

Dossier Motivatie

Wat motiveert kinderen?

Motivatie is waarom we dingen doen. Hoe groter onze motivatie des te vaker en intensiever we iets doen. Motivatie kan extrinsiek zijn, we worden door zaken buiten onszelf gedreven. Motivatie kan ook intrinsiek zijn, dan word je gedreven door jezelf en niets of niemand anders. Als trainer wil je het liefst dat je spelers door zichzelf gedreven worden. Wat kun jij doen om daar aan bij te dragen? Daar ga jij antwoord op geven. In onder meer Hoofdstuk 2 uit 'De trainer maakt het verschil' vind je hier meer informatie over.

1. Op welke manieren kun je extrinsieke motivatie stimuleren?

2. Op welke manieren kun je intrinsieke motivatie stimuleren?

3. Wat is jouw motivatie om trainer te zijn?

Dossier Motivatie

4. Wat beïnvloedt jouw (intrinsieke) motivatie?

5. Wat kun je doen om jouw spelers (intrinsiek) te motiveren?

6. Op basis van bovenstaande antwoorden, wat adviseer je jezelf en andere trainers?
