

MOTIVEREND LESGEVEN **HOE? ZO!**

Een praktisch en wetenschappelijk gefundeerd
kader waarin **effectieve didactiek** en
motivatiepsychologie samenkomen tot
motiverend lesgeven

Inhoudsopgave

Inleiding	3
Wat is motiverend lesgeven?	4
Hoe geef je motiverend les?.....	6
Jouw hefboom: kleine aanpassingen, grote impact.....	7
Professionaliseren voor motiverend lesgeven	9
Uitnodiging tot actie	11
Werkvorm “Motiverende lesmomenten”	12
Bronnen	13

Inleiding

Verskillende recente publicaties (zoals de Staat van het Onderwijs, PISA, OESO) verwijzen naar een dalende trend in leerprestaties en motivatie. Daarbij zien we dat er veel debat wordt gevoerd in het onderwijs over wat daartoe de beste oplossing is. Hierdoor lijkt de focus in dit onderwijsdebat te gaan naar het een **of** het ander. Aan de ene kant een roep om effectiever lesgeven. Aan de andere kant argumenten voor meer eigenaarschap en betekenisvol leren. Voor ons is dit een te eenzijdige benadering. Wij willen niet kiezen tussen het een of het ander. Wij denken dat je het beste uit beide werelden kunt combineren.

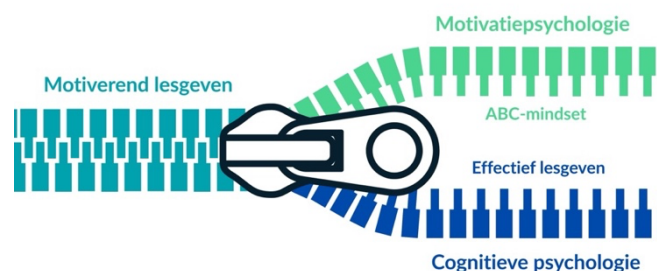
“In plaats van de ene discipline (motivatiepsychologie) ondergeschikt te maken aan de andere (effectieve didactiek), is een kruisbestuiving tussen beide nodig. Zo wordt $1 + 1 = 3$.”

- Maarten Vansteenkiste, april 2025 -

We weten dat kennis ertoe doet. Een stevige, gedeelde kennisbasis is cruciaal voor diepgaand en duurzaam leren, de ontwikkeling van complexe vaardigheden én voor gelijke kansen op zelfontplooiing en volwaardige deelname aan de samenleving. De afgelopen jaren is dan ook terecht geïnvesteerd in vakmanschap, met meer aandacht voor inzichten uit de cognitieve psychologie. We denken dan onder andere aan directe instructie, gestructureerde kennisopbouw en het benutten van de kennis van het geheugen. Dit alles helpt leerlingen effectief te leren. Maar deze kennis alleen is niet genoeg. We willen namelijk ook dat leerlingen leren kritisch te denken, problemen op te lossen en complexe teksten te begrijpen. In de praktijk blijkt dat deze doelen lastig te realiseren zijn als leerlingen niet betrokken zijn, zich niet gezien voelen of niet begrijpen waarom het ertoe doet. Daarom breken wij graag een lans voor de kennis en inzichten uit de motivatiepsychologie. Wij zien een nadrukkelijke meerwaarde in het bij elkaar brengen van deze twee, door de wetenschap gefundeerde, werelden (cognitieve psychologie en motivatiepsychologie).

Het samenspel van cognitie en motivatie

Het is geen kwestie van **óf** kennis, **óf** motivatie. De sleutel ligt in de combinatie. Zie het als een ritssluiting: aan de ene kant kennis en instructie, aan de andere kant motivatie en betrokkenheid. Pas wanneer beide zijden goed op elkaar aansluiten, ontstaat er iets stevigs – onderwijs dat zowel effectief als betekenisvol is. Motiverend lesgeven betekent dus dat je bouwt aan een sterke kennisbasis én aandacht hebt voor de motivatie van leerlingen, zodat beide zijden van de rits elkaar versterken.



