

Methodieken en werkvormen

*Kamp en begeleiden jeugdleden -
Zorg voor het individu en groep”*



Maker: Scouting Nederland , Veiligheid en gezondheid op kamp - “Handleiding voor de trainer”

Datum van productie: SA1.0 – aangepast november 2023

Kwalificatiekaart:

KAMP EN BEGELEIDEN JEUGDLEDEN – Zorg voor het individu en groep.

Leeftijd: Algemeen – Bevers t.m. roverscouts

Duur: 60-90 minuten

Groepsgrootte: verschillend per werkvorm

Locatie: Binnen/buiten

Korte inhoud:

Discussie door stellingen. Kan met ‘over de streep’ gespeeld worden.

Dit is geen officieel document van Scouting Nederland, maar is door Scouting Nederland geselecteerd omdat het een goed voorbeeld is van hoe je zelf met dit onderwerp aan de slag kunt gaan. Hierdoor kan het zijn dat sommige onderdelen van dit document niet geheel overeenkomen met wat Scouting Nederland normaal communiceert.

Werkvorm individu – Bevers en welpen

Uitleg:

Hierbij gaat het om de veiligheid van het individu in een leidingteam en het individu bij de welpen en de bevers. Een aantal hoofdzaken waar je als individu mee te maken krijgt op een kamp:

- Treiteren of pesten.
- Vermoeidheid.
- Groepsvorming.
- Eigen normen en waarden.
- Conflicten in normen en waarden: tussen kinderen onderling, tussen leiding onderling en tussen kinderen en leiding.

Om hier iets dieper op in te gaan, staan hieronder een aantal stellingen waarin een aantal kampsituaties aan de orde komen. Hierover kan in de subgroep gediscussieerd worden. Dit kan eventueel volgens een eenvoudig discussiespel als de subgroep grootte het toelaat.

Algemene stellingen:

- Een pilsje bij het avondeten voor de leiding? Ja lekker!
- Er is geen verschil tussen logeren en op bivak gaan.
- Rita heeft haar Ritalin-pilletje vergeten, ze kan wel de reserve van Joris gebruiken.
- Een stookvergunning heb je in Scoutinggebouwen nooit nodig.
- Luchtbedden opblazen, doen de ouders wel.
- Ieder kind van je speltak moet per se mee op kamp.
- Zondagochtend wordt Elisabeth opgehaald om even naar de kerk te gaan.
- Een kind dat heimwee heeft, mag bij jou in de slaapzak slapen als het daarom vraagt, omdat het dat bijvoorbeeld thuis bij de ouders ook mag.
- Een vertrouwenspersoon op kamp is verplicht om alles dat de kinderen vertellen, voor zich te houden.

Beverstellingen:

- Pannenkoeken horen niet thuis op een logeerweekend.
- Het logeren in een tent naast het eigen clubhuis is geen bezwaar.
- Er is geen verschil tussen de wekelijkse opkomst en een logeerpartij, behalve de lengte.
- De ouders van een bever moeten zelf voor themakleding zorgen. Heeft een bever geen themakleding, dan heeft hij pech.
- Koken met bevers kan echt niet.
- Billen schoonvegen, doe ik echt niet.
- Als twee bevers ruzie hebben, moeten ze het zelf maar uitzoeken.
- Als je boos bent op de bevers, hebben ouders zich daar niet mee te bemoeien.
- Het broertje van Maarten van vier mag ook wel mee met het logeerweekend, dan hebben de ouders een rustig weekend.
- Logeren bij een beverleider thuis moet best kunnen.
- Bevers hoeven door de leiding niet voorbereid te worden op het logeren. De ouders weten wel wat ze moeten doen.
- Dat bord gaat leeg, al zit hij hier morgen nog.

Welpenstellingen:

- Een kind dat gepest wordt, heeft het aan zichzelf te danken.
- Voor ieder kind op kamp gelden dezelfde regels.
- Als leidinggevenden zich als individu naar de kinderen toe gedragen, is dat een verrijking van het optreden van het leidingteam.
- Vaste vriendenclubjes op kamp zijn ongewenst en moeten uit elkaar gehaald worden.
- Ik ga met een groep welpen op kamp, niet met x losse kinderen.
- Bij een conflict tussen leiding en kind heeft de leiding altijd gelijk.
- Je staat het toe dat kinderen elke avond naar huis bellen als ze dat willen.
- Ik ga echt niet op knuffels letten, dat is toch gewoon speelgoed.
- Post op kamp wekt alleen maar heimwee op of kan dat versterken.
- Een uur rust 's middags is verplicht voor de kinderen.

