

Academy Talks



Motivation Booster

10 tips

om jouw motivatiepotentieel
vrij te maken





10 tips om jouw motivatiepotentieel vrij te maken

Opgesteld door Gwendolyn de Zanger



1

Gebruik authentieke en/of geloofwaardige situaties

Plaats jouw cursisten in situaties waarmee ze in hun werkomgeving daadwerkelijk te maken krijgen. Aarzel bijvoorbeeld niet om ze te vragen een situatie te kiezen waaraan ze tijdens jouw opleiding willen werken. Het verankeren van de activiteiten in hun professionele realiteit is een zeer motiverende factor.

Gebruik case studies / rollenspelen / simulaties door een geloofwaardig scenario voor te stellen dat zo dicht mogelijk bij de professionele context van jouw cursisten ligt, om hen te stimuleren zich in de voorgestelde activiteit te verdiepen. Je kunt bijvoorbeeld voorbeelden van situaties verzamelen bij jouw cursisten voordat je de activiteit opzet.





2

Varieer de aanbestedingsvorm van het leermateriaal

Aarzel niet om de leermaterialen die je tijdens jouw opleiding gebruikt te variëren. Elke cursist is uniek, dus door afwisseling aan te brengen kun je zoveel mogelijk mensen aanspreken en voorkomen dat er een zekere vermoeidheid/voorspelbaarheid optreedt.

Enkele voorbeelden: video, vlog, podcast, audiobestand, diagram/schema, foto/afbeelding, post-it, kaart, mindmap, concept map, tekstbestand, presentatie, boek, artikel, verslag, e-mail, samenvatting, quiz, whiteboard, website, commentaar, enz.

Kies het medium dat bij jouw activiteit past, niet andersom.



3

Wissel de interactiemethoden af

Hier vind je twee voorbeelden van methoden om interactie te stimuleren:

› Het bewegende debat:

Print twee “eens” / “oneens” bordjes en een paar (max. 3) stellingen waarvoor de deelnemers een kant zullen moeten kiezen. Markeer twee verschillende gebieden op de vloer en plaats een bord in elk gebied. Start een timer (afhankelijk van de gewenste duur, maximaal 20 minuten). Leg het principe uit: je brengt een stelling en de deelnemers moeten een kant kiezen: akkoord, niet akkoord. Ze zijn verplicht een standpunt in te nemen. Elke partij krijgt dan de gelegenheid om elk om beurt te spreken (één persoon en één argument per beurt) en iedereen die door een argument wordt overtuigd, kan van kant wisselen. Stop het debat wanneer de tijd om is of wanneer de argumentenronde voorbij is.

Deze activiteit kan online worden gebracht met behulp van de chat, hand opsteken of live reacties om een kant te kiezen. Het is ook geschikt voor opleidingen over allerlei thema's.

› De collaboratieve wiki:

Een wiki maken rond de opleiding met alle cursisten is een uitstekende manier om interactie en samenwerking te stimuleren tussen cursisten onderling, maar ook tussen cursisten en inhoud, en zelfs tussen de trainer en cursisten. Elke deelnemer kan categorieën, artikelen en inhoud toevoegen die dan door de hele groep worden bewerkt. De cursisten kunnen ook reacties/commentaren plaatsen.





4

Haal het meeste uit storytelling

“We are, as a species, addicted to story. Even when the body goes to sleep, the mind stays up all night, telling itself stories.”

– Jonathan Gottschall

Verhalen vertellen is een uitstekend onderdompelingsinstrument voor cursisten. Je kunt bepaalde activiteiten introduceren door een anekdote, een waargebeurd verhaal, een beroepssituatie te gebruiken om de context uit te leggen of een activiteit op een natuurlijke manier in te leiden.

Je kunt storytelling ook gebruiken als leidraad voor jouw training door het verhaal in elke fase van de training te ontwikkelen. Het verhaal, ook al is het fictief, moet herkenbaar zijn voor de cursisten om een maximale onderdompeling te garanderen. Het zal voor hen gemakkelijker zijn de draad te volgen als zij zich met het verhaal identificeren.



