

Inhoud

Voorwoord van Edward L. Deci en Richard M. Ryan	15
Voorwoord van de auteurs	17
Inleiding	19
1. Bespiegelingen over ontwikkeling en opvoeding	22
1.1 Toegenomen kennis, zorg en druk	22
1.2 Ontwikkelingsmogelijkheden ad infinitum	24
1.3 Over mondigheid, brutaliteit en een toenemende roep om grenzen in de opvoeding	26
2. Hoe toont (gefnuikte) groei zich? Een toelichting bij de opbouw van dit boek	30
2.1 De Zelf-Determinatie Theorie als rode draad	30
2.2 Structuur van het handboek	32
2.2.1 Vitamines voor groei	33
2.2.2 Manifestatievormen van groei	34
2.2.3 Manifestatievormen van gefnuikte groei	38
2.2.4 De wortels van (gefnuikte) groei	39
3. Wat is de meerwaarde van dit handboek?	40
DEEL I: Vitamines voor groei	43
Hoofdstuk 1: Een stevig theoretisch fundament: Over de vitamines voor groei	47
1. Psychologische basisbehoeftes: het hart van de Zelf-Determinatie Theorie (ZDT)	50
1.1 De bevoorrechte plaats van psychologische basisbehoeftes	50
1.2 Herinterpretatie van de bespiegelingen uit de inleiding	52
2. Karakterisering van de psychologische basisbehoeftes	53
2.1 Wat de ZDT-behoeftes wél zijn	53
2.1.1 Behoeftes als inherente psychologische vereisten	53
2.1.2 Een oceaan aan empirische ondersteuning	56
2.2 Wat de ZDT-behoeftes niét zijn	58
2.2.1 Behoeftes als aangeleerde voorkeuren	58
2.2.2 Is behoeftebevrediging gunstig voor zij die er geen behoefte aan hebben?	59
3. Universele vitamines voor groei en levensgeluk	63
3.1 De ene dag is de andere niet: schommelingen in het eigen functioneren	63
3.2 Bestaan er vervaldata en gevoelige periodes voor de psychologische behoeftes?	66

3.3	Zijn ook Aziaten, Afrikanen en Zuid-Amerikanen gebaat bij behoeftebevrediging?	68
4.	Over behoeftefrustratie, probleemgedrag en pathologisch functioneren	71
4.1	Behoeftefrustratie als vergif	71
4.2	Behoefteteoermijnende omgeving	77

Hoofdstuk 2: Prangende vragen, recente ontwikkelingen en een heldere mensvisie 81

1.	Waarom deze drie behoeftes? De elegantie van spaarzaamheid	84
1.1	Iedereen heeft toch behoefte aan een positief zelfbeeld?!	84
1.1.1.	Eigenwaarde als gewenste uitkomst	85
1.1.2	Voorwaardelijke eigenwaarde	85
1.1.3	Zijdelingse benadering	87
1.2	We hebben toch een behoefte aan veiligheid/zekerheid? Maslows behoeftepiramide	88
1.2.1	Behoeftepiramide	88
1.2.2	Hiërarchische rangorde	90
1.2.3	Kanttekeningen	92
1.3	Over fysiologische en psychologische behoeftes	93
1.4	Verdiend de shortlist met psychologische basisbehoefte uitbreiding?	95
1.4.1	Spaarzaamheid	95
1.4.2	Competitie tussen behoeftes	96
2.	Wat doen behoeftefrustrerende ervaringen met onze behoeftes zelf?	98
2.1	Op zoek naar behoefteherstel	99
2.1.1	Hoe omgaan met behoeftefrustratie?	99
2.1.2	Bespiegelingen	101
2.2	Over 'behoeftegevoeligheden'	102
3.	Een visie op de menselijke natuur: over groeimogelijkheden en kwetsbaarheden	104
3.1	De organismisch-dialectische mensvisie	104
3.2	Vergelijking met andere perspectieven	109

