

## Blog: Hoe houd je ze betrokken?

### Betrokken vrijwilligers

**De pandemie, afgeblazen activiteiten, thuis werken: het helpt allemaal niet mee om vrijwilligers in je organisatie aangehaakt te houden. Pandemie of niet, de vraag "hoe houd ik onze vrijwilligers betrokken" is er één van alle tijden.**

**Hoog tijd voor een blog hierover!**

Ik zou er wel een boek vol kunnen schrijven over betrokkenheid van en verbinding met vrijwilligers, er zitten zoveel lagen in. En het is tweerichtingsverkeer. Ja, als jij als organisatie betrokken bent bij jouw vrijwilligers, zijn zij ook meer betrokken bij de organisatie.

Ergens is het ook een gekke vraag: "Hoe houd ik mijn vrijwilligers betrokken?". Vrijwilligers zijn natuurlijk per definitie betrokken. Anders waren ze geen vrijwilliger... Toch? Het is de taak van de organisatie om ervoor te zorgen dat de vrijwilliger zijn betrokkenheid niet verliest en gewoon zijn of haar passie om kan zetten in actie.

### Waarom verliezen vrijwilligers hun betrokkenheid?

Net als de aanleiding voor betrokkenheid bij jouw organisatie, verschilt ook de reden dat mensen langzaam hun betrokkenheid verliezen. Ik geef je hieronder een paar uitspraken van vrijwilligers.

Zouden de vrijwilligers van jouw organisatie dit gezegd kunnen hebben?

- "Ik voel me gewoon niet gehoord of gezien."
- "Er wordt niet met ons gecommuniceerd, alles wordt besloten boven onze hoofden."
- "Wij mogen meepraten en -denken maar er wordt niks mee gedaan."
- "Mijn vrijwilligerswerk is best uitdagend en soms zelfs lastig, ik word niet genoeg ondersteund om het goed te kunnen doen, ik voel me niet gesteund."
- "Er wordt veel geroddeld en geklaagd, dat kost veel energie en geeft alleen maar negativiteit."
- "Tijdens de lockdown was er geen contact, het lijkt wel of, toen ze ons niet nodig hadden, ze ook niet de moeite namen om te informeren hoe het met me ging of hoe het daar ging."
- 'Ik mis het contact met collega's, team en deelnemers.'
- "Ik stop veel tijd en energie in deze activiteit, toch lijkt het alsof de organisatie met de veren pronkt en mij daar niet de credits voor geeft."
- "De activiteiten vind ik leuk, maar man oh man, die vergadercultuur... Ik loop er leeg op."
- "Er wordt nooit naar mijn mening gevraagd. Als ik dan zelf mijn mening geef, wordt er gedaan alsof ik een zeurkous ben."
- "Alles moet gebeuren op de manier van het bestuur, mijn eigen manier wordt meteen afgeschoten. Dan doe ik het liever helemaal niet."



## Blog: Hoe houd je ze betrokken?

### Blik op jezelf

Natuurlijk zijn er ook andere, meer persoonlijke, redenen waardoor vrijwilligers hun betrokkenheid verliezen. Toch loont het om te kijken naar dat waar jij als organisatie invloed op hebt.

Als je naar bovenstaande uitspraken kijkt, kun je ze onderverdelen in drie basisbehoeften, zoals ze genoemd worden in de [zelfbeschikkingstheorie](#) van Ryan en Deci.

Elk mens heeft volgens deze theorie drie psychologische basisbehoeften: autonomie, verbondenheid en competentie. Je verhoogt de intrinsieke motivatie (\*) van mensen als je inspeelt op deze drie basisbehoeften. Klinkt interessant en een poging waard, niet?

Laten we er dus even naar kijken: **Autonomie** is de behoefte om je dingen op je eigen manier te doen. Iemand krijgt dus de vrijheid om een activiteit te kiezen en die naar eigen inzicht uit te voeren. Iemand heeft dus invloed op het werk dat hij doet.

**Verbondenheid** geeft je het gevoel ergens bij te horen, onderdeel van een groep te zijn. Dat staat of valt bij interactie, contact. Informeer je vrijwilligers en informeer naar hen, maak tijd voor een gesprek. Hoe is de sfeer bij jullie? Een fijne sfeer draagt bij aan het gevoel van verbondenheid. Voelen jullie vrijwilligers zich gezien, gehoord, gewaardeerd? Je kunt niet het gevoel hebben ergens bij te horen, als je je niet gezien voelt!

