**DUTCH SUMMARY**

**Werk aan je Sterke Kanten?**

**De Relatie tussen Ervaren Sterke versus Zwakke Kanten en Inzet in Leersituaties**

**1. Inleiding**

In onze huidige samenleving wordt ons succes in het leven voor een belangrijk deel bepaald door onze competentie; door de mate waarin we bepaalde kennis, vaardigheden en attitudes beheersen. Strategieen die de competentieontwikkeling van mensen kunnen bevorderen zijn dan ook van grote waarde. In dit proefschrift hebben we onderzoek gedaan naar een strategie die de motivatie van mensen om te werken aan hun opleiding en ontwikkeling zou kunnen versterken: *je richten op je sterke kanten*. Je richten op je sterke kantenhoudt in dat mensen bepalen wat hun relatief sterke versus zwakke kanten zijn - dus de kwaliteiten, kennis en/of vaardigheden waar ze relatief goed en niet goed in zijn - en vervolgens activiteiten ondernemen hun sterke in plaats van hun zwakke kanten verder te verbeteren (Hiemstra & Van Yperen, 2015).

De afgelopen jaren is het idee om mensen te adviseren zich te richten op hun sterke kanten populair geworden in het onderwijs en het personeelsmanagement. Maar ondanks deze belangstelling vanuit de praktijk, is er nog maar weinig onderzoek gedaan naar de relatie tussen ervaren sterke versus zwakke kanten en motivatie in leersituaties. We weten dus niet of mensen harder hun best doen wanneer ze aan hun sterke in plaats van zwakke kanten werken. In dit proefschrift hebben we daarom de relatie tussen ervaren sterke versus zwakke kanten en inzet in leersituaties onderzocht. In een negental empirische studies hebben we geprobeerd antwoord te geven op de volgende onderzoeksvragen:

1. Wat is de relatie tussen ervaren sterke versus zwakke kanten en inzetintenties?

2. Hoe kunnen we de relatie tussen ervaren sterke versus zwakke kanten en inzetintenties verklaren?

3. Wat is de relatie tussen arvaren sterke versus zwakke kanten en, respectievelijk, inzetintenties en daadwerkelijke inzet?

4. Wat is het effect van de leercontext op de relatie tussen ervaren sterke versus zwakke kanten en, respectivelijk, inzetintenties en daadwerkelijke inzet?

Hieronder geven we een samenvatting van onze belangrijkst bevindingen.

**2. Samenvatting van de Belangrijkste Bevindingen**

**Hoofdstuk 2**

Wat is de relatie tussen ervaren sterke versus zwakke kanten en inzetintenties en hoe kunnen we deze relatie verklaren? In hoofdstuk 2 presenteren we de resultaten van twee experimentele studies, een online onderzoek (*n* = 174) en een onderzoek in de klas (*n* = 267), waarin we de motiverende werking van ervaren sterke versus zwakken kanten hebben onderzocht. In beide studies bleek dat deelnemers die hun sterke en zwakke kanten indentificeerden en vervolgens een leeractiviteit kozen om één van hun sterke kanten te werken (i.e., het toepassen van een *sterke-kanten-gerichte leerstrategie*), hoger scoorden op ervaren competentie, intrinsieke motivatie en inzetintenties, dan deelnemer die een leractiviteit kozen om aan één hun zwakke kanten te werken (i.e., het toepassen van een *deficientie-gerichte leerstartegie*). Verder hebben we een procesmodel getest dat de motiverende werking van ervaren sterke versus zwakke kanten kan verklaren. In beide studies vonden we steun voor een sequentieel mediatiemodel waarbij evaren competentie en intrinsieke motivatie het effect van ervaren sterke versus zwakke kanten (i.e., het toepassen van een sterke-kanten- versus een deficientie-gerichte leerstartegie) op inzetintenties opeenvolgend medieren. Dat wil zeggen dat, mensen zie zich richten op hun sterke kanten, zich competentes voelen, daarom meer intrinsiek gemotiveerd zijn, en daarom bereid zijn zich harder in te zetten, dan mensen die zich richten om hun zwakke kanten.

