

Samen op weg: autonomie- ondersteuning bieden

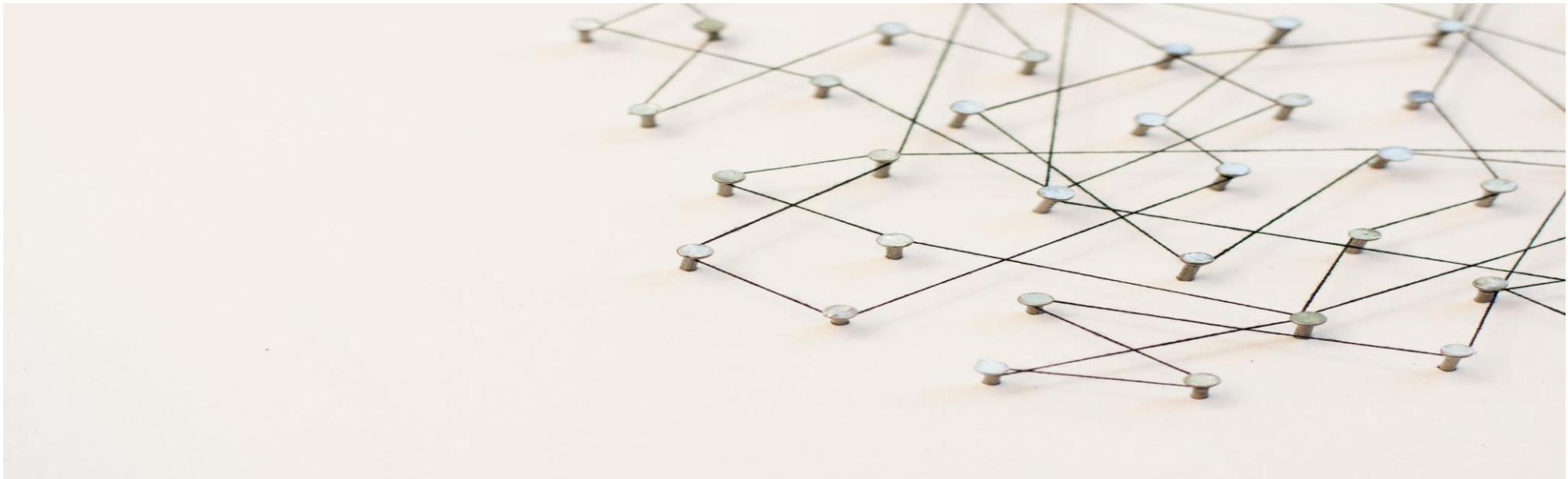
Hoe doe je dat?

28 november 2024

Eline Heppe & Sonja van de Molengraft

Doel van vandaag

Je krijgt inzicht in wat autonomie-ondersteunend handelen inhoudt.