Scouts Dilemma's op kamp (60 minuten)

Uitleg:

Ervaringen met elkaar uitwisselen over hoe je kunt maar soms ook moet reageren bij mogelijke situaties die je tegen kunt komen tijdens een kamp of weekend. De subgroep staat of zit rond een tafel. De situaties staan op kaartjes die op een stapel liggen. De trainer/subgroepbegeleider draait een kaartje om en leest de situatie hardop voor. Hierna kan de kaart open op tafel gelegd worden.

Opdracht:

Je hebt een aantal actiekaarten uitgedeeld gekregen waarmee je kunt aangeven hoe je zou reageren op de betreffende situatie. Om beurten legt iemand zijn actiekaart open op tafel bij de situatiekaart. De overige deelnemers leggen hun gekozen actiekaart dicht op tafel. Hierna geeft de eerste deelnemer aan waarom deze actie is gekozen. De rest van de subgroep draait vervolgens hun eigen kaart om en hier komen mogelijk andere acties naar voren. Deze kunnen dan kort worden toegelicht. Daarna wordt een gezamenlijk standpunt gekozen over welke actie het beste resultaat in de betreffende situatie met zich meebrengt. Dan wordt de volgende situatiekaart omgedraaid.

Situaties en acties:

- Naast de standaard situaties krijgen de deelnemers twee blanco kaartjes waar ze eventueel hun eigen situaties kort op kunnen beschrijven. Deze situaties worden door de standaard stapel geschud. Deze situaties kunnen hierna opgenomen worden als standaard voor een volgende keer.
- Van elke actie krijgt een deelnemer, een x aantal kaartjes. Elk kaartje mag ook maar één keer ingebracht worden. Ze moeten dus goed schatten wanneer welke actie het beste kan uitkomen.

Mogelijke acties:

- Jeugdlid naar huis sturen (1x).
- Contact opnemen met ouders (2x).
- Jeugdlid laten bellen met ouders (1x).
- Ouders langs laten komen (1x).
- Extra aandacht geven (3x).
- Gesprek voeren met ploeg (2x).
- Gesprek met ploegleider (2x).
- Politie inschakelen (1x).
- Negeren (2x).
- Extra corvee geven (4x).
- Je pakt het af en gooit het weg (1x).
- Gesprek met het jeugdlid houden (3x).
- Langs de kant zetten (2x).
- In zijn/haar hemd zetten voor de groep (1x).

Mogelijke situaties:

- Een ploeg pest het jongste ploeglid, zodat hij of zij 's nachts huilend bij de tent staat.
- Een jeugdlid heeft op de tweede dag van het kamp heimwee. Het is de hele ochtend al aan het huilen.
- Een ploeglid vertelt jou dat zijn ploegleider in de supermarkt gestolen heeft.
- Een scout neemt twee flessen Malibu mee. Je vindt het in de tas bij de inspectie op de tweede dag van het kamp.
- Tijdens de tocht kom je een halve ploeg tegen. De twee oudsten hadden geen zin meer en die zitten drie kilometer terug te wachten tot jij als leiding ze ophaalt.
- Een jeugdlid wast zich niet tijdens kamp.
- Een jeugdlid weigert elke avond het avondeten te eten. Hij lust het allemaal niet.
- Een ploeg slaapt twee nachten niet. Ze blijven de hele tijd op.
- Bijna elke dag krijgt een ploeg ruzie tijdens het corvee na het avondeten.
- Een jeugdlid rookt in het bijzijn van de (rest van de) ploeg.

Explorers Dilemma's op kamp (90 minuten)

Uitleg:

Hieronder zijn kaartjes opgenomen.

Het is leuk om er een spelvorm aan te koppelen, zoals het Barricadespel, Ganzenbord of het Lagerhuis.

Doel

Het doel is om op een speelse manier bij diverse stellingen over sociale aspecten tijdens kamp stil te staan.

Er zijn zestien stellingen over:

- Alcohol.
- Roken.
- (homo)seksualiteit en relaties.
- Gokken.
- Discriminatie.
- Heimwee.
- Wrijvingen in de groep.
- Ziekte.

De stellingen zijn uit te breiden met praktijkervaring van de deelnemers.

Opdracht:

Hoe reageer je als begeleiding op mogelijke gebeurtenissen op kamp? Er zijn zestien stellingen. Hoe zouden jullie reageren in die situatie?

In de afdeling hebben een jongen en een meisje verkering met elkaar. Gedurende de kampweek zijn ze onafscheidelijk. Voor een nachtspel worden er groepjes gevormd, waarbij blijkt dat deze twee niet bij elkaar in het groepje zitten. Ze willen niet meedoen aan het spel als ze niet bij elkaar in het groepje zitten en stellen daarom voor om samen de centrale post te bemensen.