Het is belangrijk om op te merken dat de studies in hoofdstuk 2 zijn uitgevoerd in een zelf-gereguleerde in plaats van in een toets-gerichte leeromgeving. Dat wil zeggen dat in beide studies de deelnemers vrijwillig aan de leeractiviteiten konden deelnemen, zonder het vooruitzicht na afloop getoetst te worden. In hoofdstuk 4 zullen we zien dat de leeromgeving een sterke invloed heeft om de relatie tussen ervaren sterke versus zwakke kanten en inzet.

**Hoofdstuk 3**

Wat is de relatie tussen ervaren sterke versus zwakke kanten en inzetintenties en daadwerkelijke inzet? In hoofdstuk 3 presenteren we de resultaten van een tweetal emprirische studies waarin we de relatie tussen ervaren sterke versus zwakke kanten en inzet in een online leeromgeving hebben onderzocht. De resultaten van studie 1 (*n* = 115) latennzien dat studenten die de mogelijkheid krijgen om meerdere online cursussen te volgen, van plan zijn om meer energie en tijd te steken in cursussen op het gebied van hun sterke kanten, dan in cursussen op het gebied van hun zwakke kanten. De resultaten van studie 2 (*n* = 85) laten zien dat studenten ook daadwerkelijk meer oefeningen uitvoeren wanneer ze werken aan vaardigheden op het gebied van hun relatief sterke kanten, dan wanner ze werken aan vaardigheden op het gebied van hun relatief zwakke kanten.

Evenals in hoofstuk 2 is het belangrijk om op te merken dat de studies in hoofdstuk 2 zijn uitgevoerd in een zelf-gereguleerde leeromgeving, waarin de deelnemers vrij konden deelnemen aan de leeractiviteiten, zonder het vooruitzicht na afloop te worden getoetst.

**Hoofdstuk 4**

Wat is het effect van de leeromgeving op de relatie tussen ervaren sterke versus zwakke kanten en, respectivelijk, inzetintenties en inzet? In hoofdstuk 4 presenteren we de resulaten van een vijftal empirisch studies waarin we de invloed van de leeromgeving op de manier waarop mensen hun tijd en energie over hun sterke en zwakke kanten verdelen, hebben onderzocht. Studie 1 (*n* = 95) en Studie 2 (*n* = 116) waren scenario studies waarin we de deelnemers hebben gevraagd om hun tijd te verdelen over een aantal schoolvakken. De resultaten van deze studies laten zien dat studenten die en beperkte hoeveelheid tijd mogen verdelen over een aantal keuzevakken (dus in een zelf-gereguleerde leeromgeving) van plan zijn om meer tijd te steken in de vakken die ze zien als hun sterke kanten. Echter, studenten die een beperkte hoeveelheid tijd mogen verdelen over een aantal examenvakken (dus in een test-gereguleerde leeromgeving) zijn van plan om meer tijd te steken in de vakken die ze zien als hun zwakke kanten, dan in de vakken die ze zien als hun sterke kanten.

Studie 3 was een praktijkstudie waarin we de manier waarop leerlingen in de loop van een semenster hun tijd verdelen over hun relatief sterke en zwakke vakken hebben onderzicht. De resultaten laten zien dat dit verandert naarmate de toetsweek dichterbij komt. Als leerlingen zich vrij voelen om hun tijd naar eigen inzicht te verdelen (dus in een zelf-gereguleerde leeromgeving), dan steken ze meer tijd in hun sterke dan in hun zwakke vakken. Tegen de tijd dat de toetsweek is aangebroken (dus in een toest-gereguleerde leeromgeving) is de verhouding echter omgeslagen. Dan steken leerlingen juist meer tijd in hun zwakke dan in hun sterke kanten.

Studie 4 en 5, tot slot, waren laboratorium studies waarin we de causale effecten van de leeromgeving op de manier waarop mensen hun inzet over hun sterke en zwakke kanten verdelen hebben onderzocht. In beide studies werd de deelnemers de mogelijkheid geboden om een beperkt aantal oefeningen te doen om aan hun relatief sterke en zwakke vaardigheden te werken. De resultaten van beide studies laten zien dat deelnemers die vooraf werd verteld dat de oefeningen waren bedoeld om, naar eigen inzicht, hun vaardigheden verder te ontwikkelen (dus in een zelf-gereguleerde leeromgeving) meer oefeningen deden op het gebied van hun sterke vaardigheden. De deelnemers die echter vooraf werd verteld dat ze na afloop een toets zouden krijgen (dus in een toest-gereguleerde leeromgeving) deden meer oefeningen op het gebied van hun zwakke kanten.