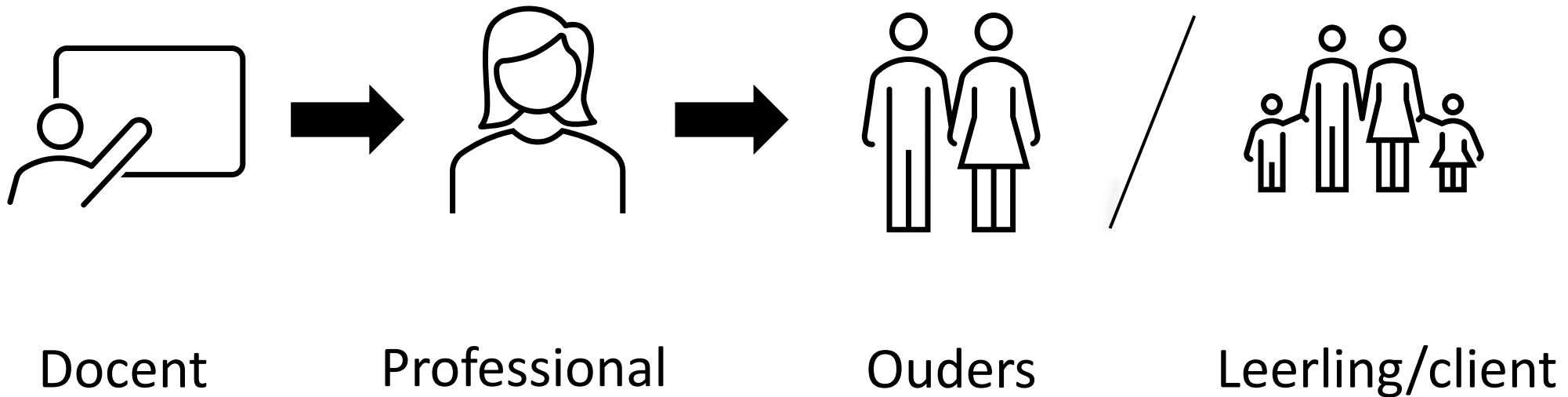


Context

- Onderzoek Gezinsgerichte Behandeling Usher
- Training professionals

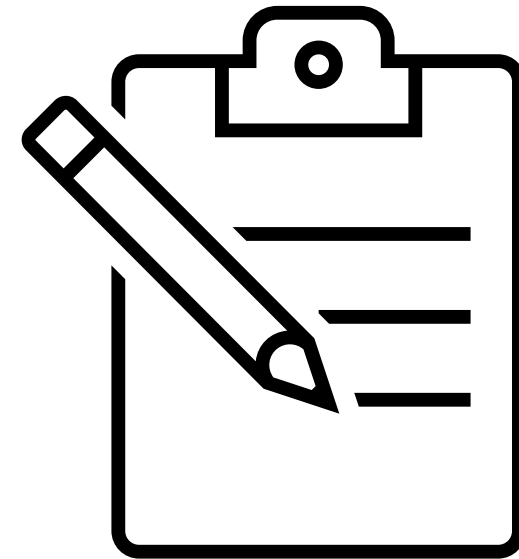


Transfer van autonomie-ondersteuning



Programma

- Kennismaking
- Theorie
- Stellingen
- Video's: autonomie-ondersteunend handelen
- Praktijkoefeningen
- Evaluatie



Afspraken

- Samen verantwoordelijk voor succesvolle masterclass
- Laat je horen: stel al je vragen of schrijf ze op
- ...?



Kennismaking

Waarom heb je gekozen voor deze masterclass?



e.heppe@kentalis.nl
so.vandemolengraaf@kentalis.nl

Self-Determination Theory (SDT)

- Evidence-based theorie: motivatie, persoonlijke ontwikkeling, welbevinden
- Algemeen kader: begrijpen waarom we doen wat we doen
- Sinds 1980 tot heden

