

Persoonlijke Groei door kampen?!

Wanneer er met collega's gesproken wordt over de kampen dan komt vaak naar voren dat kampen een positieve bijdrage leveren aan de ontwikkeling van leerlingen. Gevoelsmatig kunnen we aangeven wat er positief is aan kampen en collega's die de groei van leerlingen tijdens een kamp hebben mogen meemaken hoeven we niets uit te leggen. Toch is het in sommige gevallen handig te weten of een kamp echt een bijdrage levert aan de ontwikkeling van leerlingen of in ons geval van studenten. Al is het maar om het onderdeel kamp binnen het onderwijsprogramma te kunnen legitimeren naar derden. In dit artikel wordt de relatie tussen persoonlijke groei en kampen voor hbo-studenten Lichamelijke Opvoeding beschreven.

Door: Jennie Pouwels

In verschillende onderzoeken komt naar voren dat kampen een positieve invloed hebben op de persoonlijke groei van studenten (o.a. Weilbach, Meyer, Monkyeki, 2010; Austin, Martin, Mittelstaedt, Schanning, Ogle, 2009; Hubball& West, 2008). Een goed kamp draagt bij aan vaardigheden zoals coöperatief werken, probleemoplossend vermogen, beslissingen nemen, doelen stellen maar ook communicatieve vaardigheden, leiderschap en verantwoordelijkheid nemen. Daarnaast kan een kamp bijdragen aan een beter algemeen gevoel van eigenwaarde, meer zelfvertrouwen en een positiever zelfbeeld. Ook wordt een toename aan verantwoordelijkheidsgevoel en het nemen van verantwoordelijkheden gevonden. Met betrekking tot dit onderzoek is op basis van de literatuur gekozen voor de volgende definitie van persoonlijke groei. Onder persoonlijke groei van de student wordt een toename aan zelfvertrouwen, eigenwaarde en een positiever zelfbeeld verstaan alsook een toename aan zelf- of eigen verantwoordelijkheid.

Kamp is een vorm van onderwijs dat plaatsvindt in een niet traditionele onderwijssetting. In het kader van dit onderzoek wil dit zeggen dat het onderwijs aangeboden wordt op een externe locatie en het een meerdaags karakter heeft waarbij fysieke activiteiten zoals hiken, mountainbiken en klimmen opgenomen zijn in het programma. Deze

vorm van onderwijs wordt binnen de literatuur gerelateerd aan ervaringsleren (onder andere in Itin, 1999 en Seed, 2008). Ervaringsleren geeft de leerlingen de mogelijkheid om betekenisvolle concepten, ontstaan vanuit eigen gevoelens, reeds aanwezige kennis en opgedane ervaringen, te verkennen zodat er een relatie ontstaat tussen het geleerde en het eigen concept (Cassidy, 2001). Leren moet dan gezien worden als het opdoen van zelfkennis en het vormen van een zelfbeeld dat de basis is om persoonlijke groei mogelijk te maken. Ervaringen worden gekoppeld aan bestaande concepten die dan

samen een nieuwe basis vormen van waaruit de student zich gaat ontwikkelen.

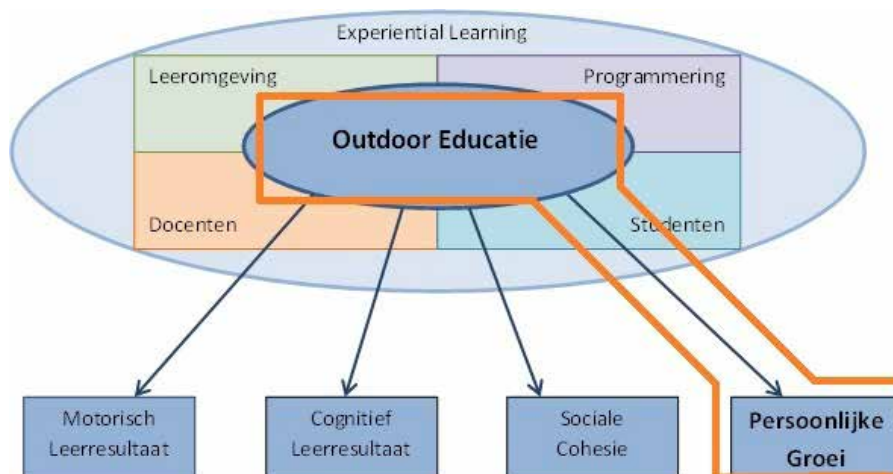
Binnen dit onderzoek zal het effect van outdooreducatie op persoonlijke groei onderzocht worden (zie figuur 1).