Reflectievragen:

- Wanneer heb jij ervaren dat kennisoverdracht én motivatie samenkwamen in je lespraktijk?
- Wat deed jij toen anders – en wat deed dat met je leerlingen?

Wat is motiverend lesgeven?

Motiverend lesgeven is structuur bieden en ruimte geven tegelijk. Het gaat om het ontwerpen van een leeromgeving die leerlingen helpt zich te ontwikkelen, vol te houden en tot bloei te komen – juist ook wanneer leren uitdagend is. Hierbij worden de psychologische basisbehoeften van leerlingen serieus genomen en stevig verankerd in didactiek en kennisoverdracht.

Motivatie alleen is niet genoeg

Alle motivatie ten spijt: zonder stevige kennisbasis valt er weinig op te bouwen. Leerlingen kunnen pas kritisch denken, problemen oplossen en complexe teksten begrijpen als ze voldoende kennis en vaardigheden hebben om op terug te vallen. Hier komt de kracht van de cognitieve psychologie om de hoek kijken, met onder andere principes als:

- Het belang van voorkennis
- Werken met duidelijke modellen en voorbeelden
- Het beperken van cognitieve belasting (door leerstof overzichtelijk te structureren en niet te veel tegelijk aan te bieden)
- Het belang van herhaling, oefening en feedback

Deze inzichten vormen de basis van effectief leren. Verschillende onderzoeken en publicaties hebben ons doordrongen van het feit dat bepaalde zaken effectief zijn in onderwijs. Toch is ook dat niet genoeg als een leerling zich onveilig voelt, niets met de stof heeft of het gevoel heeft dat het toch niet lukt.

“Het is juist de *hoe* die maakt of het *wat* effectief wordt overgebracht.”

De motivatiepsychologie biedt een complementair antwoord op de vraag *waarom* effectieve didactiek werkt. Door effectieve didactiek te benaderen door de bril van de motivatiepsychologie zie je niet alleen *wat* effectief is, maar ook nog eens *hoe* het effectief blijft.

ABC als fundament voor motivatie

De zelfdeterminatietheorie (ZDT) sluit naadloos aan op inzichten uit de cognitieve psychologie en biedt een krachtig en praktisch raamwerk (Ryan & Deci, 2017). De theorie stelt dat motivatie floreert wanneer drie psychologische basisbehoeften worden vervuld:

- **Autonomie:** het gevoel regie te hebben over eigen gedrag
- **verbondenheid:** het gevoel erbij te horen
- **Competentie:** het gevoel ergens goed in te zijn

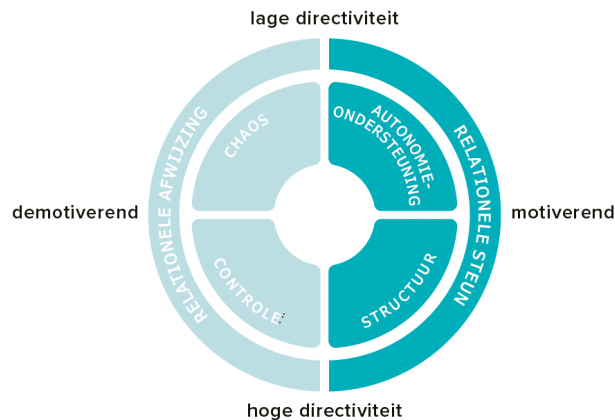
Onderwijs dat structureel aandacht geeft aan deze behoeften, leidt tot meer betrokkenheid, betere prestaties én meer welzijn (Howard et al., 2021).

Leerlingen leren dus het best wanneer ze zich autonoom, verbonden en competent voelen. Motiverend lesgeven begint bij het bewust en actief ondersteunen van die psychologische basisbehoeften. Dan ontstaat er ruimte voor leren – ook als het moeilijk wordt. Zo versterkt effectieve instructie het gevoel van competentie, terwijl betekenisvolle opdrachten en ruimte voor eigen inbreng autonomie en verbondenheid bevorderen. Hiermee ontstaat een krachtige synergie tussen effectief leren en motivatie. Die wederkerigheid is de kracht van motiverend lesgeven – en hierin kun jij als onderwijsprofessional dagelijks het verschil maken.