Hoe ga je hier mee om?

Je bent met de trein naar Polen voor je expeditie. Je reist als groep op een voordelige retourkaart voor meer personen. Na enkele dagen krijgt een explorer heimwee en wil uiteindelijk nog maar één ding: naar huis.

Hoe los je dit op?

De afdeling heeft ervoor gekozen om naar Zuid-Duitsland te gaan. Het is een erg mooi terrein en de explorers zijn er erg enthousiast over. Helaas is het met openbaar vervoer niet te bereiken. Omdat busjes huren er financieel gezien niet in zit en de ouders je niet zo ver willen wegbrengen, wil de meerderheid van de afdeling liftend naar de kampplaats gaan. Een drietal meiden in de groep ziet dit niet zitten, want dat hebben ze nog nooit gedaan.

Hoe los je dit op?

Gaandeweg de kampweek ontstaan er wrijvingen tussen een aantal explorers en er ontstaan min of meer twee groepen. De spanning blijft onderhuids in de afdeling aanwezig en iedereen merkt dat er iets niet klopt.

De explorers vinden het niet zo erg, ze doen gewoon alles in de twee subgroepen.

Grijp je als begeleiding in en zo ja, hoe doe je dat?

Je hebt voor een weekendkamp een blokhut gehuurd. Aan het eind van het weekend moet de blokhut schoongemaakt worden. Eén explorer maakt dan de opmerking: 'Zat er geen Turk bij de huur inbegrepen? Ik ga echt geen wc's schoonmaken!'

Ga je hierop in?

Je hebt een gemengde afdeling. Je bent gewend om tijdens het kamp in één grote tent te slapen. De explorers vinden dat veel gezelliger. Eén explorer heeft hier moeite mee en wil liever niet gemengd slapen.

Hoe los je dit op?

Maakt het uit of het een jongen of een meisje is?

Je hebt als afdeling een trektocht gepland door de Belgische Ardennen en gaat lichtgewicht kamperen. Per koppel is er een lichtgewicht tweepersoonstentje, een brander en een pannenset. Zoals altijd, kiezen de explorers zelf met wie ze een koppel willen vormen. Nu blijkt vlak voor het kamp dat één van de jeugdleden homoseksueel/lesbisch is en niemand wil met deze persoon in één tentje slapen.

Hoe los je dit op?

Je bent in het buitenland op expeditie. Tijdens het kampvuur zie je dat één van de oudste explorers een joint draait. Hij wordt daar door een andere explorer op aangesproken en reageert met de opmerking dat hij altijd wiet bij zich heeft. Hij heeft het ook bewust uit Nederland meegenomen, want wiet is in het buitenland zo vreselijk duur.

Iemand anders zegt dat hij hiermee de hele groep in gevaar brengt.

Hoe ga je hier mee om?

Iemand heeft van thuis een cake meegenomen en presenteert deze als spacecake. Eén van de jongere explorers herkent dit niet en wil ook wel een plakje. De rest van de afdeling zegt niets en denkt bij zichzelf: 'Ik ben benieuwd wat er gaat gebeuren.'

Hoe reageer je hierop?

De explorers slapen met vier personen in één tent. Eén van de explorers is gewend om 's ochtends voordat hij iets anders doet een sigaret te roken. Ook nu doet hij dat dus. Wat vind je hiervan? Maakt het uit of er ook niet-rokers in de tent liggen?

Maakt het uit of hij jonger is als 18?

Je bent op trektocht in Noord-Frankrijk en hebt gepland om in anderhalve week van Epinal dwars door de Vogezen naar Straatsburg te trekken. De tweede nacht krijgt iemand ontzettende last van zijn buik. Na een bezoek van een plaatselijke arts blijkt het een acute blindedarmonsteking te zijn. De explorer moet opgenomen worden in het ziekenhuis. Na de opname wil een aantal explorers de geplande tocht met een dag vertraging toch vervolgen. Ze hebben immers een heel jaar gespaard voor deze reis en willen er uithalen wat er nog inzit. Een aantal anderen wil het hele programma omgooien en wat korte dagtochtjes gaan maken in de omgeving.

Wat doe je nu?

Je bent op expeditie in Denemarken en de afdeling wil een dagje naar Legoland. Om de dag zo optimaal mogelijk te benutten, heb je afgesproken om die dag vroeg op te staan. Als het moment daar is, zegt één van de oudste explorers: 'Gaan jullie maar vast. Ik heb niet zo'n zin om zo vroeg op te staan en blijf nog even liggen. Misschien kom ik later wel.' Twee andere explorers sluiten zich hierbij aan.

Hoe ga je hier mee om?