Deel II Waarom kinderen enthousiast, gehoorzaam of weerspannig zijn 117

Hoofdstuk 3: Het geweten als slot op de deur 131

1.	Het geweten	134
1.1	Cruciale bestanddelen	134
1.2	Toegewijde gehoorzaamheid als voorloper van het geweten	139

2. Leefstijdsgebonden verschuivingen	143
2.1 Stellen kinderen zich inschikkelijk op naarmate ze ouder worden?	143
2.2 Ontwikkelt het soort ouderlijk verzoek zich afhankelijk van de leeftijd van het kind?	146
3. Types gehoorzaamheid en moreel functioneren	148
3.1 Wat als kinderen het verzoek niet inwilligen?	148
3.2 Wat als ouders hun kinderen voortdurend achter de veren moeten zitten?	149
4. Beschouwingen	152
Hoofdstuk 4: Over nieuwsgierigheid en eigenaarschap	155
1. Het groeiproces intrinsieke motivatie	158
1.1 Over nieuwsgierigheid en verwondering	158
1.2 De voedingsbodem van intrinsieke motivatie: psychologische behoeftebevrediging	161
1.3 Alarmerend nieuws! Daling in het leerplezier	164
1.4 Wat als de taakvreugde ontbreekt?	166
2. Naar persoonlijke aanvaarding: het internalisatieproces	169
2.1 Eigenaarschap verwerven	169
2.2 Naar toenemend eigenaarschap	170
2.2.1 Externe druk	171
2.2.2 Interne druk	173
2.2.3 Volwaardig eigenaarschap	175
2.3 Behoeftbevrediging als katalysator van het internalisatieproces	178
2.4 Motivationale vocabularium: complex, maar elegant	179
2.4.1 Over motivatie en zin of 'goesting'	179
2.4.2 Theoretische muggenzifterij? Over interne en externe regulatie	182
2.4.3 Het paraplubegrip autonomie: vrijwillig functioneren en onafhankelijkheid	185
2.5 Wat de ZDT en Kochanska (niet) delen	189
3. De ontwikkeling en voordelen van vrijwillige motivatie	191
3.1 Een ontwikkelingspsychologische kijk op het zelfdeterminatiecontinuüm	191
3.1.1 Een mooi geordend patroon	191
3.1.2 Leefstijdsgebonden ontwikkeling	193
3.1.3 Zijn sommige normen gemakkelijker te aanvaarden door jongeren dan andere?	196
3.2 De effecten van motivatie en vrijwillige motivatie	199
3.2.1 Voorbereidingsfase	199

3.2.2	Taakuitvoering	200
3.2.3	Functioneren in prestatiesituaties	205
3.2.4	Open en defensief functioneren en welbevinden	206
4.	Besluit: Waarom investeren in de groeiprocessen intrinsieke motivatie en internalisatie?	207

Hoofdstuk 5: Over zelfbeheersing, moraliteit en vrijwillig functioneren		211
1.	"Meer karakter, dat heeft mijn kind nodig!"	214
2.	Over vrijwillige en gedwongen zelfbeheersing	217
2.1	Schuld als moreel alarmsignaal en als motivationele drijfveer voor zelfbeheersing	217
2.2	Vrijwillige zelfbeheersing vergt minder energie	221
2.3	Morele sensitiviteit: intrinsieke motivatie als alternatief voor zelfbeheersing	226
3.	Eerst externe controle en dan pas zelfbeheersing?	229
3.1	Is het zelfdeterminatiecontinuüm een stadiamodel?	229
3.2	Is externe druk een noodzakelijke springplank op weg naar eigenaarschap en plezier?	232
4.	Zelfbeheersing veronderstelt zelfstandigheid	237
5.	Verskillende mensvisies: groei- versus deficitmodellen/ tekortmodellen	239

Hoofdstuk 6: Ontmoediging en verzet: een genuanceerde kijk op ongehoorzaamheid		245
1.	Ongehoorzaamheid in Kochanska's visie	249
1.1	Types ongehoorzaamheid	249
1.2	Een zaak van onwil of onkunde?	252
1.3	Ontwikkeling van verschillende types ongehoorzaamheid	254
1.4	Verbanden tussen de types ongehoorzaamheid en ontwikkelingsuitkomsten	256
2.	Een motivationele analyse van ongehoorzaamheid op basis van de ZDT	258
2.1	Als ontmoediging de overhand neemt: amotivatie	258
2.2	Naar een genuanceerde visie op motieven voor ongehoorzaamheid	259
2.2.1	Als opstandigheid hoogtij viert: gedwongen ongehoorzaamheid	260
2.2.2	Als redelijkheid en reflectie prevaleren: autonome ongehoorzaamheid	262
2.3	Gevolgen van gedwongen ongehoorzaamheid	264
2.4	Wortels van gedwongen ongehoorzaamheid: de rol van autonomie en behoeftefrustratie	266