5

Betrek de cursist bij beslissingen of keuzes en zorg voor genoeg vrijheid

Houd een goed evenwicht tussen structuur en vrijheid. Te veel structuur in een leertraject kan schadelijk zijn voor de autonomie van de cursist. Bied je cursisten dus keuzes aan:



› **Meerdere keuzes:** Bied je cursisten verschillende mogelijkheden; dat zal hun behoefte aan keuzevrijheid bevredigen, terwijl jij weet wat je kunt verwachten door de vooraf gedefinieerde keuzes. Het is belangrijk dat elke keuze een andere uitkomst heeft, dat niet alle keuzes naar hetzelfde punt leiden. Je kunt bijvoorbeeld een lijst van manieren aanbieden om een taak te volbrengen of een poll aanbieden om te bepalen wat het volgende punt zal zijn.

Een andere creatieve manier om storytelling en keuzes te combineren is het aanbieden van een interactief verhaal over jouw opleiding. Interactieve storytelling is een vorm van entertainment (vaak digitaal) waarbij het scenario niet van tevoren vastligt. De auteur bepaalt waar het verhaal plaatsvindt, het scenario en andere verhaalelementen, maar de gebruiker

ervaart een gepersonaliseerd verhaal op basis van zijn interacties en keuzes. Ontdek enkele gratis tools voor het maken van een interactief verhaal: <https://donjon.fi/>, <https://moiki.fr/en> en <https://twinery.org/>.

› **Open keuze:** Dit is soms minder comfortabel voor de trainer omdat het de deur openzet voor het onverwachte, maar wordt zeer gewaardeerd door de cursisten (bv. wanneer ze de strategie van hun keuze kunnen toepassen om een probleemsituatie op te lossen). Wanneer je een open keuze aanbiedt, moet je daar ook tijd voor voorzien in jouw training, omdat dit hoogstwaarschijnlijk zal leiden tot interessante opmerkingen/thema's die je wilt onderzoeken.

Je kunt verder ook een toevalsfactor toevoegen door jouw cursisten het gebruik van een wiel aan te bieden (bv. <https://pickerwheel.com/>).



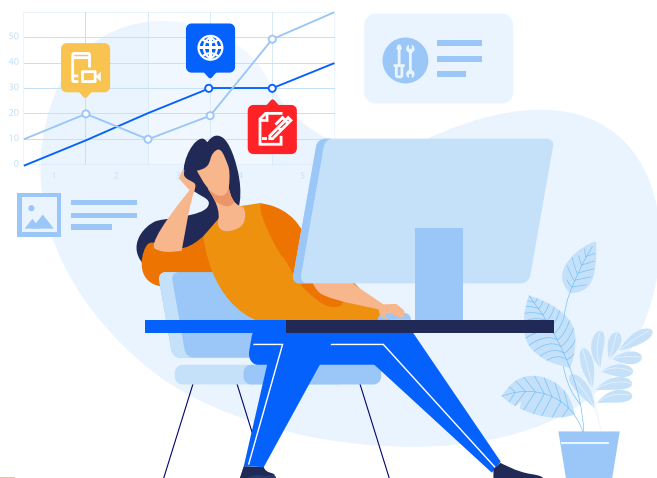
6

Zorg voor uitdagingen

Geef jouw cursisten de kans om zichzelf uit te dagen, hun kennis te testen en de vaardigheden waaraan ze tijdens de opleiding hebben gewerkt te oefenen.

Bied hen bijvoorbeeld een uitdaging die verschillende vaardigheden combineert, die informatie uit verschillende hoofdstukken/secties met elkaar in verband brengt, om hen te stimuleren hun kennis te bundelen, gemakkelijker verbanden te leggen en deze kennis vervolgens in de praktijk toe te passen.

