

A photograph showing three young children in a classroom setting. They are all wearing clear safety goggles. The child on the left is looking up at a test tube held by an adult's hand. The child in the middle is looking at the test tube with a smile. The child on the right is looking at the test tube with a surprised expression. The background is slightly blurred, showing classroom shelves and books.

Studiemotivatie: Een belangrijke motor voor leren?

De kracht van autonome motivatie

Ons onderzoek over studiemotivatie vertrekt vanuit de Zelf-Determinatie Theorie (Ryan & Deci, [2017](#)), en daarin wordt **autonome motivatie** gezien als een kwaliteitsvolle vorm van motivatie (Vansteenkiste & Soenens, [2025](#)). Met een dergelijke motivatie zetten leerlingen zich in voor school vanuit **innerlijke gedrevenheid** of 'goesting': ze willen hun best doen in plaats van enkel in actie te komen omdat het moet.

Die 'goesting' is zichtbaar als leerlingen oprecht geboeid zijn door de leerstof, door de inhoud. Dergelijke intrinsieke motivatie is iets anders dan oppervlakkige fun: het betekent dat leerlingen zich inzetten vanuit een diepe interesse en fascinatie, waardoor ze opgaan in de leeractiviteit.

Uiteraard is **niet alle leerstof voor alle leerlingen (even) boeiend** en sommige leertaken zijn in de ogen van leerlingen zelfs ronduit vervelend of saai. Maar zelfs dan kunnen leerlingen nog autonoom gemotiveerd zijn voor hun schoolwerk, op voorwaarde dat ze hun schoolwerk als **persoonlijk betekenisvol** zien. Theorielessen automechanica kunnen best lastig zijn, maar als leerlingen de meerwaarde van de theorie proefondervindelijk ervaren op een stageplaats, dan zullen ze zich meer vrijwillig inspannen. Het automatiseren van maaltafels is vervelend, tenzij leerlingen begrijpen dat een vraagstuk oplossen minder inspanning vergt als je de maaltafels goed kent. Latijnse woordenlijsten van buiten leren kan saai zijn, maar wel als nuttig worden ervaren voor meer uitdagend werk, zoals het leren vertalen van teksten van Romeinse keizers.

Autonome motivatie is een krachtige vorm van motivatie en valt niet samen met de karikatuur die er soms van gemaakt wordt: het is **geen oppervlakkig of gemakzuchtig verlangen naar korte-termijn plezier**. Met autonome motivatie voeren leerlingen de leeractiviteiten vrijwillig uit omdat ze er diepgaand in geïnteresseerd zijn of omdat ze een link ervaren tussen het schoolwerk en doelen of bredere waarden die ze als persoon belangrijk vinden (Vansteenkiste & Soenens, [2025](#)).

Doet motivatie er echt toe voor harde leeruitkomsten?

Het zal niet verbazen dat leerlingen met meer autonome motivatie zich beter in hun vel voelen en meer welzijn ervaren. Maar helpt dergelijke motivatie ook voor het beter presteren op toetsen en examens? Uit omvattende analyses van tientallen studies (ook wel meta-analyses genoemd) blijkt alvast dat er **systematisch positieve verbanden zijn tussen autonome motivatie en objectieve schoolresultaten** (Howard et al., [2021](#)).

De hamvraag blijft echter of autonome motivatie echt een **motor is achter beter leren en presteren**. En doet autonome motivatie er nog toe als we de cognitieve capaciteiten van leerlingen, met andere woorden hun intelligentie, in rekening brengen? Deze vragen werden onderzocht in een grootschalige studie, die we een aantal jaren terug uitvoerden (Boncquet et al., [2020](#)). Een grote groep van (ongeveer 2500) Vlaamse leerlingen werd in deze studie opgevolgd tijdens de overgang van het lager naar het secundair onderwijs, een uitdagende overgang op zowel schools als sociaal vlak. Hun studiemotivatie, schools welbevinden, en prestaties op een gestandaardiseerde toets voor wiskunde werden gemeten in het laatste jaar van het lager onderwijs en opnieuw in het eerste jaar van secundair onderwijs. Wat bleek? Autonome motivatie op het einde van het lager onderwijs voorspelde een **verbeterd welzijn én betere prestaties op de wiskundetoets** en dit bovenop het effect van intelligentie.