2.5	De vergelijking tussen Kochanska en de ZDT	269
3.	Besluit: Naar een positievere kijk op ongehoorzaamheid	270

Deel III: Identiteitsontwikkeling

De vorming van een intern kompas 277

Hoofdstuk 7: Basisinzichten vanuit de adolescentiepsychologie 287

1.	Eriksons Identiteitstheorie	290
1.1	Identiteitsintegratie versus identiteitsverwarring	290
1.1.1	Levenslooptheorie	290
1.1.2	Identiteitsintegratie	292
1.1.3	Identiteitsverwarring	294
1.1.4	Identiteit als culminatiepunt van de persoonlijkheidsontwikkeling	294
1.2	Wanneer zijn jongeren rijp om een stap te zetten in hun identiteitsontwikkeling?	296
1.2.1	Voorwaarden	296
1.2.2	Institutioneel moratorium	299
2.	Verschillen in identiteitsontwikkeling: Marcia's identiteitsstatusmodel	301
2.1	De eenvoud en herkenbaarheid van het identiteitsstatusmodel	301
2.1.1	Identiteitsdimensies	301
2.1.2	Verschillen in identiteitsontwikkeling: de rol van identiteitsstatussen	304
2.2	Hoe staan jongeren uit verschillende identiteitsstatussen in het leven?	307
2.3	Hoe ontwikkelen de identiteitsstatussen zich naarmate jongeren ouder worden?	311
3.	Naar een meer dynamische benadering van identiteitsontwikkeling	316
3.1	Kritiek op het identiteitsstatusmodel	316
3.2	Inhoudelijke vernieuwing: naar een verfijnde visie op exploratie en binding	317
3.3	"Chill man, no worries!" Over zorgeloos verwarden	321
3.4	Wat als het exploratieproces vastloopt? Piekerende exploratie onderzocht	324
4.	Besluit: Even samenvatten	328

Hoofdstuk 8: Het intern kompas, deel I: Het 'waarom' van identiteitsontwikkeling 331

1.	Inleiding: de functies van het intern kompas	334
2.	De ZDT-visie op het waarom van het intern kompas	336

2.1	Zelfaangenomen en toebedeelde identiteiten	336
2.1.1	Zelfaangenomen identiteiten: sleutelbeslissingen op scharniermomenten	336
2.1.2	Als het leven aan de deur klopt: wat als een identiteit ons onverwacht wordt toebedeeld?	339
2.2	De opbouw van het intern kompas: een procesbenadering	342
2.2.1	Naar vereenzelviging: over halfslachtige en authentieke identiteitskeuzes	342
2.2.2	Naar verzoening en verrijking: over aanvaarde en niet-aanvaarde toebedeelde identiteiten	349
2.3	Vitamines voor de ontwikkeling van het intern kompas	352
2.3.1	Behoeftbevredeging als katalysator	352
2.3.2	Behoeftefrustratie als risicofactor	356
3.	Verheldering van de notie intern kompas: relatie met bestaande identiteitskaders	358
3.1	Over de onderlinge verhouding tussen het zelf, identiteit en het intern kompas	359
3.2	Verwante opvattingen over identiteitsontwikkeling	360
3.2.1	Erikson	360
3.2.2	Eudaimonische Identiteitstheorie	361
3.3	Afwijkende visies op zelf en identiteit	362
3.3.1	Sociaal-constructivistische identiteitsmodellen	362
3.3.2	Hoe leeg is het zelf?	366
4.	Empirische ondersteuning voor de ontwikkeling van het intern kompas	368
4.1	De voordelen van een goed werkend intern kompas	368
4.1.1	Identiteitsontwikkeling in de adolescentie	368
4.1.2	Identiteitsontwikkeling in de volwassenheid	375
4.2	Hoe ontwikkelt ons intern kompas zich met toenemende leeftijd?	379
4.2.1	Bemoedigend nieuws: ons intern kompas wordt betrouwbaarder met het ouder worden!	379
4.2.2	Verklaringen voor deze positieve evolutie	380
Hoofdstuk 9: Het intern kompas, deel II:		
Het 'wat' van identiteitsvorming		385
1.	Wanneer blijft ons intern kompas op koers en raken we het noorden kwijt?	388
1.1	Wat als financieel succes en het schoonheidsideaal de identiteitsvorming kleuren?	388
1.1.1	Extrinsieke of materialistische waarden	388
1.1.2	Intrinsieke of groeibevorderende waarden	391
1.1.3	Verhouding tussen intrinsieke en extrinsieke waarden	393