Motiverend lesgeven: een dynamisch evenwicht

Tegemoetkomen aan de psychologische basisbehoeften vraagt om een dynamisch evenwicht tussen autonomie-ondersteuning én structuur bieden (Jang, Reeve & Deci, 2010). De kunst is om structuur (t.b.v. competentie) aan te vullen met autonomieondersteuning (t.b.v. autonomie) en relationele steun (t.b.v. verbondenheid). Het samenspel tussen deze drie maakt onderwijs effectief en duurzaam motiverend. Recent wetenschappelijk onderzoek (Aelterman et al., 2019) onderscheidt voor motiverend onderwijs vier stijlen:

- Autonomie-ondersteunend
- Structurerend
- Controlerend
- Chaotisch



Deze stijlen zijn samengebracht in een kompas; een visueel hulpmiddel dat laat zien hoe een chaotische en controlerende lesgeefstijl de basisbehoeften ondermijnen terwijl een autonomie-ondersteunde en structurerende lesgeefstijl de basisbehoeften juist ondersteunen.

Het kompas rust op de overtuiging dat motivatie groeit waar mensen zich autonoom, verbonden en competent voelen. Daarom is het ABC niet slechts een checklist, maar het fundament onder het hele kompas. Door bewust af te wisselen tussen het bieden van structuur en het ondersteunen van autonomie, geef je concreet vorm aan die drie psychologische basisbehoeften in de klas.

Reflectievragen:

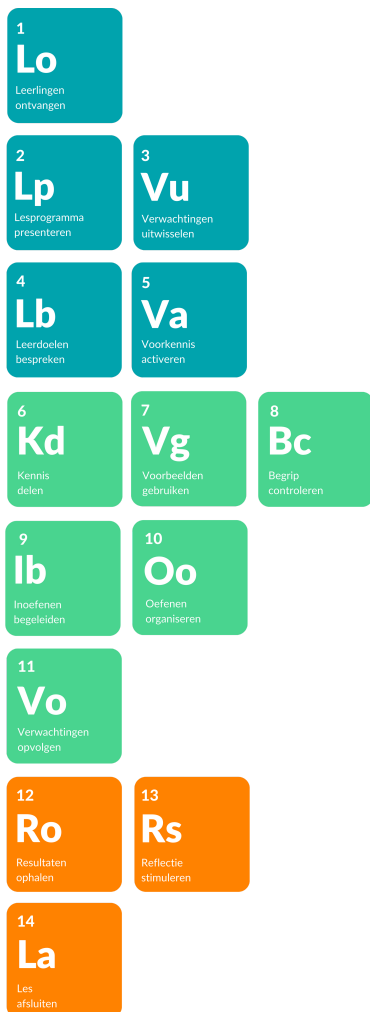
- Hoe herken jij het ABC in jouw klas of school?
- Hoe typeer jij je eigen lesgeefstijl? Waar op het lesgeefkompas sta jij meestal?
- Welke balans ervaar jij tussen structuur en autonomie-ondersteuning in jouw les?

Hoe geef je motiverend les?

In de afgelopen jaren is er, mede dankzij publicaties als Wijze lessen en Doorloopjes steeds meer aandacht voor het toepassen van inzichten uit (cognitief) wetenschappelijk- en praktijkonderzoek in de les.

We zien in de onderwijspraktijk dat leerlingen hierdoor effectiever leren.

Maar we zien ook dat in veel lessen vooral de docent het hardst aan het werk is in de les. Hoe mooi zou het zijn als leerlingen meer autonoom, vanuit willen in plaats van moeten, in beweging komen?