www.self-determinationtheory.org



Intrinsieke motivatie

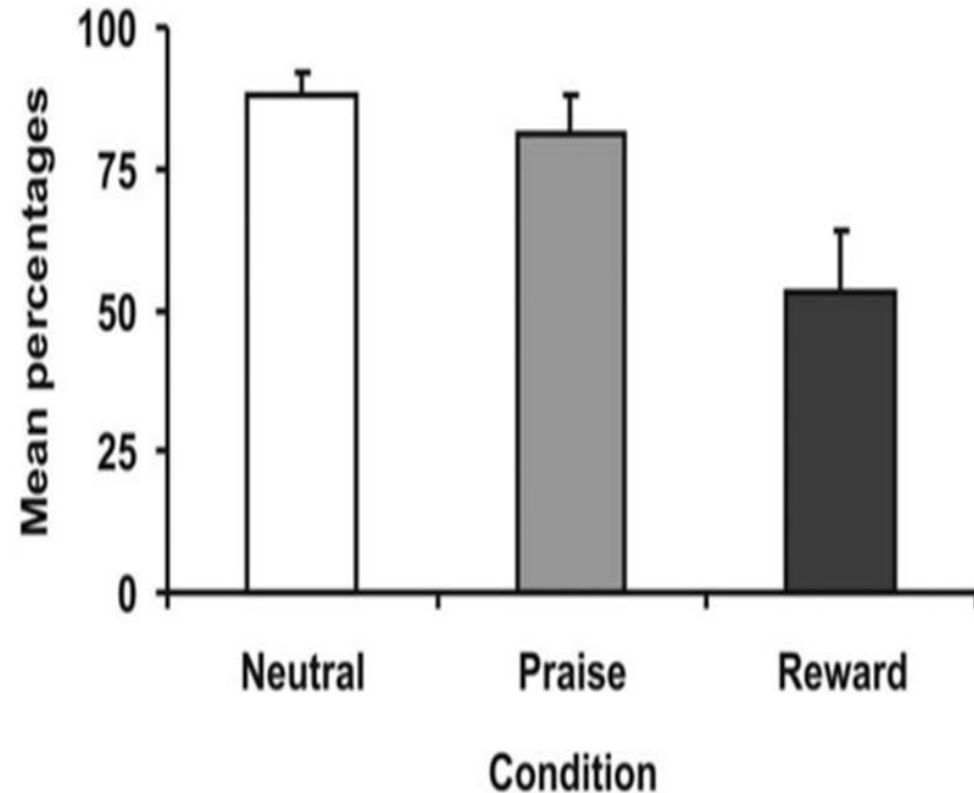
- De activiteit levert op zichzelf voldoening op
- Vergroot de betrokkenheid: flowervaringen
- Impuls voor: cognitieve en sociale ontwikkeling
- Exploratiedrag kinderen prototype
- Afname intrinsieke motivatie



Extrinsieke motivatie

- De activiteit wordt uitgevoerd vanwege externe stimulans
- Effectieve vorm van gedragsregulatie (Skinner, 1974)
- Het doel verschuift van de activiteit naar de beloning
- Extrinsieke motivatie ondermijnt intrinsieke motivatie

Intrinsieke motivatie



Warneken & Tomasello (2008)

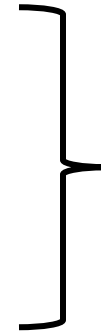
- 20 maanden oud
- 3 groepen:
 - Geen beloning
 - Verbale beloning
 - Materiele beloning

Motivatie

Amotivatie	Extrinsieke motivatie				Intrinsieke motivatie
Geen regulatie	Externe regulatie	Introjectie	Identificatie	Integratie	Intrinsieke regulatie
De intentie om aan de slag te gaan is nauwelijks aanwezig	Vermijden van straf of verkrijgen van een beloning	Vermijden gevoel schuld/schaamte of behoud gevoel van eigenwaarde	Persoonlijke waarde toekennen aan de leeractiviteit	De leeractiviteit sluit naadloos aan bij eigen waarden patroon	De leeractiviteit zelf geeft voldoening en plezier
	Gecontroleerde motivatie		Autonome motivatie		
Lage kwaliteit motivatie ←			→ Hoge kwaliteit motivatie		

Psychologische basisbehoeften

- Autonomie
- Competentie
- Verbondenheid



welbevinden, persoonlijke ontwikkeling etc.



Universeel

Schommelingen

Bevrediging vs. frustratie



Autonomie-ondersteunende omgeving

Het **perspectief** van de ander wordt erkend en gerespecteerd. Hierbij wordt de nodige **informatie** gegeven om zelfstandig **keuzes** te maken en wordt ruimte geboden om actief deel te nemen aan activiteiten, eigen beslissingen te nemen en problemen op te lossen, zonder controle of druk van buitenaf.