1.2	Verschillende levensstijlen: de 'zijn'-oriëntatie en de 'hebben'-oriëntatie	395
2.	Hoe staan mensen met een intrinsiek en extrinsiek georiënteerde identiteit in het leven?	397
2.1	Het persoonlijke, sociale en maatschappelijke voordeel van een 'zijn'- versus 'hebben'-oriëntatie	397
2.1.1	Persoonlijk welbevinden	397
2.1.2	Van persoonlijk naar sociaal functioneren	402
2.1.3	Ecologisch bewustzijn en handelen	404
2.2	Soorten levensdoelen en Eriksons Levenslooptheorie	406
2.3	Soorten identiteiten en vitamines voor groei	407
2.3.1	Aandachtsverschuiving	408
2.3.2	Sociale vergelijking	410
2.3.3	Voorwaardelijke benadering	411
3.	"Ja, maar ...!": kritische perspectieven	413
3.1	Wat als mijn naaste omgeving extrinsieke idealen aanmoedigt?	414
3.1.1	Niet de inhoud van waarden, maar de match met de omgeving telt!	414
3.1.2	Hoe is het met het waardepatroon van economie- en rechtenstudenten gesteld?	416
3.2	Wat als iemand financieel succesvol is?	419
3.2.1	Gerealiseerde extrinsieke en intrinsieke levensdoelen	419
3.2.2	Wat als ik een laag inkomen heb en financieel onzeker ben?	420
4.	Valt de opmars van een materialistische levensstijl te stoppen?	422
4.1	Verschuivingen van generatie tot generatie en binnen de menselijke levensloop	423
4.1.1	Intergenerationele verschuivingen: is materialisme in opmars?	423
4.1.2	Leeftijdsgebonden ontwikkeling	425
4.2	Wortels van een intrinsiek en een extrinsiek georiënteerde identiteit	426
4.2.1	Het 'goede' leven in onze consumptiesamenleving	427
4.2.2	Over behoeftefrustratie en een ersatz-identiteit	433
	Deel IV: Het voeden van de groei van kinderen	441
	Hoofdstuk 10: Klassiek ontwikkelingspsychologisch onderzoek over opvoeding	453
1.	Verschillende types opvoeding: de configurationele benadering	456
1.1	Een opvoedingsstijl: het geheel is meer dan de som van de delen	456

1.2	Types opvoeding	457
1.2.1	Over gezaghebbende en permissieve ouders en nog veel meer	457
1.1.2	Democratische ouders zijn te soft, aldus Baumrind	461
1.3	Doet het ertoe welke opvoedingsstijl ouders hanteren?	462
1.3.1	Welke opvoedingsstijl heeft de meest gunstige effecten?	462
1.3.2	Is er bewijs voor een historische slingerbeweging: van autoritair naar permissief en terug?	466
1.3.3	Wat als moeder en vader er een verschillende opvoedingsstijl op na houden?	467
1.4	Leemtes in de literatuur	470
2.	De ontleding van opvoeding: de dimensionele opvoedingsbenadering	471
2.1	Responsiviteit	472
2.1.1	Wat is ouderlijke responsiviteit?	472
2.1.2	Waarom is ouderlijke responsiviteit bevorderlijk voor de ontwikkeling?	472
2.2	Zijn alle vormen van ouderlijke controle gunstig?	474
2.2.1	Een oogje in het zeil houden: gedragsmatige controle	474
2.2.2	Psychologische manipulatie van kinderen: psychologische controle	475
2.2.3	Een klets op de billen, dat kan toch geen kwaad?	485
3.	Een helikopterperspectief: trends in de opvoedingsliteratuur	491
	Hoofdstuk 11: Het voeden van de groei van kinderen: de bouwstenen van een behoefteondersteunende opvoeding	497
1.	Als kinderen het gevoel hebben zichzelf te mogen zijn: de rol van autonomieondersteuning	505
1.1	Grondhouding en bouwstenen	505
1.1.1	Grondhouding: nieuwsgierigheid, openheid en vertrouwen	505
1.1.2	Bouwstenen van autonomieondersteunend opvoeden	507
1.2	Verband met klassieke opvoedingsconcepten	512
1.2.1	Psychologisch controlerend en autoritair opvoeden	512
1.2.2	Kunnen autonomieondersteunende ouders afhankelijkheid bij hun kinderen tolereren?	514
2.	Als kinderen hun vaardigheden kunnen ontplooiën: de rol van structuur	521
2.1	Grondhouding en bouwstenen	521
2.1.1	Grondhouding: focus op het proces en zelfontplooiing	521