Voor ons boek *Motiverend lesgeven. Hoe? Zo!*

hebben we daarom deze inzichten uit de cognitieve psychologie (over de werking van het geheugen) verrijkt met inzichten uit de motivatiepsychologie (over de psychologische basisbehoeften) en inzichten over zelfregulerend leren (over variatie in de mate van sturing).

We selecteerden en verdeelden 14 concrete elementen in drie opeenvolgende en samenhangende fases van een les:

- Kop
- Romp
- Staart

We kwamen tot deze 14 elementen, omdat het volgens ons momenten in de les zijn waarop jij het initiatief neemt om, pedagogisch en didactisch, het leerproces van de leerlingen te voeden en begeleiden. Het zijn momenten waarop je motiverende condities kan creëren voor de leerlingen, zodat zij hun (vak)kennis en vaardigheden kunnen opbouwen én verantwoordelijkheid nemen voor het sturen van hun eigen leerproces.

Het is overigens niet zo dat alle elementen altijd én in dezelfde volgorde in iedere les terug moeten komen. De meest effectieve combinatie en volgorde van de elementen is onder andere afhankelijk van de leerdoelen, de beginsituatie en behoeften van je leerlingen, het zelfstandigheidsniveau van de groep en de beschikbare tijd en middelen. De elementen kunnen je helpen om inzicht te krijgen in waar voor jou de hefboom zit om je les (nog) motiverender te maken.

Motiverend lesgeven vraagt geen complete revolutie, maar wel bewuste keuzes. Het begint met kleine, concrete docentgedragingen die de basisbehoeften van leerlingen ondersteunen.

Reflectievragen:

- Wanneer merk je dat motivatie onder druk staat?
- Op welk moment in jouw les merk je juist dat leerlingen het meest gemotiveerd zijn?
- Welke elementen uit het overzicht gebruik je al? Welke zou je bewuster willen inzetten?

Jouw hefboom: kleine aanpassingen, grote impact

Motiverend lesgeven hoeft niet groot of complex te zijn. Juist kleine aanpassingen in je pedagogisch- en/of didactisch handelen, op basis van het ABC, kunnen veel verschil maken. Door gericht in te spelen op een basisbehoefte, zet je een hefboomwerking in gang: kleine aanpassing, grote opbrengst. Niet alleen neemt de motivatie toe, ook het vertrouwen, het leerplezier en de interactie in de klas verbeteren merkbaar. Hierbij enkele voorbeelden van waar een hefboom zou kunnen zitten, uitgewerkt per psychologische basisbehoefte.



Hoe? Zo!

Autonomie ondersteunen

Autonomie gaat niet over 'alles mogen bepalen', maar over het ervaren van invloed en keuzeruimte binnen duidelijke kaders. Om leerlingen hierbij te ondersteunen vraagt dat om een nieuwsgierige grondhouding van de docent.

Wat werkt:

- Gebruik uitnodigende taal: "Je kunt proberen om..." i.p.v. "Je moet..."
- Leg het doel van een les uit en verbind het aan iets relevants.
- Geef betekenisvolle keuzes, zoals kiezen tussen opdrachten of werkvormen

Resultaat: Leerlingen ervaren eigenaarschap en worden actiever in hun leerproces.

Verbondenheid versterken

Een veilige, positieve relatie tussen leerling en docent én tussen leerlingen onderling vormt de basis van een motiverend leerklimaat. Om deze verbondenheid als docent te versterken vraagt dat om een zorgzame grondhouding van de docent.

Wat werkt:

- Gebruik namen, begroet leerlingen bij binnenkomst.
- Toon oprechte belangstelling voor hoe het gaat.
- Stimuleer samenwerking en zorg voor een inclusieve sfeer.

Resultaat: Leerlingen voelen zich gezien, durven fouten te maken en blijven betrokken.

Competentie opbouwen

Leerlingen hebben behoefte aan het gevoel: "Ik kan dit – of ik kan dit leren." Het opbouwen van dit gevoel van competentie vraagt van de docent om een procesgerichte grondhouding.