Verandert jouw houding als zij dit zeggen, omdat ze de avond te voren te lang bij het kampvuur hebben gezeten?

Je hebt pech met je expeditie in Duitsland en het is de hele tijd slecht weer. Je besluit daarom om een avondje naar een plaatselijk cafeetje te gaan om wat op te drogen. De explorers vinden dat een buitengewoon goed idee. Daar aangekomen besluiten twee achttienjarige explorers een wedstrijdje bier drinken te beginnen.

Zeg je daar wat van? Ze zijn immers oud genoeg.

Maakt het uit of ze in Scoutfit zijn (en dus duidelijk herkenbaar als Scouts) of niet?

Een achttienjarige explorer zit bij het ontbijt met een pilsje in zijn hand. Als iemand anders daar iets van zegt, antwoordt deze explorer met: 'Ach, dat moet toch kunnen. Ik ben maar eens per jaar op kamp.'

Hoe reageer je hierop?

Je wordt gevraagd om mee te spelen met een partijtje poker. Je zegt 'Ja', maar als blijkt dat er voor geld gespeeld gaat worden, stel je voor dit niet te doen. De andere drie vinden dat het dan niet leuk meer is om te spelen. Je zegt dat je dan niet meedoet, want je wilt niet met explorers om geld spelen. Ze vinden dat flauw, want het gaat toch niet om zoveel geld.

Wat doe je dan?

Maakt het uit als je weet dat je een veel betere kaartspeler bent dan de explorers?

Tijdens een dropping doe je een snackbar aan. Eén van de leden neemt plaats achter een fruitautomaat. Je ziet dat hij er voor minstens € 75,- aan geld in gooit en dat in een kwartiertje verspeelt.

Spreek je deze explorer daarop aan?

Waarom wel/niet?

Zoja, bespreek je dit ook met zijn/haar ouders?

Theorie Zorg voor het individu - Bevers en welpen

Sociale en emotionele veiligheid

Tijdens een kamp zijn jeugdleden een week lang van huis en zijn ze niet in hun vertrouwde omgeving. De hele dag zijn er anderen om hen heen, ze zijn nooit alleen. Ook zijn ze de hele dag actief, ze maken van alles mee en gaan vaak laat naar bed. Dit leidt tot vermoeidheid. Een gevolg van de vermoeidheid die gaat ontstaan, is dat zowel jeugdleden als leiding in de loop van het kamp wat sneller geïrriteerd zijn dan normaal. Het is daarom van groot belang om elk jeugdlid individuele aandacht te geven en te zorgen dat ieder jeugdlid lekker in zijn vel zit. Omdat een leidinggevende nooit een hele speltak kan overzien, is het verstandig om de kinderen te verdelen onder de leiding, zodat deze leidinggevende extra let op een paar kinderen. Dit kun je bijvoorbeeld per nest doen. Voor een aantal taken kan het handig zijn om een vaste leidinggevende te hebben, bijvoorbeeld iemand die veel ervaring heeft met heimwee.

Het is voor de kinderen van groot belang dat er duidelijke afspraken zijn. Bijvoorbeeld: hoe ga je om met snoep en zakgeld? Ieder voor zich of alles samen delen?

Zorg er ook voor dat kinderen voldoende rustmomenten hebben. Zorg ervoor dat het tijdens een rustmoment ook echt rustig is en dat er niet een paar rondhollende kinderen de rust van de anderen verstoren. Omdat de kinderen de gehele dag in een actief programma worden meegenomen, zijn ook momenten van vrij spelen van belang. Bij oudere leeftijden ontstaan deze momenten vaak vanzelf (bijvoorbeeld rond het koken, omdat niet elke scout tegelijk in de pan kan roeren). Voor bevers en welpen moeten deze momenten actief worden ingepland. Voor meer informatie over rustmomenten en vrij spel, zie de download over speluitleg op de site van Scouting Nederland.

Meestal zullen de jeugdleden het zelf wel vertellen of de ouders lichten je in, maar het is altijd handig om zelf even te controleren of er jeugdleden jarig zijn. Dan kun je er vooraf rekening mee houden en word je er niet door overvallen.

Hieronder worden een paar onderwerpen verder uitgediept: pesten, nesten, bedplassen en heimwee.

Pesten

Omdat je tijdens een kamp veel langer met elkaar samenleeft dan normaal, is het van belang om, meer nog dan tijdens een opkomst, alert te zijn op pestgedrag. Pesten kan wel eens worden afgedaan als een plagerijtje. Als je gepest bent, weet je dat pesten veel verder gaat en dat het kan leiden tot een zeer ongelukkig gevoel. Wat is pesten nu eigenlijk?