2.1.2	Bouwstenen van structuur	522
2.2	Staat autonomieondersteunend opvoeden haaks op het stellen van een grens?	528
2.2.1	Een filosofische bespiegeling: over positieve en negatieve vrijheid	528
2.2.2	Over de combinatie van structuur en autonomieondersteuning	530
2.2.3	Hoe kunnen we de aanvaarding van een verbod stimuleren?	532
2.3	Relatie tot klassieke opvoedingsconcepten	537
2.3.1	Gedeelde en unieke elementen van gedragsmatige controle en structuur	537
2.3.2	Permissief, gezaghebbend en democratisch opvoeden	539
3.	Als kinderen genegenheid ervaren: de rol van relationele steun	542
3.1	Grondhouding en bouwstenen	542
3.1.1	Grondhouding: liefde en zorgzaamheid	542
3.1.2	Bouwstenen van relationele steun	543
4.	Een oceaan aan empirische ondersteuning voor de groeibevorderende rol van behoefteondersteunend opvoeden	547
4.1	De voordelen op vele terreinen	547
4.1.1	Schoolse en cognitieve ontwikkeling	548
4.1.2	Sociale en emotionele ontwikkeling	549
4.1.3	Morele ontwikkeling en identiteitsontwikkeling	554
4.2	Het samenspel tussen verschillende dimensies van een behoefteondersteunende opvoeding	557
5.	Van de theorie naar de praktijk: diepgaandere bespreking van een aantal bouwstenen	560
5.1	"Ik ben hier in huis nog altijd de baas!" Hoe kunnen ouders motiverend communiceren met jongeren?	560
5.2	Keuze en dialoog als hefboomen voor autonomie	564
5.3	"Waarom? Doe het nu maar, dat begrijp je later wel!": het belang van een zinvolle duiding	567
5.4	Belonen van gewenst gedrag: een goed idee?	571
5.4.1	Beloningen voor intrinsiek boeiende activiteiten	571
5.4.2	Beloningen voor vervelende activiteiten	576
5.5	Als-dan-opvoeding: als liefde en affectie verdiend moeten worden	579
5.5.1	Positieve en negatieve voorwaardelijke aandacht	579
5.6	Het perspectief van het kind innemen	582
5.6.1	Als kinderen opstandig worden	582
5.6.2	Bij de introductie van een vervelende taak	587
6.	Besluit	589

Hoofdstuk 12: Behoeftesterkend opvoeden: prangende vragen en recente ontwikkelingen	593
1. Profiteert iedereen van een behoeftesterkende opvoeding?	597
1.1 Lijden niet-westerse kinderen onder een dwingende opvoeding?	600
1.1.1 Argumenten in het voordeel van culturele nuancering	600
1.1.2 Hoe de argumenten ten voordele van culturele nuancering te herinterpreteren?	602
1.2 Behoeftesterkend opvoeden bij kinderen van verschillende leeftijden	608
1.2.1 Werkt behoeftesterkend opvoeden wel bij jonge kinderen?	608
1.2.2 Over de manier waarop ouders kinderen van verschillende leeftijden behoeftesterkend opvoeden	613
1.3 Is behoeftesterkend opvoeden gunstig voor alle 'karakters'?	617
2. Hoopvol opvoedingsnieuws	620
2.1 De ene dag lukt het al beter dan de andere dag	620
2.2 Het aantekelijke effect van autonomieondersteunende opvoeding	622
2.3 Kunnen ouders leren om hun kinderen behoeftesterkend op te voeden?	623
3. Over de oorsprong van behoeftesterkend en behoeftebeknottend opvoeden	625
3.1 Draagkracht van ouders versterken: behoeftebevrediging bij ouders	625
3.2 Waar komen verschillen in de behoeftehuishouding van ouders vandaan?	630
3.2.1 Het ligt aan de kinderen	630
3.2.2 Of ligt het aan de ouders zelf?	634
3.2.3 Nee, het ligt aan de omgeving!	635
Uitleiding	649
Lijst Vlaamse termen - Nederlandse tegenhangers	657
Addendum	659
Referentielijst	663