**Competentie** gaat over het gevoel ergens goed in te zijn en/of te worden, iets kunnen betekenen met jouw talenten en vaardigheden. Een compliment krijgen over dat wat je goed kan! Beter worden in je vrijwilligerswerk door de ruimte te krijgen, begeleiding, ondersteuning en misschien wel een cursus.

### Hoe dan?

Ok, de theorie is duidelijk. Intrinsieke motivatie, de beste motivatie, is te beïnvloeden. Mooi. Hoe ga je dat nu aanpakken? Ik vermaak je weer met wat uitspraken van vrijwilligers, de blij variant. Je kunt ze dus ook lezen als tips. Of afvinklijstje.

- "Toen het contract met de gemeente werd verlengd, kregen we allemaal een kleinigheidje toegestuurd. Zo leuk om verrast te worden."
- "Bij ons teamoverleg sluit de bestuurder regelmatig aan, hij is echt betrokken bij ons werk."
- "Tijdens de lockdown belde de vrijwilligerscoördinator een paar keer, dat was echt fijn, ze liet zien dat ze betrokken was bij ons als vrijwilligers".
- "Tijdens de lockdown hadden we zoomcontact met onze werkgroep. Dat was fijn"
- "We hebben andere activiteiten gedaan om contact te houden met de doelgroep. Fijn voor de deelnemers. Het heeft mij een boost gegeven tijdens de Corona Lockdown"
- "Belangrijke beslissingen over ons werk, krijgen we altijd op de mail. Ik heb niet overal invloed op, maar ben wel op de hoogte."
- "Als ik vragen heb, kan ik bij alle beroepskrachten hier terecht. Iedereen is heel open voor vragen of opmerkingen, dat zorgt ervoor dat ik me heel welkom voel."
- "Ik ging vrijwilligerswerk doen terwijl ik op zoek was naar een baan. Toen ik die gevonden had, vroeg de organisatie of ik betrokken wilde blijven. Dat wilde ik, maar kon niet meer op de tijden dat ik voorheen werkte. Ik kan me nu flexibel en vanuit huis inzetten. Top!"
- "Er worden cursussen aangeboden. Sommige zijn gewoon leuk, van andere cursussen word ik echt beter in mijn vrijwilligerswerk. Je bent nooit te oud om te leren."
- "Mijn eigen ideeën en initiatieven worden bijna altijd enthousiast ontvangen, zo ben ik bezig met mijn projecten waar ik echt mijn ei in kwijt kan."
- "Ik ben vrijwilligerswerk gaan doen om meer sociale contacten te hebben en dat is ook gelukt. Fijn dat er altijd iemand is om een praatje mee te maken."

## Blog: Hoe houd je ze betrokken?

(Extra tip, lees ook de [ervaringsverhalen](#) van vrijwilligers, daarin lees je wat het vrijwilligerswerk hen oplevert. Een kijkje in het hoofd van een paar vrijwilligers uit onze mooie stad leert jou ook hoe je vrijwilligers betrokken houdt.)

### Betrokken vrijwilligers

Als je investeert in je vrijwilligers, krijg je dat dubbel en dwars terug, dat weten we volgens mij allemaal. Maar oh, die waan van de dag...

Ik quote Dr Phil graag even (waarom ook niet, hè): "vraag jezelf elke dag af "wat kan ik doen om hen gelukkiger te maken vandaag" en doe het dan". Hij adviseert dit aan liefdeskoppels, maar het werkt voor alle relaties. Welk klein dingetje kun je doen, zodat de vrijwilliger zich meer betrokken voelt? En stuur meteen even een Whatsappje/kaartje/mailtje met een nieuwtje. Zet hem op!

### Meer leren:

Meer leren over de betrokkenheid van vrijwilligers en het werken met vrijwilligers? Op 3 augustus, 5 oktober en 7 december 2021 kun je in drie avonden meer leren over Vrijwilligers begeleiden met plezier.

Op 16 en 30 september en 14 oktober 2021 van 19:00 tot 21:30 uur kun je in drie avonden meer leren over Vrijwilligersbeleid, Goed Geregeld voor je vrijwilligers.

(\*) Intrinsieke motivatie is motivatie die vanuit iemand zelf komt, de natuurlijke interesse, betrokkenheid, verlangen en plezier van een persoon.

Diana van den Eijnden