- ✓ Bevrediging van de psychologische basisbehoeften
- ✓ Intrinsieke motivatie
- ✓ Autonome emotieregulatie



Autonomie-ondersteuning

Empathie tonen

- Perspectief van de ander innemen
- Gerichte en concrete empathie
- Accepteer de emoties van de ander
- Afstemmen op mogelijkheden

Autonomie-ondersteuning

Informatie geven

- Informatief en uitnodigend taalgebruik
- Minimaliseren van controlerend gedrag/taal
- Gerichte feedback en redenen geven



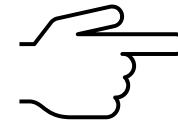
Autonomie-ondersteuning

Actieve deelname stimuleren

- Gerichte keuzes bieden
- Samen zoeken naar oplossingen
- Initiatief ondersteunen
- Eigenaarschap stimuleren
- Input vragen

Controlerend handelen

- Nadruk op sturen en beheersen van gedrag van anderen
- Beslissingen worden van bovenaf opgelegd



- ✓ Het opleggen van regels
- ✓ Geen keuzes bieden of beperken van keuzemogelijkheden
- ✓ Bepalen van het tempo zonder ruimte te geven voor eigen initiatief

Emotie regulatie

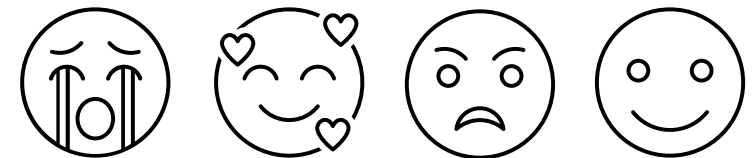
De manier waarop we omgaan met emoties: negatieve emoties

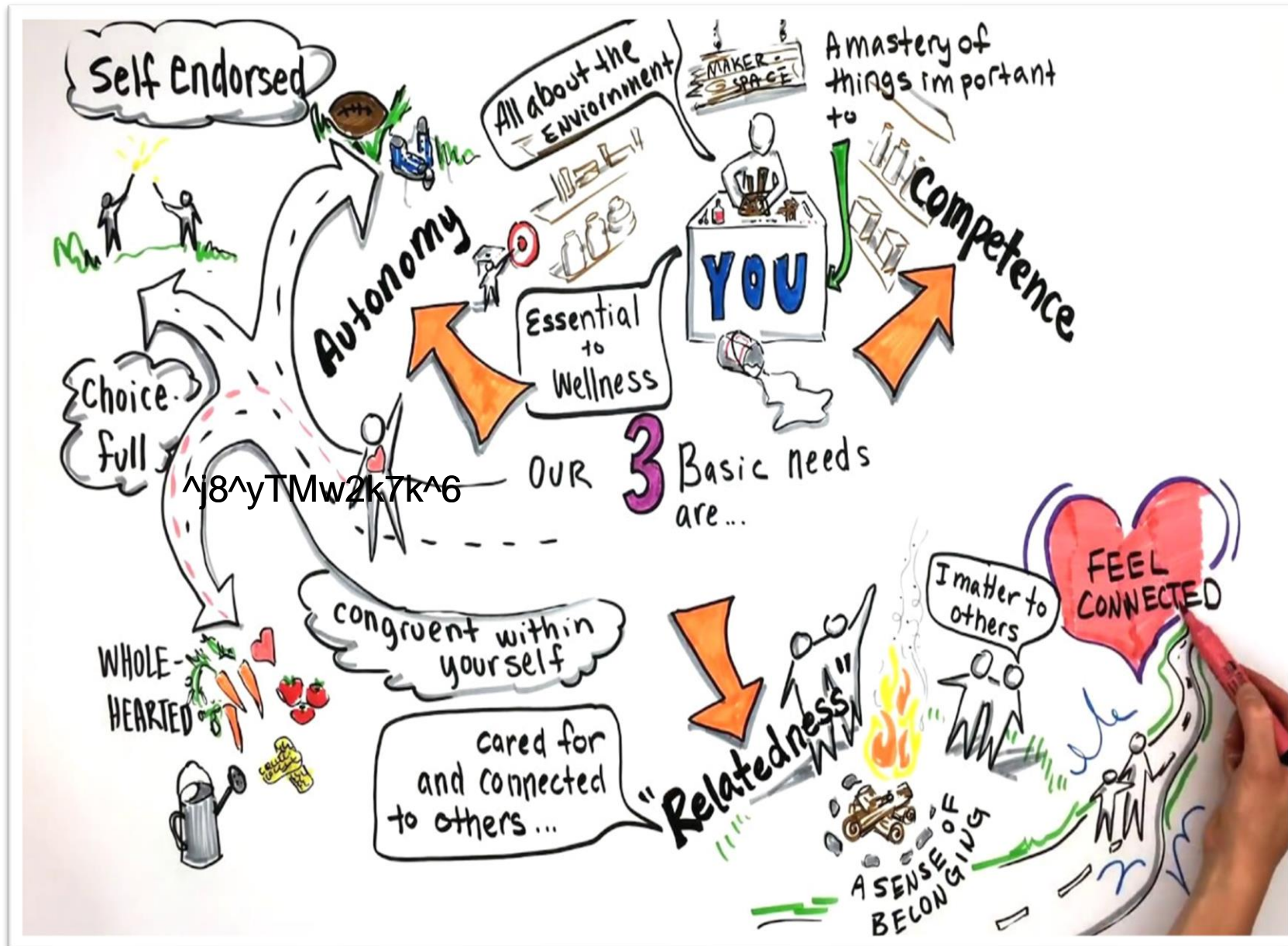
- Integratie: autonome vorm van emotieregulatie:
- Onderdrukkende emotieregulatie: vermijden/negeren of afleiding zoeken
- Dysregulatie: moeite om emoties onder controle te houden



