken, handelen, of voelen op een door hen voorgeschreven wijze, zodat kinderen het gevoel hebben geen andere keuze hebben dan te moeten gehoorzamen.

Autonomieondersteuning in de adolescentie



Soenens, B., Vansteenkiste, M., Lens, W., Luyckx, K., Beyers, W., Goossens, L., & Ryan, R. M. (2007). Conceptualizing parental autonomy support: Adolescent perceptions of promotion of independence versus promotion of volitional functioning. *Developmental Psychology*, 43, 633–646.

Autonomieondersteuning in de adolescentie



Studie – TIENERS EN MOEDERS: HOE PRATEN ZE MET ELKAAR

Voorbeeldfragmenten



Wuyts, D., Soenens, B., Vansteenkiste, M., & Van Petegem, S. (2018). The role of observed autonomy support, reciprocity, and need satisfaction in adolescent disclosure about friends. *Journal of Adolescence*, 65, 141-154.

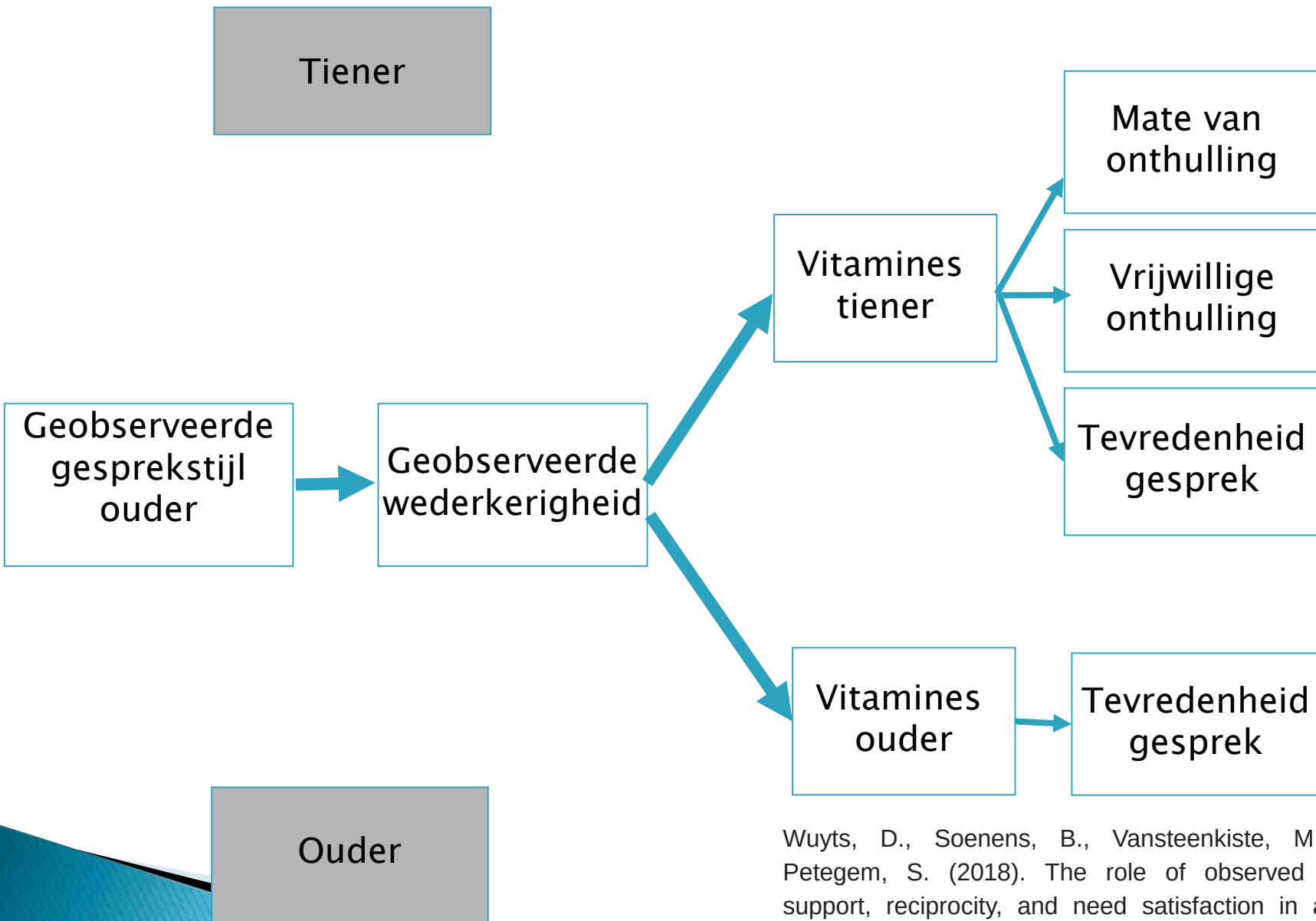
Studie – TIENERS EN MOEDERS: HOE PRATEN ZE MET ELKAAR