Consistent over deze vijf studies zien we dus dat de leeromgeving (zelf-gereguleerd versus toets-gereguleerd) een modererend effect heeft op de relatie tussen ervaren sterke versus zwakke kanten en inzet(intenties). In een zelf-gereguleerde leeromgeving is er spraken van een positive relatie en steken mensen meer tijd en energie in hun sterke kanten. In een toest-gereguleerde leeromgeving, deerentegen, is er sprake van een negative relatie en steken mensen meer tijd en energie in hun zwakke kanten.

**3. Theoretische Implicaties**

Onze belangrijkste bevindingen zijn dat er in leersituaties zowel positieve als negatieve relaties tussen ervaren sterke versus zwakke kanten en inzet bestaan, en dat de leeromgeving een moderend effect heeft op deze relatie; in een zelf-gereguleerde leeromgeving is de relatief positief, maar in een toets-gereguleerde leeromgeving is de relatie negatief. Deze bevindingen zijn om verschillende redenen van belang.

In de eerste plaats dragen resultaten van dit onderzoek bij aan onze kennis van de sterke-kanten-benadering. De onderzoeken die tot nu toe zijn gedaan laten zien dat er een positive relatie is tussen ervaren sterke kanten en verschillende motivatievariabelen zoals behoeftebevrediging (bijv., Linley, Nielsen, Gillett, & Biswas-Diener, 2010), betrokkenheid (Meyers, Van Woerkom, De Reuver, Bakk, & Oberski, 2015) en inzetintenties (Rechter, 2010, Study 2). Onze resultaten laten zien dat er niet alleen een relatie is met subjectieve motivatievariabelen, maar ook een relatie met daadwerkelijke inzet. Verder biedt ons onderzoek een verklaring voor de positive relatie tussen ervaren sterke versus zwakke kanten en inzetintenties: mensen die aan hun sterke in plaats van hun zwakke kanten werken voelen ze zich competenter, daarom zijn ze meer intrinsiek gemotiveerd en daarom zijn ze bereid om zich meer in te zeten. Verder laat ons onderzoek zien dat niet altijd motiverend voor mensen is om aan hun sterke kanten te werken. De positive relatie tussen ervaren sterke versus zwakke kanten en inzet doet zich alleen voor in een zelf-gereguleerde leeromgeving. In een toets-gereguleerde leeromgeving is er sprake van een negatieve relatie.

In de tweede plaats draagt ons onderzoek bij aan onze theretische kennis met betrekking tot de relatie tussen ervaren competentie en motivatie. Volgens invloedrijke motivatietheorieen zoals zelf-determinatie theorie (Deci & Ryan, 1985) en sociaal-cognitieve theorie (Bandura, 1997) is ervaren competentie bevorderlijk voor leren. Andere theorieen, zoals controle theorie (Carver & Scheier, 1982), stellen echter dat ervaren competentie een negatieve invloed op leren kan hebben. Onze resulaten laten zien dat deze relatie zowel positief als negatief kan zijn, afhankelijk van de leeromgeving. De positive relatie komt naar voren in een zelf-gereguleerde leeromgeving; de negative relatie komt naar voren in een test-gestuurde leeromgeving. Onze bevindingen laten dus duidelijk zien dan theorieen die alleen een positive of alleen een nagative relatie voorspellen onvoolledig zijn. Motivatietheorieen dienen zowel positive als negatiev relaties tussen ervaren competentie en inzet te beschrijven.