Wat werkt:

- Bied duidelijke uitleg, kleine stappen en structuur.
- Geef gerichte feedback: wat ging goed, wat kan beter en hoe?
- Laat succeservaringen opdoen door te starten op het juiste niveau.

Resultaat: Leerlingen bouwen vertrouwen op, durven door te zetten en ervaren vooruitgang.

De kracht van de combinatie

Iedere leerling wil ervaren dat je jezelf mag zijn, het gevoel hebben dat je erbij hoort en vooruitgang boeken. Dat zijn geen luxevoorwaarden, maar psychologische basisbehoeften die essentieel zijn voor motivatie – en daarmee voor leren. Als docent heb je dagelijks invloed op hoe deze behoeften worden

vervuld. Dáár begint motiverend lesgeven. Wanneer leerlingen zich competent voelen, zich verbonden weten en invloed ervaren, ontstaat er ruimte voor leren – ook als het moeilijk wordt. En als dat leren goed wordt ondersteund, groeit ook de kwaliteit van hun motivatie. Die wederkerigheid is de kracht van motiverend lesgeven. Dus geen lijstje met losse trucs, maar een manier van kijken en handelen. Of het nu gaat om een groepsopdracht, klassikale uitleg of zelfstandig werk: in elk moment van je les kun je bijdragen aan motivatie.

Voorbeeld

Een docent Nederlands laat leerlingen kiezen uit drie schrijfonderwerpen (autonomie), geeft structuur door het schrijven stap voor stap te begeleiden (competentie) en laat leerlingen elkaar halverwege de les feedback geven op (de voortgang van) elkaars werk (verbondenheid). Zo ontstaat motivatie vanuit betrokkenheid, duidelijkheid én verbinding.

Reflectievragen:

- Wat is één concrete aanpassing die je kunt doen om autonomie, verbondenheid en/of competentie te ondersteunen?
- Wat verwacht je dat dit oplevert voor het leerklimaat in jouw klas?

Professionaliseren voor motiverend lesgeven

Motivatieve interventies zonder structurele inbedding kunnen leiden tot meer werkdruk en teleurstelling. Een cultuur waarin motivatie floreert, vraagt om teamleren, gedeeld leiderschap en visie-gedreven professionalisering. Motiverend lesgeven vraagt zodoende om kennis én voortdurende professionele ontwikkeling. Professionalisering betekent in dit kader: bewust bouwen aan een onderwijspraktijk waarin de ABC-behoefte niet alleen voor leerlingen, maar óók voor alle onderwijsprofessionals centraal staan. Want wie zich autonoom, verbonden en competent voelt, heeft de ruimte en energie om motiverend te kunnen werken.

Professionalisering met een ABC-mindset

Onderwijsprofessionals ontwikkelen zich duurzaam als er aandacht is voor:

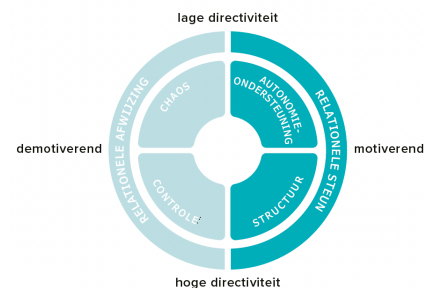
- **Autonomie:** ruimte om eigen keuzes te maken in de les én in de eigen ontwikkeling;
- **verbondenheid:** samenwerken in een teamcultuur waarin leren met én van elkaar centraal staat;
- **Competentie:** ervaren dat je groeit, sterker wordt in je vak, en de tools hebt om leerlingen goed te begeleiden.

Deze mindset sluit naadloos aan bij wat onderzoek laat zien over effectieve professionalisering: duurzame groei ontstaat wanneer docenten zichzelf als lerende professionals zien, in verbinding met collega's en zich ontwikkelen door actief te reflecteren op, experimenteren met en leren in hun eigen lespraktijk.