Methode

Respondenten & interventie

Voor dit onderzoek wordt de totale populatie studenten Lichamelijke Opvoeding van de studierichting Speciaal Onderwijs cohort '09-'10 van Fontys Sporthogeschool onderzocht tijdens een kampweek. Tijdens

Figuur 1. Conceptueel Model



Tabel 1 . Verschil in persoonlijke groei voor en na de interventie gemeten met de Multidimensional Self-Esteem Scale en de Rosenberg Zelfwaarde Schaal

Instrument Schaal	Nulmeting Mediaan Minimum-Maximum	Nameting Mediaan Minimum-Maximum	Wilcoxon Signed Rank Test	p	Positief verschil	Negatief verschil	Gelijk gebleven
MSES Social Confidence	51.50 21.00-68.00	66.00 43.00-75.00	4.111	.000	22		
MSES Self Regard	39.00 19.00-46.00	44.00 33.00-49.00	4.112	.000	22		
MSES School Abilities	32.50 18.00-44.00	33.00 19.00-44.00	2.089	.037	12	4	6
MSES Physical Appearance	22.50 8.00-31.00	21.00 10.00-29.00	-3.296	.001	3	17	2
MSES Physical Abilities	25.00 12.00-32.00	32.50 18.00-35.00	4.120	.000	22		
RZS	22.00 10.00-18.00	24.00 11.00-29.00	3.497	.000	16	1	5



Natuurcamping aan de bosrand

deze week (vijf dagen, vier nachten) hebben studenten in tenten gekampeerd op een afgelegen natuurcamping aan de bosrand. De samenstelling van de groepjes studenten tijdens de verschillende activiteiten is regelmatig gewisseld zodat alle studenten met elkaar hebben moeten samenwerken. Wel hebben ze de hele week met hetzelfde groepje in een tent geslapen. De beleving van de natuur heeft als een rode draad door het programma gelopen. Dit werd versterkt door de slechte weersomstandigheden die week (regen en harde wind). Studenten hebben in tweetallen een oriëntatietocht uitgezet en gelopen door het Leenderbos. Een mountainbike-tocht gemaakt door het Limburgse heuvelland en aansluitend aan klimactiviteiten deelgenomen. Daarnaast hebben er educatieve activiteiten plaatsgevonden in het revalidatiecentrum Blixembosch en op het nationaal sportcentrum in Papendal. Ook hebben ze een high-rope parcours gedaan zowel lopend als in de rolstoel, waarbij ze afhankelijk waren van mede-studenten. Op de laatste dag hebben studenten raft-en bodyboardactiviteiten ondernomen in Zoetermeer.

Design & Instrumenten

Er is gekozen voor een mixed method design waarbij het kwantitatieve deel bestaat uit twee vragenlijsten; de Multidimensional Self-Esteem Scale (Revised Janis-Field Scale by Fleming and Courtney, 1984) en de Rosenberg Zelfwaarde Schaal (Franck, De Raedt, Barbez&Roseel, 2006). Deze vragenlijsten meten op verschillende subschalen het zelfvertrouwen van de studenten wat in dit onderzoek een belangrijke factor binnen persoonlijke groei is. De vragenlijsten hebben de studenten voorafgaand (nulmeting) en na afloop (eindmeting) van het kamp individueel ingevuld. Een vergelijking van

de resultaten van de nul- en de eindmeting laat zien of en in welke mate er verschil in zelfvertrouwen is voor en na het kamp. Het kwalitatieve deel is vormgegeven door middel van dagboekanalyses. Er is gekozen voor deze vorm van onderzoek omdat het op deze manier mogelijk is de onderwijssetting tijdens de interventieperiode in takt te laten terwijl de ontwikkeling van studenten toch gedurende een langere, afgebakende periode gevolgd kan worden (Bruine, E. de, Everaert, H., Harinck, F., Riezebos-de Groot, A. & Ven, A. van de, 2011). De resultaten van de dagboeken geven informatie over hoe de student zich voelt tijdens het kamp. >>



FOTOS: JENNIE POULWELSEN, MARC ROMPA



Resultaten & Conclusie

Met behulp van de vragenlijsten is bekeken of studenten na afloop van het kamp een afwijkende score hebben op het gebied van zelfvertrouwen, een belangrijke factor binnen persoonlijke groei, ten opzichte van de nulmeting (zie tabel 1). Gemeten wordt dan wat de studenten vinden van het niveau van zelfvertrouwen, is het zelfvertrouwen meer of minder geworden of gelijk gebleven. In tegenstelling tot de staat van zelfvertrouwen, hoe ze het zelfvertrouwen ervaren. Dit laatste blijkt, samen met de ervaring van het zelfbeeld en de eigen verantwoordelijkheid op kamp (de andere factoren van persoonlijke groei), uit de gegevens van de dagboeken.