Autonomie-ondersteunend

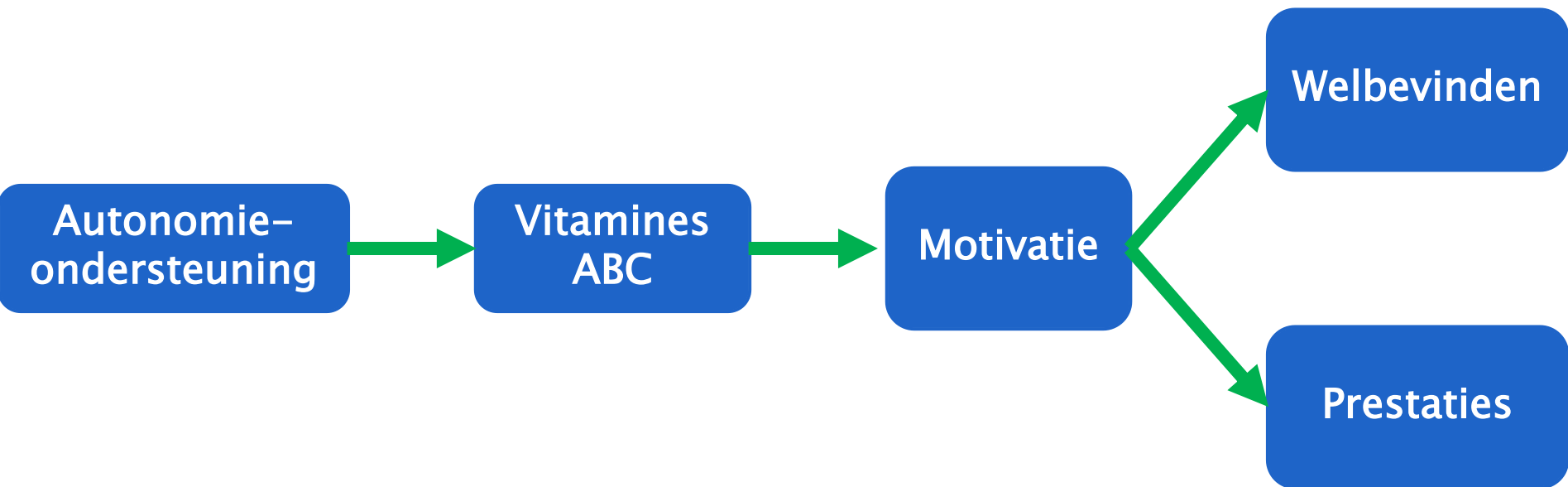
- Keuze gespreksonderwerp
- Reflectief luisteren
- Emotionele toestand herkennen
- Vragen naar ervaringen
- Authentieke interesse
- Onthulling gepast samenvatten
- Empatisch begrip
- Zelfonthulling geduldig afwachten

Controlerend

- Gesloten vragen
- Controlerend taalgebruik
- Bevelen
- Ongevraagd advies / preken
- Teleurstelling en schuldinductie
- Bekritisieren en afgunst tonen
- Onderbreken
- Intrusieve vragen en wantrouwen
- Ouder vooral aan het woord



Wuyts, D., Soenens, B., Vansteenkiste, M., & Van Petegem, S. (2018). The role of observed autonomy support, reciprocity, and need satisfaction in adolescent disclosure about friends. *Journal of Adolescence*, 65, 141-154.





Waarom maak je je huiswerk?



Straf,
beloning,
verwachting

Schaamte,
schuld,
zelfwaarde

Persoonlijke
relevantie,
zinvol

Geboeidheid,
interesse,
plezier

‘omdat ik pas
dan naar de
scouts mag’

‘om van het
gezaag van mijn
ouders af te zijn’

‘omdat ik moet
bewijzen dat ik
slim ben’

‘omdat jongeren
van mijn leeftijd
dit horen te
doen’

‘omdat ik het
belangrijk vind
om het zelf te
proberen’

‘omdat ik de stof
zinvol vind’

‘omdat ik de stof
boeiend vind’

‘omdat het een
uitdaging is om
me hierin te
verdiepen’

Verplichting, druk, stress

Welwillend, psychologisch vrij

Gecontroleerde
motivatie
Moetivatie

Autonome motivatie
Goesting