



Van motivatie naar goesting als sleutel tot welzijn op het werk

PCBA: Verband je niet aan een burn-out

29 maart 2024

NATHALIE AELTERMAN

impetus.academy
growing companies through people

Impetus Academy © 2024

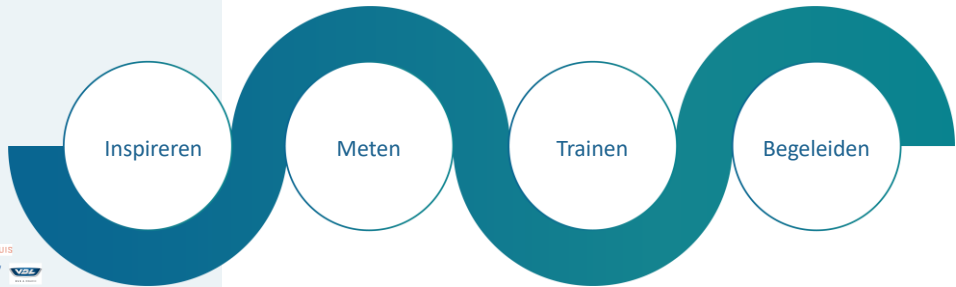


Impetus Academy

>30 jaar wetenschappelijk onderzoek naar motivatie, welzijn en leiderschap

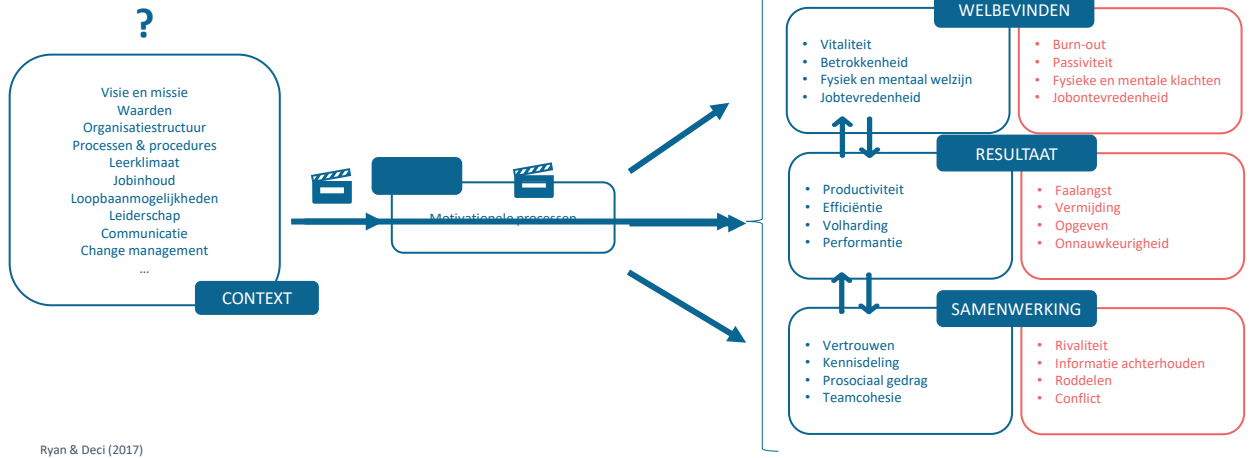


leiderschaps- en organisatieontwikkeling





Ketting van motivatie



Motor van motivatie





ABC als motor van motivatie

A



Autonomie



Ik kan mezelf zijn

- Vrijwillig mogen denken, voelen en handelen
- Een gevoel van keuze en psychologische vrijheid ervaren



Ik moet iemand zijn die ik niet ben/wil zijn

B



verBondenheid

Ik hoor erbij

- Een warme, authentieke band met anderen ervaren (met collega's, de organisatie, een doel)
- Zorg dragen voor anderen en voor gezorgd worden