In de derde plaats draagt ons onderzoek bij aan onze kennis op het gebied van motivatie in situaties waarin mensen tegelijkerijd aan meerdere doelen werken. Voorbouwend op het werk van Möller and Marsh (2013), hebben we in deze dissertatie het concept ervaren streke versus zwakke kanten geintroduceerd. Ervaren sterke versus zwakke kanten hebben we gedefinieerd als een specifieke vorm van ervaren competentie, namelijk, ervaren competentie die voortkomt uit dimensionele vergelijkingen (Möller and Marsh, 2013), waarbij mensen hun competentie op één gebied vergelijken met hun eigen competentie op een ander gebied, in plaats van sociale vergelijkingen (Festinger, 1954), waarbij mensen hun eigen competentie vergelijken met die van anderen, of temporele vergelijking (Albert, 1977), waarbij mensen hun competentie vergelijken met hun eigen competentie op een eerder of later tijdstip. In lijn met het werk van Möller and Marsh (2013) laat onze onderzoek zien dat mensen dergelijke dimensionele vergelijkingen maken: mensen hebben een besef van hun relatief sterke en zwakke kanten. In aanvulling op het werk van Möller and Marsh (2013) laat ons onderzoek zien dat dit besef van sterke en zwakke kanten aanzienlijke consequenties heeft voor gedrag van mensen in situaties waarin zij tegelijkertijd aan meerdere doelen of activiteiten (kunnen) werken. In dit soort situaties is er een nauwe samenhang tussen ervaren sterke versus zwakke kanten en de manier waarop mensen hun tijd over hun doelen en activiteiten verdelen. Deze samenhang kan zowel een positief als een negatief karakter hebben, afhankelijk van de leeromgevind. Kortom, ervaren sterke versus zwakke kanten en leeromgeving zijn belangrijke concepten die een plaats dienen te krijgen in motivatietheorieen die het gedrag van mensen in situaties waarin ze aan meerdere doelen of activiteiten werken inzichtelijk proberen te maken.

**4. Praktische Implicaties**

In het begin van dit hoofdstuk gaven we aan dat er in de praktijk behoefte is aan strategieen die er toe kunnen bijdragen dan mensen gemotiveerd zijn om te werken aan hun opleiding en ontwikkeling. Wat kunnen we mensen die in de praktijk werken nu adviseren op basis van ons onderzoek? Doen studenten of medewerkers harder hun best wanneer ze werken aan hun sterke kanten in plaats van hun zwakke kanten?

Het antwoord is: dat hangt er van af. Het hangt of van de context. In een leeromgeving waarin zelf-regulering gecultiveerd wordt, is het inderdaad waarschijnlijk dat mensen meer hun best doen wanneer ze leeractiviteiten ondernemen op het gebied van hun sterke kanten dan wanneer ze leeractiviteiten ondernemen om het gebied van hun zwakke kanten. Bijvoorbeeld bij het kiezen van keuzevakken of extra-curriculaire activiteiten in het onderwijs of bij het kiezen uit een aanbod van niet-verplichte (online) cursussen en trainingen in het personeelsmanagement.

Het probleem is alleen dat echte self-gereguleerde leeromgevingen in de praktijk waarschijnlijk niet veel voor zullen komen. Studenten weten dat ze toetsen en examens moeten halen om hun opleiding te kunnen afronden en werknemers weten dat ze vroeger of later in de problemen komen als ze niet aan hun functie-eisen voldoen. Met andere woorden in het onderwijs en in werksitiaties zijn de externe normen van docenten of werkgevers vaak richtinggevend. In dergelijke toets-gereguleerde leeromgevingen is het maar zeer de vraag of mensen harder hun best doen als ze leeractiviteiten ondernemen op het gebied van hun sterke kanten. Ons onderzoek laat zien dat in een toets-gereguleerde leeromgeving mensen meer inzet tonen als ze werken aan hun zwakke kanten.

Onderwijzers of werkgevers die hun studenten of medewerkers willen stimuleren om meer energie in hun opleiding en ontwikkeling te steken, zouden dus wel eens bedrogen uit kunnen komen als ze dit proberen te bereiken door hun studenten of medewerkers te adviseren om aan hun sterke kanten te werken. Werken aan je sterke kanten is waarschijnlijk meer geschikt als zelf-motivatie strategie voor mensen die zich vrij voelen om te werken aan hun opleiding en ontwikkeling, dan als strategie in handen van autoriteiten, zoals docenten en werkgevers, om anderen te motiveren om te leren.