

# Motievenonderzoek



We werken met de zelfkfrontatiemethode. Dit is een grondige, systematische, wetenschappelijk onderbouwde methode van zelfonderzoek waarbij wordt uitgegaan van de uniciteit van de mens. Je wordt uitgenodigd als ervaringsdeskundige jouw levensverhaal te vertellen en letterlijk in kaart te brengen aan de hand van belangrijke gebeurtenissen. De methode is kortdurend, stimuleert persoonlijke verandering en ontwikkeling en maakt doelen concreet en helder.

## Werkwijze

Samen met de coach breng je alle belangrijke ervaringen en opvattingen en verwachtingen ten aanzien van de toekomst in kaart. Deze schrijf je zelf op kaartjes. Vervolgens geeft je elk kaartje een gevoelswaardering. Deze gegevens worden met behulp van een computerprogramma verwerkt tot een uitgebreid rapport.

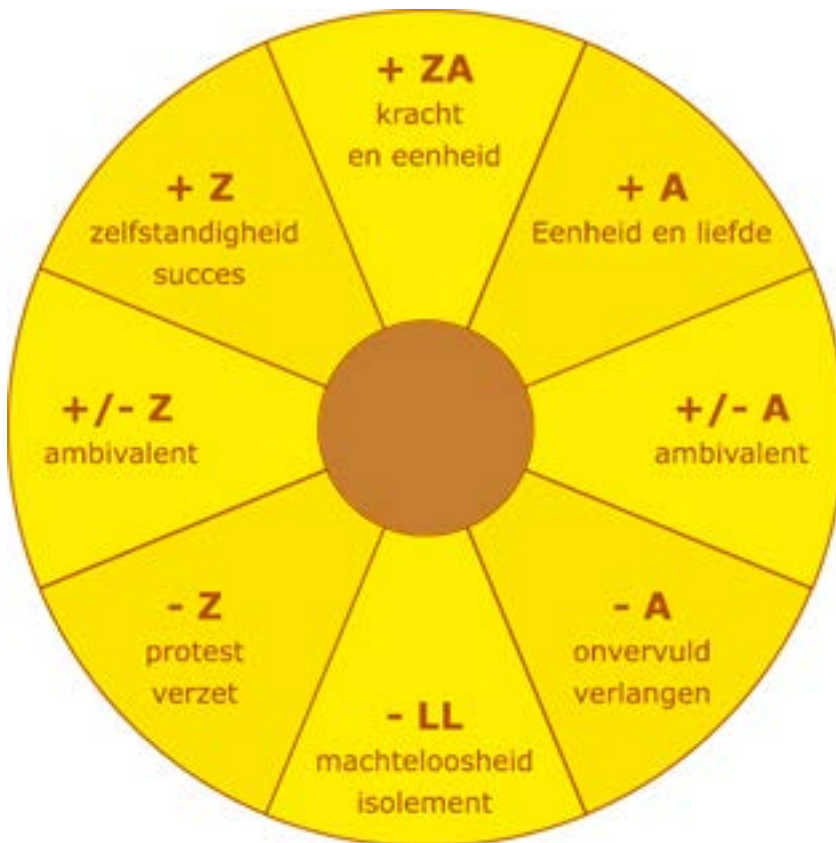
In de daarop volgende gesprekken stelt de coach vragen over opvallende scores en zoomt in op terugkomende patronen. Stap voor stap ontdek je de rode draad in jouw verhaal. Motieven worden helder: 'Wat beweegt mij om mij te gedragen zoals ik me gedraag?' Thema's komen boven drijven. Je onderzoekt sterke en de schaduwkanten. Het wordt duidelijk waar de spanning zit en hoe je ogenschijnlijke tegenstellingen in balans kunt brengen.

Je gaat zichzelf op een andere manier bekijken en waarderen, waardoor je nieuwe mogelijkheden ziet. Uiteindelijk formuleer je concrete doelen en actiepunten. Vervolgens ga je aan de slag met de actiepunten al dan niet onder begeleiding van de coach.

Kijk hier voor uitleg over het motievenonderzoek.



# Waarderingstheorie



Eenzelfde handeling kan twee totaal verschillende betekenissen hebben. Bijvoorbeeld: twee meubelmakers knappen een oude kast op. De een geniet ervan dat hij met zijn eigen handen er iets moois van kan maken (Z). De ander voelt zich voldaan als de klant tevreden is (A).

Zo kan een partner afwisselend verschillende gezichten aannemen. Soms is hij de rivaal tegenover wie ik mij moet bewijzen en tegen wie ik mijn eigenwaarde moet verdedigen (Z). Op een ander moment deel ik met dezelfde persoon een ervering die saamhorigheid creëert (A). Vervolgens maak je een koppeling met je beroep. Je doet dit aan de hand van concrete voorbeelden uit de werkcontext. Zo maak je concreet hoe jij ten opzichte je werk staat en wordt zichtbaar op welk gebieden jij overeenkomst en tegenstelling ervaart. Vragen die spelen worden helder.

Je kunt bijvoorbeeld ontdekken waar de raakvlakken met 'die ene cliënt' zitten, en waar de tegenstellingen met 'die andere cliënt'. Hoe kijk je naar je eigen werk? Past het nog steeds? En waar heeft dat mee te maken? Wat zijn zaken die je lastig vindt of telkens vergeet en waar zou dat vandaan komen? Heeft dat wellicht te maken met je eigen socialisatie? Of met botsende waarden?



De waarderingstheorie en de zelfkonfrontatiemethode zijn ontwikkeld door prof. dr. H. J. M. Hermans emeritus hoogleraar persoonlijkheidsleer aan de Universiteit te Nijmegen. Deze theorie gaat ervan uit dat ieder mens persoonlijke betekenis verleent aan zichzelf, zijn omgeving en zijn ervaringen. Hermans gaat uit van twee grondmotieven: het Z motief: bevestiging van zichzelf, zelfhandhaving en zelfverdediging en het A motief: de wens verbonden te zijn met iets of iemand anders. Ieder mens wil anders zijn dan anderen, maar ook ergens bij horen, zich onafhankelijk opstellen, maar af en toe ook even leunen.

Alle ervaringen, negatieve en positieve, Z en A, zijn even belangrijk en vormen een veelkleurig, dynamisch en geïntegreerd geheel. Het open leggen van persoonlijke motivatie die ten grondslag ligt aan concreet gedrag geeft inzicht in eigen handelen. Dat inzicht in de onderliggende motieven van handelen mobiliseert mensen actief in beweging te komen en koers te wijzigen.

## Wie ben ik?

### **Hanny Ebbers**

Supervisor, Register-Jobcoach, GGZ-agoog, ZKM-consultant

[www.hannyebbers.nl](http://www.hannyebbers.nl)  
06 21997872

