



Wisebit 195: Ben je sneller met een bom?

Opdrachten gemaakt door Katrien van de Gevel, ICLON, Universiteit Leiden

Leerdoel

Leerlingen kennen de Fight- Flight response

Leerlingen kennen verschillende motivatietheorieën

Inleiding

In het filmpje wordt gesuggereerd dat je boven jezelf kan uitstijgen als je in levensgevaar verkeert. Maar is dat eigenlijk wel zo? Heb jij jezelf wel eens verstoeld doen staan? iets gepresteerd dat je vooraf niet voor mogelijk had gehouden? Een record op de 100 meter sprint of een geweldige prestatie op een wiskundetoets. En welke factoren waren dan van invloed? Had het met je motivatie te maken?

Opdrachten

1. Hoe reageert het lichaam op acute stress? Canon beschrijft dat in de zogenaamde Fight Flight Response (in het Nederlands vecht – vluchtreactie) is een bekende theorie over wat er gebeurt met mensen en dieren die in acuut levensgevaar zijn. Lees het stukje over de vecht – vlucht-reactie op wikipedia. [http://nl.wikipedia.org/wiki/Vecht- of vluchtreactie](http://nl.wikipedia.org/wiki/Vecht-_of_vluchtreactie)
 - a. Leg in eigen woorden uit hoe het kan dat de sprinter sneller gaat met een bom.....
 - b. Heb jij of iemand in je omgeving ook wel eens een dergelijke ervaring gehad?
2. Zonder motivatie geen prestatie. Maar hoe raken we eigenlijk gemotiveerd?
 - a. Stel, je moet een proefwerk geschiedenis leren. Waardoor ben of raak jij gemotiveerd? Noem vijf factoren.
 - b. Je kent vast wel het verschil tussen intrinsieke motivatie en extrinsieke motivatie. Als je intrinsiek gemotiveerd bent, heb je de wil of wens om bepaalde handelingen (bijvoorbeeld een geschiedenisboek lezen) uit te voeren, omdat je het interessant vindt om te weten wanneer Karel de Grote leefde en wat voor daden hij verricht heeft. Als je alleen gemotiveerd bent, omdat je een euro krijgt voor elke acht op je rapport spreek je van extrinsieke motivatie. Kijk nog eens naar je antwoord op vraag a en geef aan of er eerder sprake is van extrinsieke of intrinsieke motivatie.
 - c. In de zelfdeterminatietheorie (Deci & Ryan) wordt beschreven hoe ieder mens drie aangeboren psychologische basisbehoeftes heeft: de behoefte aan verbondenheid / een relatie (belongingness) , de behoefte aan autonomie / vrije keuze en de behoefte aan competentie (een zekere doeltreffendheid). Als deze drie behoeften vervuld zijn leidt dat tot optimale motivatie. Ga na in hoeverre deze theorie klopt. Tip: neem twee

voorbeelden: een voorbeeld waarbij je gemotiveerd bent en een voorbeeld waarbij je niet gemotiveerd bent.

3. Motivatie onder de loep

Er zijn nog veel meer theorieën over motivatie, bijvoorbeeld:

- De behoeftepiramide van Maslow
- Expectancy-value theorie van Fishbein
- Need to achievement Murray
- Prestatiemotivatie van McClelland

In deze opdracht maak je kennis met die theorieën.

- Maak een groepje van 4.
- Elk groepslid bestudeert een andere theorie (via een websearch) (30 minuten).
- Schrijf de belangrijkste punten van de theorie op (15 minuten).
- Bereid een two minute presentatie voor waarin je aan de hand van een voorbeeld je motivatietheorie aan de andere groepsleden toelicht (15 min).
- Geef de presentatie met een stopwatch bij de hand (2 minuten).