Deze bevindingen zijn opvallend. De vaststelling dat autonome motivatie betere wiskundeprestaties voorspelde bovenop intelligentie toont dat niet enkel cognitieve capaciteiten van belang zijn. In een groep van leerlingen met gelijkaardige intelligentie presteren de leerlingen met meer autonome motivatie beter. Anders gezegd: **autonome motivatie helpt leerlingen om cognitief potentieel zoveel mogelijk te realiseren**, terwijl leerlingen met gebrekkige autonome motivatie onderpresteren. Dit is geen geïsoleerde bevinding, want ook andere studies vonden dat autonome motivatie nog steeds samenhangt met betere prestaties wanneer de intelligentie (vb. Boncquet et al., [2024](#); Lavrijsen et al., [2022](#); Murayama et al., [2013](#)) of het werkgeheugen (Baten et al., [2026](#)) van leerlingen in rekening wordt gebracht. Motivatie blijkt dus een unieke hulpbron te zijn voor leren en presteren die aandacht verdient bovenop cognitieve vaardigheden.



De bevindingen van Boncquet et al. ([2020](#)) zijn ook opvallend omdat ze tonen dat autonome motivatie zowel een verbetering in prestaties als in schools welbevinden voorspelt. Anders gesteld: kwaliteitsvolle motivatie vormt de motor achter zogenaamd softe én harde uitkomsten. Hoewel sommigen in het onderwijsdebat opperen dat we ons te lang hebben gericht op het welbevinden van leerlingen en dat de slinger nu mag terugslaan naar kennis en leren, tonen deze bevindingen aan dat we niet hoeven te kiezen tussen leren of welbevinden. Door in te zetten op autonome motivatie kunnen we **twee vliegen in één klap slaan**, en **leerlingen helpen om zich én goed te voelen op school én goed te presteren**.

De kip of het ei? Is motivatie niet louter het gevolg van beter presteren?

En wat met het argument dat motivatie volgt op leren en presteren? Als leerlingen eerst leren en goed presteren, waarbij ze leren doorbijten, dan zou volgt motivatie vanzelf volgen als ze succesvol zijn. Dezelfde studie (Boncquet et al., [2020](#)) toonde dat **motivatie niet louter het gevolg is van prestaties**. Integendeel: motivatie voorspelde veranderingen over de tijd, waarbij meer autonoom gemotiveerde leerlingen meer vooruitgang boekten ten opzichte van hun eerdere prestaties. Hun leerrendement lag dus hoger.

Andere studies bevestigen dat het omgekeerde verband ook geldt (Morin et al., [2026](#); Vu et al., [2022](#)): **goed presteren komt de motivatie ten goede**. Dat is logisch: wie diepgaand leert en mooie resultaten behaalt op school, ervaart veel competentie. Leerlingen krijgen het gevoel: ik kan dit, en het loont om me in te zetten. Die ervaring van competentie is een belangrijke motor achter autonome motivatie.

Kortom, er is sprake van **tweerichtingsverkeer** (Vu et al., [2022](#)). Dankzij autonome motivatie hebben leerlingen de energie om zich in de leerstof vast te bijten en deze grondig te verwerken. Op zijn beurt bevordert goed presteren de autonome motivatie van leerlingen, waardoor ze zich beter en meer inzetten en de lat voor zichzelf hoger gaan leggen. Op die manier komen leerlingen in een positieve spiraal terecht.

We pleiten er dan ook voor om **vanaf het begin simultaan in te zetten op motivatie en kennis**, zodat beide elkaar onderling positief beïnvloeden. Het bieden van uitdagende instructie prikkelt de nieuwsgierigheid. Tegelijk staan autonoom gemotiveerde leerlingen meer open voor feedback, hebben ze een grotere leerhonger, vertonen ze meer ambitie en zijn ze bereid om extra inspanningen te leveren wanneer ze de aangereikte kennis nog niet onder knie hebben (Vansteenkiste & Soenens, [2025](#)).

Hoe kan jij het ABC van leerlingen voeden?

Lees het in het praktijkgerichte onderwijsboek: **Het ABC van motivatie in onderwijs** geschreven door professoren Maarten Vansteenkiste en Bart Soenens. Het ABC van motivatie in onderwijs staat boordevol praktijkvoorbeelden om de basisprincipes van het ABC-model te leren kennen. Zo introduceert het boek het leraarkompas, dat een brede waaier aan motiverende praktijken bevat. Het ABC-model biedt een verfrissende kijk op hoe leraren, directies en leerlingbegeleiders kunnen bijdragen aan het versterken van de kwaliteit van ons onderwijs.