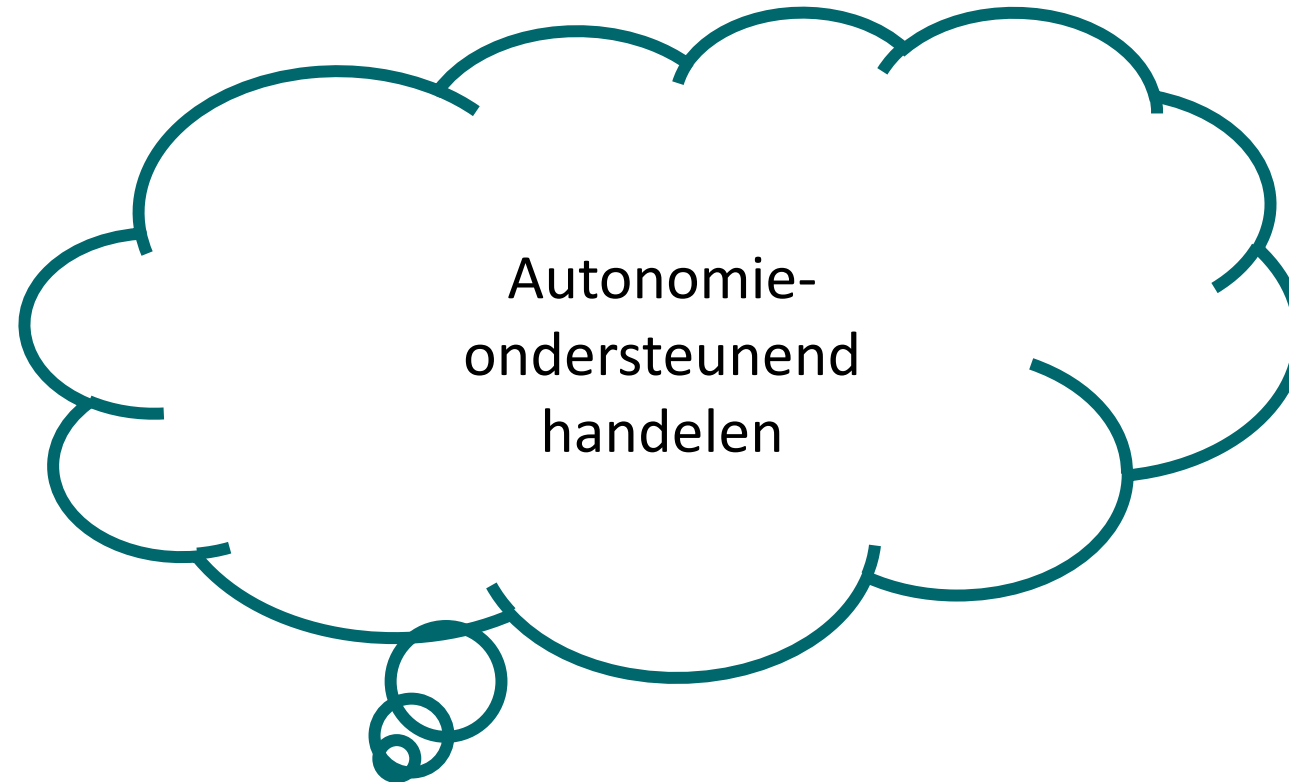
Emotie regulatie - integratie

- Bewust ervaren van de emotie (wat voel ik)
 - ✓ Open en niet-oordelende aandacht voor emoties
- Actief en nieuwsgierig verkennen (waarom voel ik dit?)
 - ✓ Onderzoeken hoe emoties verbonden zijn met je doelen, normen en waarden
- Weloverwogen keuze maken (wat doe ik hiermee?)
 - ✓ Uiten van emotie (in af- of aanwezigheid van anderen) OF inhouden van emotie





Stellingen



Stelling

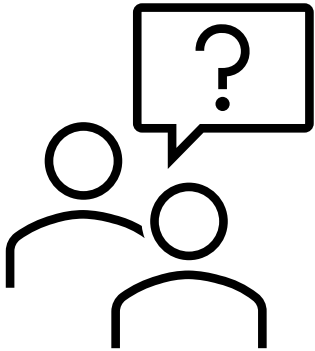
Na de presentatie begrijp ik wat autonomie-ondersteunend handelen is.

Stelling

Ik pas autonomie-ondersteunend handelen reeds toe in mijn werk.

Stelling

In mijn functie is controlerend handelen noodzakelijk.



Welke vragen hebben jullie op dit moment?

Autonomie-ondersteuning



e.heppe@kentalis.nl
