



**GESPREKSTOOL OM WERKBELEVING
IN KAART TE BRENGEN**

*Auteurs: Joke De Lille, Bert Giesbers,
Femke Van Neste, Mathijs Cremers,
Lienke Peeters, Sabrina Van Den Brink,
Sara-An Greefs*





Inhoud

- Theoretische basis van motivatie
- Gebruik Werkmotivatiepuzzel
- Oefenmoment
- Casussen

Motivatie

= de zin om iets te doen

= de reden dat je iets doet

→ Het waarom

Motivatie

Heeft invloed op:

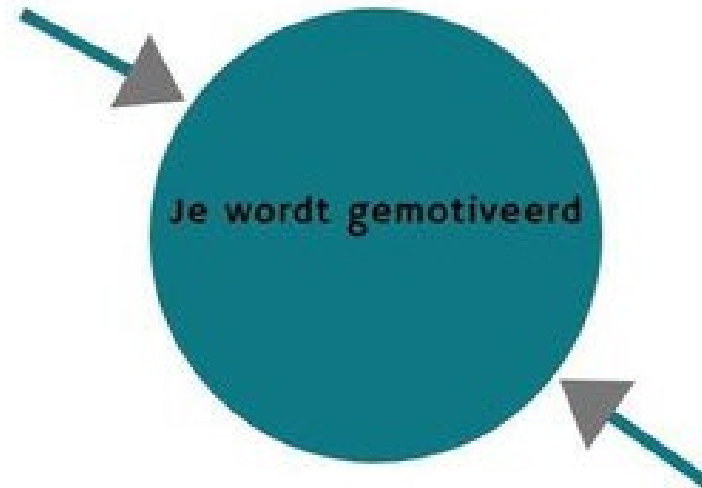
- Initiatie: Wanneer ga je van start?
- Richting: Hoe ga je iets aanpakken?
- Intensiteit: Hoeveel moeite steek je erin?
- Volharding: Hoe lang houd je vol?

Soorten Motivatie

- Extrinsiek vs Intrinsiek
- Amotivatie vs Gecontroleerde motivatie vs Autonome motivatie