Pesten kan een vorm zijn van verbaal, non-verbaal of fysiek gedrag dat als doel of gevolg heeft of kan hebben dat een bedreigende, vijandige, beledigende, vernederende of kwetsende situatie ontstaat. Een belangrijk kenmerk van pesten, is de scheve machtsverhouding. De pester oefent macht uit en de gepeste voelt zich machteloos.

Daarnaast is pesten meestal langdurig en intensief. Pesten heeft nadelige gevolgen voor het slachtoffer. Hij kan er veel last van ondervinden en ziet zich niet in staat zich te verweren. Doet hij dit wel, dan kan het gepest nog eens in felheid toenemen.

Plagen daarentegen, is van een heel andere orde. Bij plagen is er sprake van incidenten. De ene persoon zegt iets tegen de andere. Er volgt een reactie en daarmee is het dan meestal wel afgedaan. Meestal gaat het er vooral om elkaar voor de gek te houden. De macht blijft aan beide kanten ongeveer gelijk. Daarnaast is de geplaagde in staat zich te verweren en vindt er geen langdurige schade op het psychische of fysieke vlak plaats. Om dit te

ontdekken, is het handig om goed te kijken wat er gebeurt in de groep. Zorg dat er altijd iemand bij de kinderen is en voorkom dat alle leiding gezellig in het leidinghok zit en de kinderen zonder toezicht ergens spelen.

Vaste subgroep (nesten)

Een belangrijk fundament van Scouting, is het werken in subgroepen. Bij bevers speelt dit nog niet, maar bij welpen wordt regelmatig in subgroepen gewerkt. De subgroepen worden bij de welpen 'nesten' genoemd.

Bij onderdeel 'Begeleiden jeugdleden' wordt het werken met nesten verder uitgelegd, maar je kunt de nesten ook gebruiken tijdens kamp:

- Als je gaat lopen met welpen, vooral op drukke paden, kan het handig zijn om ze te splitsen in kleinere groepjes (nesten dus). Je houdt zo beter overzicht en als de groep uiteenvalt (denk aan stoplichten e.d.) dan kun je later rustig weer verzamelen.
- Bij speurtochten is het ook leuker om met nesten te werken, omdat de welpen dan meer aan de route kunnen uitzoeken.
- In kleine groepen kun je het wassen en tandenpoetsen eenvoudiger organiseren, je hebt dan niet een grote groep die om je heen staat te springen.
- Voor het slapen kunnen nesten een logische ordening zijn in de zaal, om toch een overzichtelijke eenheid te creëren.
- Als je gaat varen, zijn vaste subgroepen noodzakelijk; in kano's is het handig om kleine groepen te hebben, zodat je goed overzicht houdt en je gemakkelijk druk water kunt oversteken. Je kunt dan ook beter instructies geven. In lelievletten past simpelweg ook geen grote groep.
- Het kan handig zijn om de gidsen vast te vertellen wat je gaat doen en wat eventuele risico's onderweg zijn.
- Voor corvee heb je al vaste groepjes die je gemakkelijk kunt laten rouleren.

Bedplassen

Bedplassen is een veelvoorkomend verschijnsel op zomerkamp of kleinere weekenden bij kinderen tot ongeveer 12 jaar. Voor je op kamp gaat, is het ook handig om bij de ouders na te vragen of er kinderen zijn die hier last van hebben zodat je van tevoren maatregelen kunt nemen. Eén op de zes kinderen hebben soms last van bedplassen. Dit kan meerdere oorzaken hebben: ze signaleren onvoldoende dat hun blaas vol zit, de samenwerking tussen de spieren in hun buik is nog niet altijd voldoende of de hormonen die maken dat je 's nachts minder urine produceert worden nog onvoldoende aangemaakt.

Als kinderen ouder worden, veranderen de hormonen van het kind en houdt het bedplassen meestal vanzelf weer op. Voor de kinderen is dit vaak een nogal beschamend voorval en het kan ervoor zorgen dat ze niet mee op kamp durven gaan, omdat ze bang zijn om in bed te plassen. Hier moet je als leidinggevende dus proberen te ondersteunen en te helpen. Het kan zijn dat kinderen thuis geen last hebben van bedplassen, maar door de andere omgeving op kamp wel een ongelukje hebben.

Wat te doen bij bedplassen?

Het allerbelangrijkste dat bij bedplassen komt kijken, is überhaupt weten dat iemand hier last van heeft. Als jullie gebruik maken van een vooraf in te vullen medisch formulier, vergeet dan niet deze vraag toe te voegen.