Ik sta er alleen voor

C



Competentie

Ik kan ontwikkelen

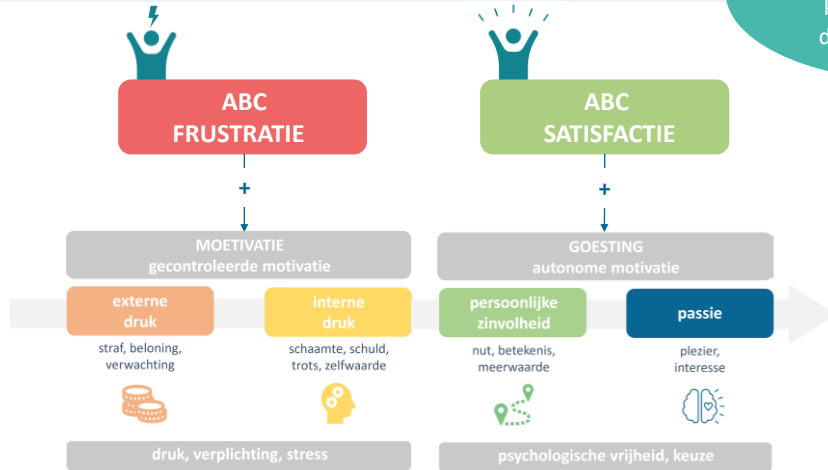
- Gewenste doelen kunnen bereiken
- Zich bekwaam en effectief voelen, succes ervaren

Ik voel me gefaald in wat ik doe





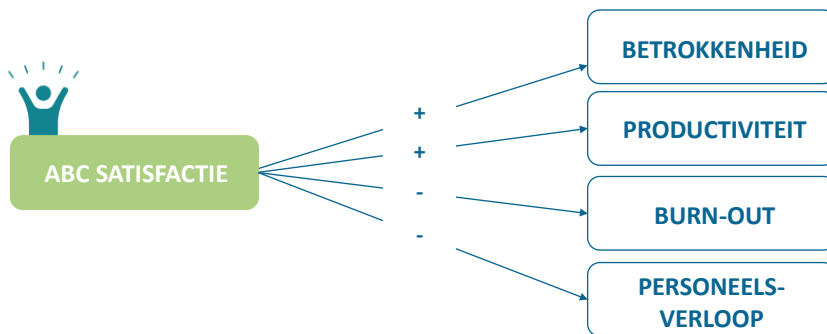
Loont het de moeite om te investeren in ABC?



Ja!
Het draagt bij aan meer kwalitatieve, en dus duurzame motivatie.



Loont het de moeite om te investeren in ABC?



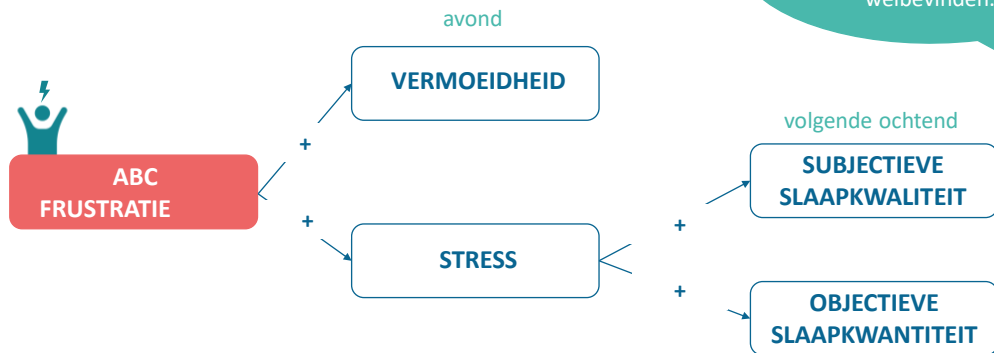
Ja!
Het draagt bij aan een beter functioneren in de job.

Van den Broeck, A., Vansteenkiste, M., De Witte, H., Soenens, B., & Lens, W. (2010). Capturing autonomy, competence, and relatedness at work: Construction and initial validation of the Work-related Basic Need Satisfaction Scale. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 83, 981-1002.

De Cooman, R., Snyen, D., Van den Broeck, A., Sels, L., & De Witte, H. (2013). How job characteristics relate to need satisfaction and autonomous motivation: Implications for work effort. *Journal of Applied Social Psychology*, 43(6), 1342-1352.



Loont het de moeite om te investeren in ABC?