Gevonden is dat studenten op de subschalen SocialConfidence, SelfRegard, School Abilities en PhysicalAbilities hoger scoren na afloop van het kamp (zie tabel 1). Studenten hebben meer zelfvertrouwen en meer vertrouwen op sociaal gebied na afloop van het kamp. Ook denken ze beter te zijn geworden op het gebied van studievaardigheden zoals samenwerken, maken van tentamens, e.d. Verder denken ze positiever over de eigen mogelijkheden op fysiek gebied. Studenten geven aan minder tevreden te zijn met hun eigen fysieke aantrekkelijkheid na afloop van het kamp. De scores op de Rosenberg Zelfwaarde Schaal (Franck, De Raedt, Barbez&Roseel, 2006) laten zien dat algemeen gevoel van zelfwaarde van de studenten beter is geworden. Wanneer we kijken naar de spreiding in de score's zien we een afname. Dat wil zeggen dat studenten die aanvankelijk minder scoorden een grotere toename van zelfvertrouwen laten zien dan studenten die bij de nulmeting beter scoorden. Het verschil

in deze groep studenten op de verschillende subschalen is dan ook kleiner geworden.

Het is zeer waarschijnlijk dat een volgende groep studenten deze groei ook laat zien wanneer ze deelnemen aan eenzelfde kamp. Echter zijn er bij de organisatie van een kamp altijd zaken die niet onder controle gehouden kunnen worden wat maakt dat "deelnemen aan exact eenzelfde" kamp vrijwel uitgesloten is. Zaken die het kamp kunnen beïnvloeden en die je minder makkelijk kunt controleren zijn weersomstandigheden, enthousiasme en uitstraling van derde partijen (bijvoorbeeld de raft-instructeur) maar ook persoonlijkheidskenmerken van deelnemers of samenstelling van de groep (dit omdat we werken met cohorten). Ook zijn er factoren waar je wel invloed op kunt uitoefenen maar niet geheel kunt bepalen zoals groepsdynamische processen, interactie tussen deelnemers, e.d. Het is daarom raadzaam dit onderzoek te herhalen bij andere populaties zodat de resultaten beter te generaliseren zijn.

Daar waar bij de vragenlijsten vastgesteld kon worden of er een toename aan zelfvertrouwen heeft plaatsgevonden tijdens het kamp, kan uit de gegevens beschikbaar gesteld in de dagboeken vastgesteld worden wat de studenten vinden van hun zelfvertrouwen tijdens het kamp, wat ze vinden van het zelfbeeld en van de eigen verantwoordelijkheid.

Een ruime meerderheid van de studenten geeft aan veel vertrouwen in zichzelf te hebben. Zodanig dat ze er vertrouwen in hebben een taak te kunnen volbrengen ("Ben goed

genoeg om mee te kunnen op dit kamp. Kan en wil met alles meedoen"). Ze zijn slechts sporadisch bezorgd over het niveau van hun eigen prestaties en zijn van mening dat in het overgrote deel van de gevallen het niveau van de eigen prestaties goed is. Ook geven ze aan ruim voldoende vertrouwen te hebben in de eigen mogelijkheden om iets te bereiken. Slechts in een enkel geval geven ze aan angstig te zijn voor een situatie en het gevoel te hebben dicht te klappen bij een opdracht ("ik ben opgenomen door de groep maar bij het samenwerkingsspel kon ik geen inbreng hebben, ik weet niet wat er gebeurde maar ik kon het niet, dat was heel irritant).

Veelvuldig komt naar voren dat ze zichzelf medeverantwoordelijk voelen voor de sfeer binnen de groep en de sfeer op het kamp. Ook geven ze aan zelfcontrole te hebben over het eigen handelen. Op het gebied van zelfcontrole met betrekking tot emoties daarentegen geven ze aan dat ze een enkele keer overmand worden door emoties. Daarnaast geven ze aan dat ze af en toe zelfverantwoordelijk zijn en invloed uit kunnen oefenen op het eigen gevoel, maar dat het gevoel zo nu en dan ook door anderen wordt bepaald.

Studenten geven in de dagboeken veelvuldig aan dat ze een positieve bijdrage hebben geleverd aan het kamp ("Ik heb iemand kunnen helpen met een probleem, kunnen praten dus in die zin ben ik zeker waardevol geweest, een 9") en zich goed voelen over het eigen handelen in combinatie met taken zoals eten koken, verantwoordelijk zijn voor het tijdig wekken en zorgen voor hout voor op het kampvuur. Het lijkt er op dat het goede gevoel over zichzelf mede ontstaat door corvee-achtige taken.

Of deze resultaten ook te vinden zijn bij brugklaskampen, zeilkampen of winterkampen zal verder onderzocht worden. Maar op basis van deze data lijkt het er op dat het waardevolle gevoel met betrekking tot de kampen op het gebied van zelfvertrouwen ook daadwerkelijk gemeten kan worden.

Foto; <http://www.markant-outdoorcentrum.nl/fotoalbums/groepskampeerterrein/index.html> ◀

Contact:

J.Pouwels, docent Fontys Sporthogeschool
Eindhoven j.pouwels@fontys.nl
M.Rompa, docent Fontys Sporthogeschool
Eindhoven m.rompa@fontys.nl