Extrinsieke motivatie

- Beloning ontvangen
- Straf vermijden
- Werkt op korte termijn

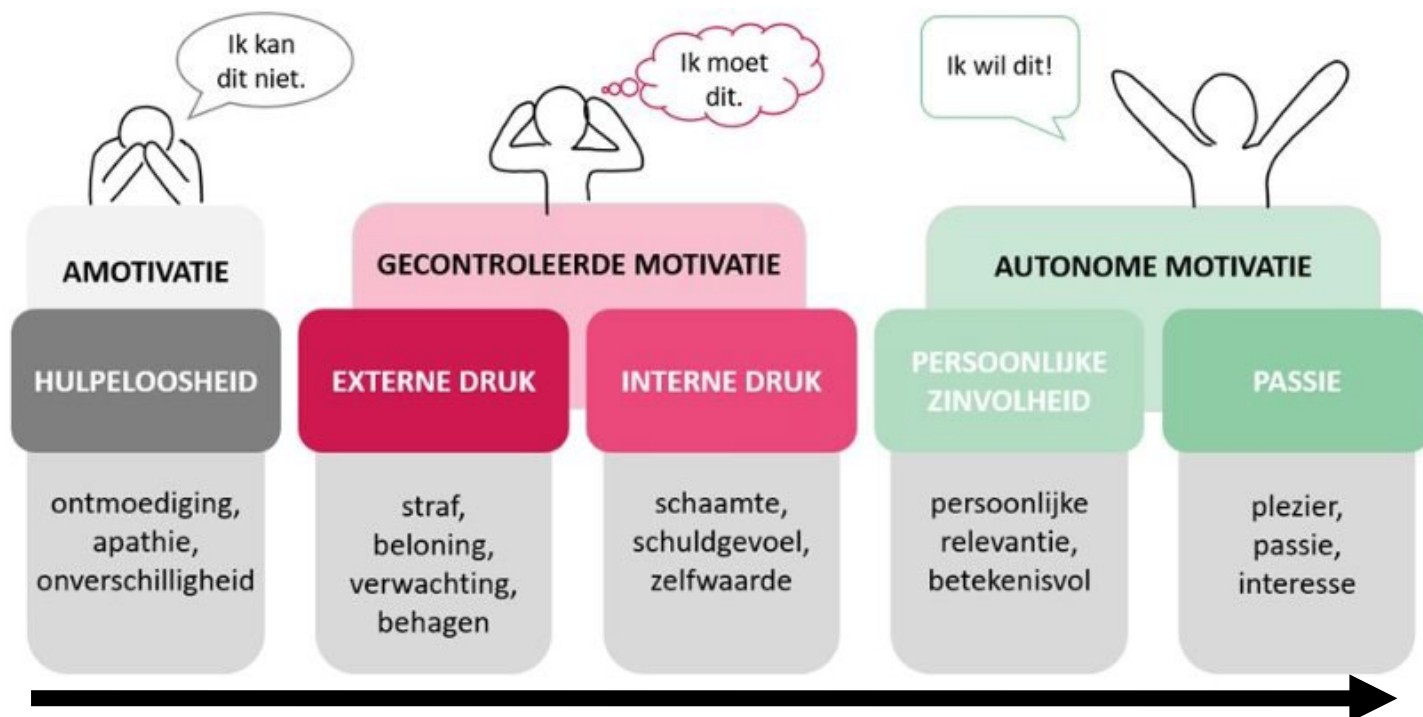


Intrinsieke motivatie

- Leuk – interessant – nuttig
- Werkt op korte en lange termijn



Amotivatie vs Gecontroleerde motivatie vs Autonome motivatie



Figuur: schematisch overzicht door Hornikx en Dierckx (2021) van de mate waarin je je gedrag determineert. Gebaseerd op de verschillende soorten motivatie volgens de zelfdeterminatietheorie (Deci en Ryan, 2000) en aanvullingen van Sierens en Vansteenkiste (2009, p. 20), Vandenkerckhove, Soenens, Vansteenkiste, Craeynest, Deeren, Depotter, David (2016).

Zelfdeterminatietheorie

- Ontwikkeld door Deci en Ryan
- Veronderstelt dat de intrinsieke motivatie/autonome motivatie afhankelijk is van de vervulling van 3 natuurlijke basisbehoeften

= Basis voor onze Werkmotivatiepuzzel

Het ABC van de zelfdeterminatietheorie

- Autonomie



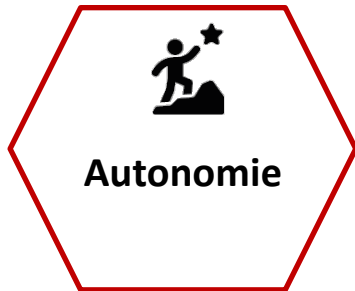
- Betrokkenheid



- Competentie



Verhogen van motivatie



- **Eigenaarschap**
- Zelf beslissen 'hoe'
- Vrijheid
- Initiatief mogen nemen
- Verantwoordelijk



- Werkgever
- Werkuren
- Eigen agenda beheren
- Takenpakket
- Aanpak
- Locatie

Verhogen van motivatie



Betrokkenheid

- **Deel van groep/geheel**
- Vertrouwen in anderen
- Gezamenlijk doel
- Positief klimaat
- Fouten = oké

DELEN

**Op het
werk**

- Collega's helpen elkaar
- Teambuilding
- Gezamenlijke pauzes
- Constructieve feedback
- Laagdrempelige gesprekken met leidinggevende

Verhogen van motivatie



- **Kwaliteiten inzetten**
- Vertrouwen in eigen kunnen
- Verband gedrag – resultaat
- Haalbare uitdaging
- Ondersteuning / hulp beschikbaar
- Wat kan ik?