Campbell, R., Vansteenkiste, M., Soenens, B., Vandenkerckhove, B., & Mouratidis, A. (2018). Examining daily variation in adolescent sleep: The role of psychological need experiences. *Personality and Social Psychology Bulletin*



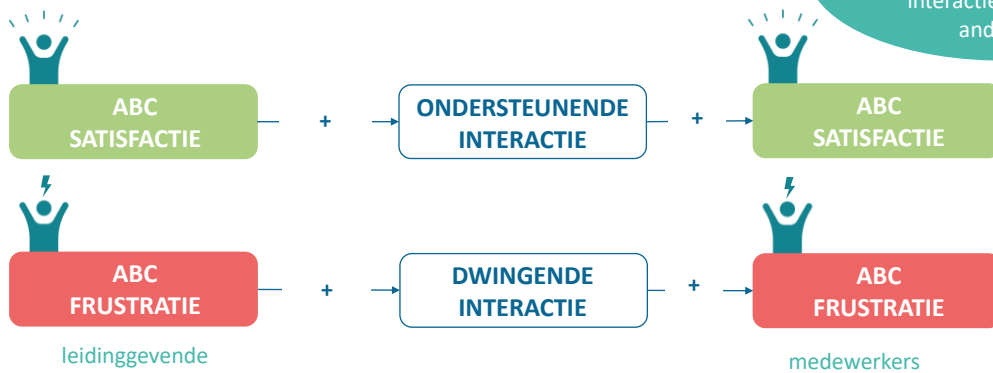
ABC = Zelfleiderschap?



HOW TO USE OXYGEN MASK ON PLANE



Loont het de moeite om te investeren in ABC?



Vermote, B., Aelterman, N., Van der Kaap-Deeder, J., & Vansteenkiste, M. (2022). Teachers' psychological needs link social pressure with personal adjustment and motivating teaching style. *Journal of Experimental Education*.



Een duik onder de waterlijn... bij jezelf en de ander



ZICHTBAAR

ONZICHTBAAR

Weerstand
Vermijding
Quiet quitting
Huilen
Passiviteit
...

Medewerking
Enthousiasme
Betrokkenheid
Lachen
Proactiviteit
...



Een motiverende context?



MAGIC BOX?



ABC-MINDSET!

= manier van denken en handelen die medewerkers in staat stelt om...

- A ...zichzelf te kunnen/mogen zijn
- B ...zich **verbonden** te voelen
- C ...zich te kunnen **ontwikkelen**



Verwarring
Twijfel
Onzekerheid
Weerstand
Fouten maken
...



C

Natuurlijk willen we onze medewerkers inspraak geven!

Het versterkt hun autonomie, want het zorgt ervoor dat ze zich gehoord voelen.

Maar als ik de mening van het team vraag, dan komt er vaak niks. Ik merk dat ze dan vaak toch de beslissing aan mij overlaten.

Dat is jammer, want ik zou heel graag willen dat ze meer initiatief en verantwoordelijkheid nemen.



Verwarring
Twijfel
Onzekerheid
Weerstand
Fouten maken
...



Vrijblijvendheid
Téveel zelfstandig werk



A

C



Passiviteit
Angst
Slaafse volgzzaamheid
Actief verzet
...



A

Medewerkers hebben vooral richting en sturing nodig, anders gebeurt er niks.

Het komt er dus op aan héél duidelijk te zijn over wat we van onze medewerkers verwachten en goed op te volgen of deze verwachtingen worden ingelost.



Passiviteit
Angst
Slaafse volgzzaamheid
Actief verzet
...



A

C



A-

Micromanagement
Tunnelvisie



Rol van de context



Visie ontwikkelen

Verandering implementeren

Taken delegeren

Feedback geven

Beleid uitwerken

Evaluatie

Besluitvorming

Moeilijke gesprekken voeren

Kader creëren

Afspraken maken



Take home message



- 1 ABC vormt een **universele sleutel** tot veerkracht.
- 2 Een vinger aan de ABC-pols bij medewerkers draagt bij tot het ontwikkelen van een **duurzaam en preventief welzijnsbeleid**.
- 3 Een **motiverende aanpak** = aanpak vanuit een ABC-mindset.
- 4 Het (leiderschaps)kompas geeft **inzicht** in dynamieken op de werkvloer en geeft **richting** aan (meer) motiverende alternatieven.
- 5 Voortdurende '**calibratie**' is noodzakelijk!





Dank voor je
motivatie 😊

.....

 **impetus.academy**
growing companies through people



info@impetus.academy



www.impetus.academy