Over bedplassen kun je heel geheimzinnig doen, maar ook vrij open. Als iemand een ongelukje heeft gehad en het is de andere kinderen opgevallen, draai er dan niet omheen en wees gewoon eerlijk. Juist wanneer je er als leiding omheen draait, kunnen de kinderen een

vervelende reactie naar het kind hebben. Wees er dus open over en dan zullen de anderen er ook normaler mee omgaan. Let natuurlijk wel op hoe je het vertelt en schat je kinderen goed in. Probeer verder wel strategisch en onopvallend met de situatie om te gaan.

Als je weet dat er iemand meegaat die nog wel eens last van bedplassen heeft, neem dan de volgende tips mee:

- Laat alle kinderen voor het naar bed gaan nog even langs het toilet gaan.
- Als de leiding naar bed gaat, is het handig om het kind even wakker te maken voor een tussentijds toiletbezoekje. Volg het ritueel dat de ouders met het kind ook gebruiken. Overleg met de ouders ook welke tijd hiervoor het beste is. Zeg tijdens dit ritueel nooit: 'Kom even mee om te plassen', maar 'We gaan naar de wc'. Het woord 'plassen' alleen kan al een trigger zijn.
- Tijdens het avondeten niet meer dan één glas drinken. Dit betekent niet dat het kind 's nachts niet zal gaan plassen, tijdens slaaptijden produceert je lichaam in ieder geval een hoop urine.
- Sommige kinderen kunnen 's nachts een trainingsbroekje aantrekken (eventueel onopvallend bij de leiding). Spreek ook af dat het kind het weer in de slaapzak weglegt (zodat je er als leiding later onopvallend naar kunt kijken en het eventueel kunt wegleggen).
- Als leiding moet je in ieder geval een extra slaapzak en een extra matje meenemen. Ook kan je het kind een tweede slaapzak en matje laten meenemen.
- Probeer kinderen die er 's nachts uitgaan strategisch neer te leggen, het liefst zo dicht mogelijk bij de deur. Als er vriendjes bij willen liggen, is dit geen probleem als je als leiding 's nachts maar niet drie keer over iemands hoofd struikelt. Overigens is het altijd handig om een goed looppad vrij te houden.

Heimwee

Wat is heimwee? Heimwee betekent letterlijk: het verlangen naar geboortegrond, naar huis. Een verlangen dat zo sterk kan zijn, dat het ziekmakend is. Er zijn verschillende soorten heimwee. Voor jeugdleden betekent het vooral dat ze hun ouders missen, maar ook wel hun broertje of zusje. De kern van heimwee is vaak scheidingsangst. Het jeugdlid is bang dat de ouders niet meer terugkomen. Hij of zij mist meer de persoon dan de omgeving. Heimwee kan leiden tot allerlei lichamelijke en emotionele symptomen: gebrek aan eetlust, slapeloosheid, maag- en darmstoornissen, het idealiseren van thuis, nergens anders aan kunnen denken, lusteloosheid, weinig belangstelling voor de directe omgeving. Bij kinderen zie je vooral ook dat ze huilen en zich terugtrekken. Soms zie je ook lastig of aandacht vragend gedrag, vooral als het kind voor lange tijd van huis is.

Heimwee en leeftijd

Heimwee heeft niets met leeftijd te maken. Het komt op alle leeftijden voor. Wel is het bij jonge kinderen sterker, omdat zij niet het idee of gevoel hebben dat ze iets aan de situatie of aan het gevoel kunnen veranderen. Het overkomt ze gewoon en ze zitten in een uiterst afhankelijke positie. Als volwassene kun je afleiding zoeken of bepaalde situaties wat gemakkelijker uit de weg gaan, als je weet dat het teveel problemen gaat opleveren. Vaak wordt gedacht dat kinderen er overheen groeien. Dat is in lang niet alle gevallen zo. Als een kind over heimwee heen groeit, komt dat niet per se door het ouder worden, maar doordat er meer ervaring op gedaan is. Hoe vaker een kind uit logeren of op kamp is geweest, hoe kleiner de kans op heimwee. Natuurlijk heeft ook de houding van de ouders grote invloed. Stimuleren ouders hun kind om te gaan logeren of houden ze het liever thuis? Durven ouders hun kind los te laten of willen ze overal bovenop zitten? Kinderen pikken

zoiets feilloos op en passen hun gedrag daar op aan. Zelfs als ouders hierover niets tegen hun kinderen zeggen.

Wat kun je als leidinggevende doen bij kinderen met heimwee?