- **Resultaten en inzet** vergelijken
→ Inspanning moet NUT hebben
- Taken passen bij skills (niet te moeilijk of gemakkelijk)
- Bijscholing

Verhogen van motivatie

- Autonomie



- Betrokkenheid



- Competentie



Welk signaal van
demotivatie heb je bij
een werknemer of
werkzoekende al
opgemerkt?



Signalen van Demotivatie

Alles is te moeilijk of
te gemakkelijk

Het nut van werken
niet inzien

Snel afgeleid

Taken worden niet
goed uitgevoerd

Uitvluchten

Geen toenadering
tot collega's zoeken

'Ziek' zijn

Veel afwezigheden

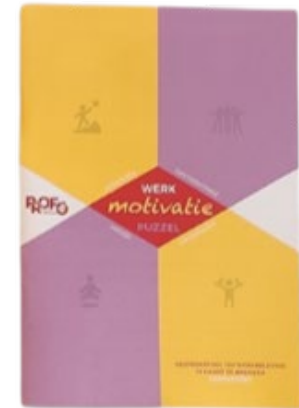
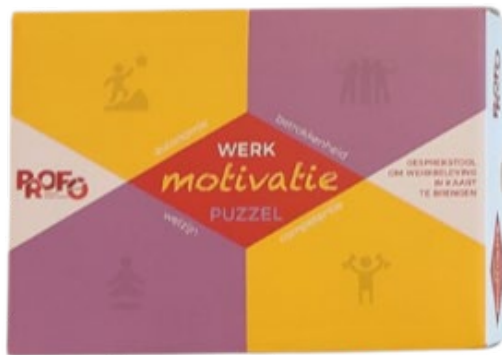
Feedback krijgen
zorgt niet voor actie
ondernemen

Vermoeid

Je kunt...

- Steun geven
 - Positief benaderen
 - Erkenning geven (voor inzet, situatie ...)
 - Interesse tonen
 - Inspraak geven
 - Perspectief geven: vb. aanpassing takenpakket, verandering functie...
 - Doelen stellen → succeservaringen creëren
-
- Samen op zoek gaan naar eventuele hindernissen
→ hindernissen te weten komen via... De **Werkmotivatiepuzzel**.





De Werkmotivatiepuzzel

Puzzelkenmerken

- Opgemaakt als 1-op-1 gesprekstool
- Doelgroep: werknemers of stagiairs in intern of extern begeleidingstraject + begeleider/mentor/coach/leidinggevende of werkzoekenden met een minimum aan werkervaring + jobcoach
- In de handleiding: werknemer + coach

Puzzelkenmerken

- Opgesteld in klare en eenvoudige taal (vanaf taalniveau B1)
- Duurtijd: +- 60 minuten
- Inhoud: 23 puzzelstukken, handleiding

Doel

- **Gesprekstool**
- Visueel werkbeleving in kaart brengen
- Inzicht in situatie
- (Aanzetten tot actie)



Vorbereiding

- Rustige plaats
- Pen en papier + handleiding
- Vertrouwensband creëren
- Actief luisteren
- Tijd nemen en eventueel pauzeren
- Verplaatsen in standpunt van een ander



Leggen van de puzzel

- Stelling (ABC & W)
- Ja (*klopt*) = paars
- Nee (*klopt niet*) = geel



Leggen van de puzzel



2.
Mijn collega's en
werkgever helpen mij

- Geven je collega's en werkgever je advies?
- Kan je hulp en advies vragen wanneer je een taak moeilijk vindt?
- Aan wie vraag je hulp/advies?
- Krijg je ook hulp als je het vraagt?
- Vind je het belangrijk om jouw collega's te helpen?



3.
Ik kan werk en privé
goed combineren

- Heb je het gevoel dat je steeds bereikbaar moet zijn voor je werk?
- Hoe vaak ben je thuis nog bezig met het werk (denken en doen)?
- Wat doe je om na het werk te ontspannen?
- Heb je tips nodig om werk en privé gescheiden te kunnen houden?

