

Je motivatie onder de loep

Een opdracht voor ouders van studiekeizers

Er bestaan zes typen motivatie. Drie van die typen zijn gebaseerd op het 'zelf willen', de andere drie zijn gebaseerd op het 'moeten' van jezelf of van anderen. Het is dus belangrijk dat je zoon/dochter erachter komt wat hij /zij graag zélf wil. Dit leidt tot het meeste succes en welbevinden tijdens een studie.

Om hier samen achter te komen kun je met je hem/haar in dialoog gaan met behulp van onderstaande vragen over dagelijkse of wekelijkse activiteiten. Elk van deze vragen zijn gebaseerd op één type motivatie. De eerste drie vragen gaan over het 'zelf willen', de laatste drie over het 'moeten'. Het is belangrijk om de antwoorden van de eerste drie vragen te onthouden. Die antwoorden zijn namelijk belangrijke richtingaanwijzers bij het vinden van een passende studiekeuze. De antwoorden op de laatste drie vragen laten zien bij welke activiteiten je kind zich laat leiden door interne druk, externe druk, of anderen. Het is aan te bevelen deze motivatie zoveel mogelijk te vermijden bij het maken van (studie)keuzes.

1 | Welke activiteiten vind je interessant en erg leuk om te doen? Waarom?

.....
.....
.....

2 | Welke activiteiten vind je belangrijk om te doen? Waarom is dat zo?

.....
.....
.....

3 | Welke activiteiten doe je om jouw persoonlijke doelen te bereiken? Leg eens uit.

.....
.....
.....

4 | Welke activiteiten doe je om jouw imago of zelfvertrouwen te behouden? Vertel.

.....
.....
.....

5 | Welke activiteiten doe je vanwege een 'beloning' of juist om een 'straf' te vermijden? Licht eens toe.

.....
.....
.....

6 | Bij welke activiteiten heb je geen redenen (meer) om ze te doen, maar doe je toch? Waarom is dat?

.....
.....
.....

Misschien ook interessant: De opdracht 'Onttrafel je motivatie'. Klik [hier](#) voor meer informatie.