Goede professionaliseringstrajecten bieden daarbij niet alleen inhoudelijke richting (structuur), maar ook perspectiefneming en betekenisvolle keuzes (autonomie-ondersteuning). Denk aan duidelijke leerdoelen en stappen, gecombineerd met ruimte om eigen accenten te leggen of zelf leerbehoeften in te brengen.

Wat werkt?

Motivatie groeit waar docenten zich autonoom, verbonden en competent voelen. Daarom dient het ABC ook bij professionalisering als fundament. Door bewust af te wisselen tussen het bieden van structuur en het ondersteunen van autonomie, geef je concreet vorm aan die drie psychologische basisbehoeften in de professionalisering binnen het team. Denk hierbij aan:



- A. Ruimte voor (persoonlijke) doelen stellen, keuzes maken en reflecteren op het eigen handelen (autonomie-ondersteuning);
- B. Leren met én van collega's in leerteams of intervisie, gericht op persoonlijke en gedeelde praktijkvragen (relationele steun).
- C. Heldere succescriteria en gedragsverwachtingen, als referentie voor feedback en ontwikkeling (structuur);

Door elkaar te coachen in de klas vanuit een cyclische, persoonlijke en praktijkgerichte benadering maak je structureel (i.p.v. incidenteel) werk van motiverend lesgeven. Denk hierbij aan:

- o **Observeren** – Wat zie ik de leerlingen in de klas doen?
- o **Reflecteren** – Welke ABC-component staat hier mogelijk onder druk?
- o **Handelen** – Wat kan ik doen om dit te versterken?

- o **Leren** – Wat leer ik hiervan over mijn eigen aanpak of overtuigingen?

Deze aspecten versterken elkaar én sluiten aan bij de ABC-behoeften de onderwijsprofessionals. Ook hier geldt: een krachtige leeromgeving voor docenten ontstaat als zij in hun professionalisering zélf ervaren wat zij hun leerlingen gunnen – duidelijke kaders en doelen (structuur), gecombineerd met ruimte voor eigen invulling, tempo en accenten (autonomie-ondersteuning).

Het ABC als fundament van ons aanbod

Hoewel we het nog niet eerder letterlijk benoemden zijn deze lagen impliciet aanwezig in ons aanbod:

- Inspireren: bewustwording creëren, inzichten aanreiken;
- Trainen: oefenen en versterken van motiverende pedagogische en didactische vaardigheden;
- Begeleiden: reflectie en toepassing in de praktijk ondersteunen.

Binnen dit aanbod hanteren we principes waarvan we weten dat ze werken, onderbouwd door inzichten uit onderzoek én praktijk.

Hiermee werken we samen met teams stap voor stap aan motiverend onderwijs. Altijd met het kompas als richtinggevend en praktisch model waarin structuur en autonomie-ondersteuning de sleutelvoorwaarden zijn. Niet als tegenpolen, maar als complementaire krachten: structuur zorgt voor duidelijkheid en richting, autonomie-ondersteuning voor betrokkenheid en eigenaarschap. Diezelfde balans zoeken we ook in onze manier van begeleiden: we bieden structuur via een duidelijke en overzichtelijke opbouw, gepaste hulp en motiverende feedback, en ondersteunen autonomie via onder andere keuzemogelijkheden, perspectiefneming en ruimte voor eigen leerdoelen. Zo maken we van professionalisering een motiverende ervaring. Professionalisering voor motiverend lesgeven is dus geen losse training, maar een cultuur. Een cultuur waarin het ABC niet alleen richting geeft aan lesgeven, maar ook aan leren van professionals zelf.

Reflectievragen:

- Wat betekent professionele ontwikkeling voor jou persoonlijk?
- In hoeverre ervaar jij in je eigen ontwikkeling structuur én autonomie-ondersteuning?
- Waar zie jij al werkzame elementen van effectieve professionalisering terug in je school? Waar liggen kansen?