so.vandemolengraft@kentalis.nl

Autonomie-ondersteuning



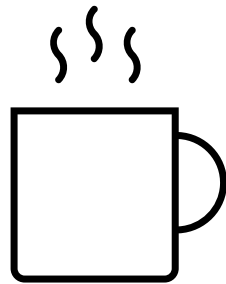
e.heppe@kentalis.nl
so.vandemolengraft@kentalis.nl

Autonomie-ondersteuning

- Pak en lees de tabel
- Welke gedragingen herken je bij jezelf?
- Welke gedragingen wil je nog verder ontwikkelen?



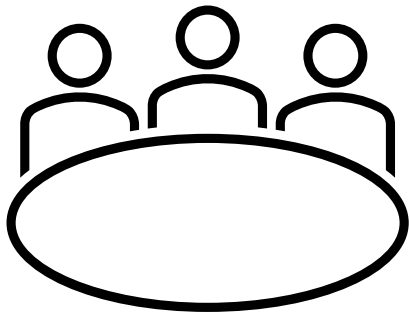
Kies één categorie uit de tabel en kies daar 1 of 2 gedragingen uit waar je mee wil oefenen.



PAUZE



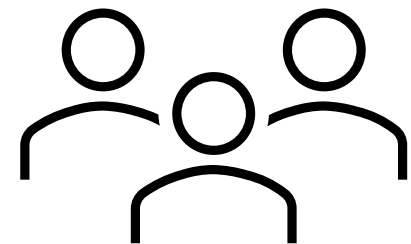
Aan de slag met oefenen



Praktijkoefeningen

- In groepjes van 3: ouder, behandelaar en observator
- Elk groepje krijgt 3 casussen
- Kies zelf in welke casus je welke rol neemt. Ieder neemt elke rol 1 keer
- Observator gebruikt het observatieformulier: focus op gekozen gedraging(en)
- Behandelaar kan ook specifieke ‘kijkvraag’ hebben voor observator