Uitdagingen hoeven niet bepaald tegen het einde van de opleiding plaats te vinden, het is zelfs verstandig om ze gedurende de hele opleiding in te lassen om de cursisten betrokken te houden.



7

Voer beloningssystemen in

Dopamine is een uitstekend middel om jouw cursisten te motiveren. DopaWAT? Dopamine, ook bekend als het “gelukshormoon”, is eigenlijk een neurotransmitter die ons een gevoel van voldoening geeft wanneer we bepaalde handelingen verrichten (onmiddellijke bevrediging). Het speelt een cruciale rol in onze aandachtsspanne en verslavingen.

Het opzetten van beloningssystemen zal het dopamineniveau van jouw cursisten stimuleren. Hier zijn enkele soorten beloningen:

› Geplande beloningen:

De beloning wordt geactiveerd bij bepaalde acties en prestaties.

› Willekeurige beloningen:

De beloning is onverwacht. Dit is het beloningssysteem dat sociale netwerken gebruiken door oninteressante/interessante inhoud af te wisselen en is verslavend door het vrijgeven van dopamine-shots.

› Tijdgebonden beloningen:

De beloning is gekoppeld aan een tijdsbestek. Je kunt bijvoorbeeld cursisten belonen die een week lang elke dag het platform hebben bezocht (= streak-concept).

› Badges:

Je kunt ook badges maken en uitdelen om een prestatie te vieren. Denk eraan de moeilijkheidsgraad van het behalen van badges geleidelijk op te voeren om de cursisten te stimuleren en ze spaarzaam uit te delen. Iets zeldzaams is altijd begeerlijker.

› Unlockable inhoud:

Bied cursisten die een leertraject hebben voltooid bijvoorbeeld de mogelijkheid om zichzelf uit te dagen door extra inhoud te ontgrendelen.





8

Maak visualisatie van de vooruitgang mogelijk

Het visualiseren van de niveaus/stappen en de te bereiken doelstellingen helpt de cursist zijn/haar weg door de opleiding te vinden. Je kunt bijvoorbeeld een tijdlijn, een voortgangsbalk, een percentage van voltooiing, een evoluerende lijst van stappen, een checklist of niveaus (waarvan je de titels kiest) gebruiken om de cursist te laten zien hoever hij of zij is gekomen en wat er nog moet gebeuren.



9

Maak het zinvol Verwijs naar de doelstellingen

Jouw cursisten moeten het “waarom” begrijpen om actief aan een leeractiviteit deel te nemen. Vergeet niet voor en na elke activiteit te verwijzen naar de leerdoelen om zin te geven aan wat ze doen. Zo kan er ook worden nagedacht over het doel en wat er is bereikt.

Om jouw praktijk te variëren, kun je ook een leeractiviteit voorstellen en de context en het proces duidelijk uitleggen tijdens de “take-off”-fase, zonder de leerdoelen meteen te onthullen. Vervolgens kun je de bereikte doelen uitleggen en met de groep bespreken tijdens de debriefingsfase van de activiteit. Niet over alle informatie beschikken bij aanvang kan ook een goede stimulans zijn voor sommige leerprofielen.





10

Prikkel nieuwsgierigheid

Nieuwsgierigheid kan jouw beste bondgenoot zijn bij het motiveren en betrekken van de cursisten. Een duidelijke structuur bieden is noodzakelijk en geruststellend, maar enige ruimte laten voor het onbekende/verrassende kan jouw cursisten aanmoedigen om interessante wegen te verkennen.

Bijvoorbeeld: Stimuleer cursisten om informatie te verzamelen buiten het verstrekte materiaal, plaats ze in een ontdekkingsituatie (geef ze de vrijheid om een onderwerp te verkennen), en beperk kant-en-klare of voorgekauwde inhoud.

Een essentiële voorwaarde voor het stimuleren van nieuwsgierigheid en verkenning is het openstaan voor fouten.