- Praat met de ouders over oplossingen waar zij goede ervaring mee hebben.
- Kinderen kunnen zelf ook heel goed vertellen waar ze wel of geen steun aan hebben. Zeker als ze weten dat ze snel last hebben van heimwee en hier mee geholpen willen worden.
- Maak afspraken met de ouders en het jeugdlid over het wel of niet naar huis bellen. Het ene jeugdlid heeft juist een telefoontje nodig om zeker te weten dat paps en mams beschikbaar zijn. Bij het andere jeugdlid loop je het risico dat contact alleen maar tot nog meer heimwee gaat leiden. Hetzelfde geldt voor het sturen van een kaartje of een brief. Bij de één is dit een goed idee, bij de ander een drama.
- Wanneer een jeugdlid naar huis belt, zorg dan dat je vooraf de ouders hebt gesproken en dat je ook duidelijkheid hebt over de te maken afspraken.
- Het kan goed helpen als voor het slapen gaan zoveel mogelijk de rituelen van thuis worden aangehouden.
- Laat kleine kinderen vertrouwde dingen meenemen op kamp, bijvoorbeeld een knuffel, hun eigen kussen of hun eigen deken. Dit vinden ook kinderen die geen heimwee hebben prettig. Ook een nachtlampje maakt het gebouw een stuk minder eng.
- Soms wil het beroemde heimweepilletje goed helpen bij kinderen met lichte heimwee: een snoepje dat dienst doet als heimweepil.
- Oudere kinderen kunnen een schriftje of dagboekje meenemen waarin ze opschrijven wat ze meemaken. Dat helpt om het heimweegevoel van zich af te schrijven. Er ontstaat bij het jeugdlid ook meteen meer inzicht in de voor- en nadelen van het weg van huis zijn. Wat uit zo'n dagboekje ook blijkt, is dat heimwee vooral op bepaalde momenten tijdens het kamp de kop op steekt. En dat het gelukkig ook weer over gaat. Maak dus tijd in je kampprogramma voor het schrijven in een dagboekje voor die jeugdleden die dat nodig hebben.
- Er blijken risicovolle tijdstippen te bestaan: onder het eten, bij het slapen gaan en net na het wakker worden. Dat zijn de momenten die het meest aan thuis doen denken en waarop er de minste afleiding is. Doordat jeugdleden met een dagboekje die kritieke momenten ontdekken, kunnen ze zich aanwennen om daar een oplossing bij te bedenken. Afleiding helpt tegen heimwee. Dus kan het handig zijn om jeugdleden tijdens het eten bezig te houden met een eetspel, ze ontbijtdienst te laten doen na het wakker worden, te zorgen dat jeugdleden iets te lezen hebben bij het wakker worden of de terugkomsttijd in te stellen bij het slapen gaan.
- Op het moment dat jeugdleden erg moe zijn, wordt het heimweegevoel vaak sterker. Soms is een goede nacht slapen voldoende om heimwee de baas te worden. De volgende dag kan het gevoel dan weer over zijn.
- Betrek het jeugdlid zoveel mogelijk bij de kampactiviteiten en de omgeving, maak het nieuwsgierig en laat het op onderzoek uitgaan. Eigenlijk moet er zoveel fraais te beleven zijn, dat er geen plaats meer is om aan thuis te denken.
- Maak van tevoren in ieder geval duidelijke afspraken, zodat het jeugdlid weet waar het aan toe is. Wanneer is er tijd voor het dagboekje, wanneer komt het jeugdlid naar de leiding met heimweegevoelens, wanneer heb je even troosttijd, wat doen we als het echt niet meer langer gaat? • Het kan geruststellend zijn als het kind van te voren weet dat als het niet lukt dat het naar huis kan, juist deze zekerheid kan maken dat het kind geen heimwee krijgt.

- Bevers hebben nog een hele Scoutingloopbaan voor de boeg, het logeren is vaak één van de eerste activiteiten zonder ouders, dus dat is heel erg spannend. Soms geven ze van te voren al aan dat ze niet willen blijven slapen, maar wel heel graag mee willen. Maak er geen probleem van en laat ze thuis slapen en de volgende ochtend gewoon terug komen.
- Weet een bever niet zeker of hij wel wil blijven slapen, laat hem dan toch zijn slaapspullen meenemen met de afspraak dat hij dus toch kan blijven als hij wil. Als de rest van de groep wel blijft slapen, zijn ze vaak zo om.
- Bekijk heimwee als iets heel moois en benader het positief: wat goed dat je dat hebt, dat betekent dat je lieve ouders hebt, het thuis fijn hebt of zoiets. Maak een brugje naar waarom ze weg zijn (samen leuke dingen doen, wat er nog gaat komen) en dat ze de ouders daarna weer zien. Dit doet vaak al wonderen.
- Ga er als leidinggevende er serieus mee om, maar maak het niet te gewichtig, al die speciale aandacht kan het ook 'zwaarder' maken dan nodig.