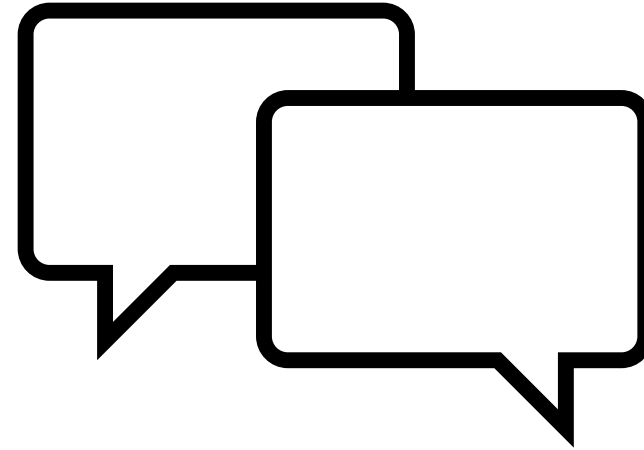
30 minuten totaal, 10 minuten per ronde.



Plenair

Plenair nabespreken

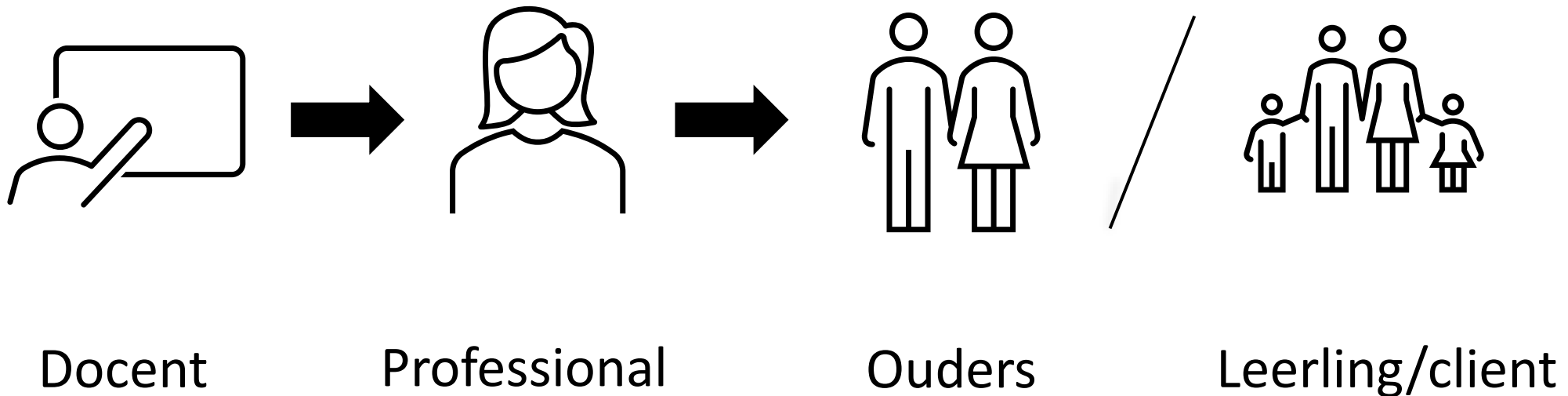
- ✓ Hoe ging het?
- ✓ Wat heb je ervaren?
- ✓ Wat was helpend in het oefenen?
- ✓ Leerpunten?



**Net als ik heb geleerd
hoe ik moet leven,
verandert het leven.**

**OM
DENKEN**

Transfer van autonomie-ondersteuning



Evaluatie

Hoe heb je de bijeenkomst ervaren?



Bedankt voor jullie betrokkenheid en inzet vandaag



Eline Heppe: e.heppe@kentalis.nl

Sonja van de Molengraft: so.vandemolengraft@kentalis.nl