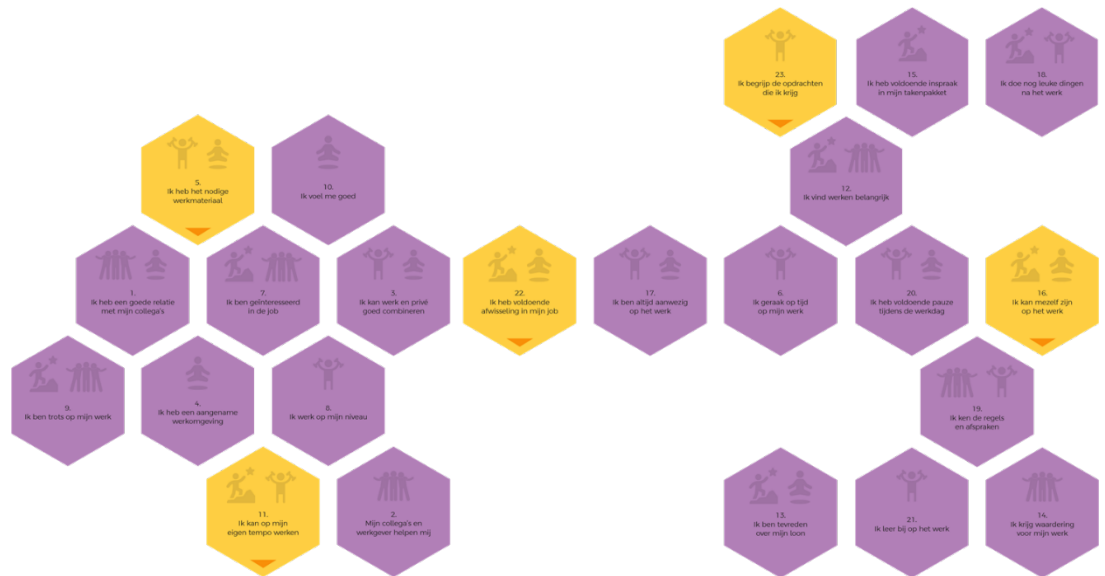
Leggen van de puzzel

- Optie 1 - Huidige werkervaring
Optie 2 - Vorige werkervaring
- Alle puzzelstukken en bijvragen?
- Volgorde:
 - in volgorde van de nummering
 - werknemer zelf laten kiezen



Resultaat

- Overzicht
- Wat loopt goed?
- Waar ondersteunen?
- Erkenning en begrip



Nabespreking

- **Mogelijke vragen**

- Had je dit resultaat verwacht?
- Op welk paars puzzelstuk ben je trots?
- Welk geel puzzelstuk wil je naar paars veranderen?
 - Wat heb je hiervoor nodig?
 - Wat kan je zelf doen?
 - Heb je hier hulp bij nodig?
- Welke 3 gele puzzelstukken vind je een prioriteit om rond te werken?

- **Mogelijke opmerkingen**

- Wijzen op de zaken die al goed zijn!
- Bespreken hoe werknemer omging met de vragen (positieve houding, open houding, vertelde veel, ...)

Opvolging



Wat nu?

- Foto nemen (om later te kunnen vergelijken)
- Je kunt samen een actieplan opstellen
- Lijst met hulpbronnen bekijken (zie handleiding)



Casus

- Meisje – 20j
- Anderstalig
- Opleiding: Assistentie in Wonen zorg en welzijn Duaal
- Doet stage in een ziekenhuis (afdeling Heelkunde)

Casus



Casus

- Conclusie en opvolging?

**Wij krijgen graag
feedback over deze
workshop:**

<https://forms.office.com/e/0nQzLny8sE>

**Evaluatieformulier na workshop
"Aan de slag met de
Werkmotivatiepuzzel".**