Uitnodiging tot actie

Deze whitepaper beoogt niet een blauwdruk te bieden, maar een kader en aanmoediging. Of je nu voor de klas staat, aan curriculumontwikkeling werkt of onderwijsvisie vormgeeft – je maakt deel uit van het motiverend evenwicht. We nodigen je uit om met een frisse blik te kijken naar wat er al werkt, waar ruimte zit voor ontwikkeling en wat jij of jullie morgen anders kunnen doen.

Of je nu startend bent of een ervaren kracht, motiverend lesgeven vraagt om een ontwikkelingsgerichte houding. Het is zowel een individuele verantwoordelijkheid als een gezamenlijke ambitie. In professionele leergemeenschappen, schoolbrede visies en gerichte begeleiding kan die ambitie beklijven – en werkelijkheid worden. Met deze whitepaper willen we je uitnodigen het begin van die beweging in te zetten.

Reflectievragen:

- Wat is voor jou de belangrijkste *eyeopener* uit deze whitepaper?
- Welke eerste stap wil jij zetten richting meer motiverend lesgeven?

Werkvorm “Motiverende lesmomenten”

Voorbereiding: laat iedereen in het team een 'ABC-actie' formuleren voor de komende lesweek en kom daar later gezamenlijk of 1-op-1 op terug.

Doel: Reflecteren op hoe motiverende elementen op basis van het ABC terugkomen in de eigen lesfasen, en kansen signaleren voor versterking.

Voor wie: Docerenteams, vakgroepen of individuele docenten

Duur: 45–60 minuten

Benodigdheden: overzicht van de elementen | grote papieren vellen of whiteboards | ‘post-its’ en pennen/stiften | eventueel op een a4 geprinte reflectievragen.

Tip: Laat alle deelnemers bij elke stap eerst individueel nadenken over de vraag en deze voor zichzelf beantwoorden. Daarna in duo's bespreken. Daaropvolgend eventueel nog in viertallen.

Stappen:

0. Terugkijken op een eigen les (±5 min)

Denk terug aan een recente les. Beantwoord voor jezelf:

- Wanneer was motivatie ver te zoeken?
- Wanneer waren je leerlingen gemotiveerd?

1. (On)Gewenste effecten (±10 min)

- Welke (on)gewenste effecten heb je ervaren in de les (die je moeilijk vindt te verklaren)?

2. In kaart brengen (±10 min)

- Wat was feitelijk wat jij deed voor dat moment?
- Bekijk welk element hier een rol speelde.

3. ABC-bril (±10 min)

- Bekijk de situatie door de ‘ABC-bril’.
- Welke basisbehoeften van je leerlingen werden niet of juist wel ondersteund?

4. Vertalen naar actie (±15 min)

- Wat kan je, kijkend naar de elementen, toevoegen?
- Meer structuur?
- Meer autonomie ondersteuning?
- Hoe wil je dit gaan aanpakken?

Bronnen

- Aelterman, N., et al. (2019). Towards an integrative model of teachers' motivating style. *Educational Psychology Review*, 31(1), 97–121.
- Cheon, S.H. et al. (2018). Why autonomy-supportive interventions work. *Teaching and Teacher Education*.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- Dousi, Moeke, Van Nieuwenhuijze & Aelterman (2025). *Motiverend Lesgeven. Hoe? Zo!* Lannoo Campus.
- Howard, J.L. et al. (2021). Student motivation and associated outcomes... Perspectives on *Psychological Science*.
- Jang, H., Reeve, J., & Deci, E. L. (2010). Engaging students in learning activities: It is not autonomy support or structure but autonomy support and structure. *Journal of Educational Psychology*, 102(3), 588–600.
- Rosenshine, B. (2012). *Principles of Instruction: Research-Based Strategies That All Teachers Should Know*. American Educator.
- Ryan, R.M. & Deci, E.L. (2017). *Self-determination theory*. The Guilford Press.
- Vansteenkiste & Soenens (2025). *Het ABC van motivatie in onderwijs*. Lannoo.