En dan kan het je alsnog overkomen. Het jeugdlid blijft ondanks al jullie steun, afspraken en inzet toch heimwee houden. Dat is heel erg jammer, maar dat kan wel ten koste gaan van het plezier tijdens het kamp. Er blijft dan ook maar één advies over, neem contact op met de ouders en laat het jeugdlid in overleg met hen naar huis gaan. Tegen echt heel veel heimwee is helaas niemand opgewassen.

Bedtijden

Jonge kinderen hebben meer slaap nodig dan oudere kinderen. Het gemiddelde ligt op 10 uur per nacht. Hieronder vind je de aanbevolen bedtijden.

- 4 tot 6 jaar: tussen 19.00 en 19.30 uur.
- 7 tot 8 jaar: tussen 19.45 en 20.00 uur.
- 9 tot 10 jaar: tussen 20.00 en 20.30 uur.
- 11 tot 12 jaar: tussen 20.30 uur en 21.00 uur.

Zijn de kinderen extreem vroeg wakker?

Extreem vroeg wakker worden, kan te maken hebben met 's avonds vroeg eten. Kinderen hebben 's morgens dan niet meer de energie om te slapen vanwege een te lage bloedsuikerspiegel. Tip: eet het toetje wat later op de avond.

Zet een wekker klaar en spreek af dat je kind pas na het belletje mag opstaan. Ook kan één van de leidinggevers in de ochtend bij de kinderen gaan liggen en zorgen dat het stil blijft, zodat de andere kinderen door kunnen slapen en niet iedereen wakker wordt als de eerste wakker is.

Persoonlijke hygiëne

Hygiëne komt op een aantal gebieden op kamp duidelijk aan de orde. Zonder hygiëne is de kans groot dat mensen ziek worden en dat kan ten koste gaan van een geslaagd kamp.

Een kamp wordt voor iedereen prettiger als de persoonlijke hygiëne op kamp in orde is. Maak daarover met je jeugdleden goede afspraken. Het is belangrijk om ze goed in de gaten te houden, omdat ze vaak de hygiëne vergeten. Denk hierbij aan het handen wassen na het toiletbezoek, het verschonen van kleding, het handen wassen voor het eten en het dagelijks wassen. Leiding ziet erop toe dat dit gebeurt. Je kunt hiervoor controlelijsten gebruiken, zodat je weet dat alle bevers en welpen gewassen zijn, hun tanden hebben gepoetst, elke dag schoon ondergoed aan doen en regelmatig hun kleren verschonen.

Bij de keuze van je accommodatie is het goed om op de aanwezigheid van toiletten en douches te letten. Dat wil niet zeggen dat accommodaties zonder deze voorzieningen afvallen, maar het is goed om er – met betrekking tot de samenstelling en leeftijd van je groep – rekening mee te houden. Ook is het handig om douches te hebben als je bedplassers in je groep hebt. Bij de jongere speltakken is het in ieder geval om van belang een douche te hebben, een ongelukje is immers zo gebeurd.

Hieronder vind je diverse tips om er voor te zorgen dat je geen problemen krijgt met een slechte hygiëne op kamp:

- Regelmatig goed wassen.
- Regelmatig schone kleren; zeker elke dag schoon ondergoed en sokken. Spreek af dat iedereen bijvoorbeeld 's avonds schoon ondergoed aan doet en dat sokken dan gelijk mee in de vuile waszak gaan.
- Natte spullen eerst laten drogen.
- Vieze kleding in aparte zakken opbergen.
- Lucht de slaapruijnte regelmatig.

Hygiëne bij toiletten en wasgelegenheden

Ook bij toiletten en douches krioelen veel bacteriën. Houd die ruimtes dus goed schoon en zorg voor voldoende toiletpapier. Tijdens een kamp dienen toiletten minstens dagelijks schoongemaakt te worden. Check bij bevers tussentijds ook nog een keer extra. Neem dit mee in je corveerooster en zorg ervoor dat jeugdleden hun handen wassen na het toiletbezoek. Organiseer op tijd een plaspauze bij de bevers.

Corvee

Bevers en welpen kunnen goed helpen met corvee: tafel dekken, tafel afruimen en afwassen kun je inplannen in je kampprogramma. Bevers vinden het zelfs heel leuk om te helpen bij simpele corveeklusjes. Meehelpen benadrukt ook het motto, de wet en de belofte nog een keer, aangezien bevers alles samen doen. Bij de welpen kun je hiervoor bijvoorbeeld je nestindeling gebruiken. Belangrijk is dat elke dag elk kind iets doet en dat er afwisseling is van de taken, zodat iedereen de leuke en minder leuke klusjes krijgt. Bij bevers en welpen moet je als leidinggevende zeker daarna nog de toiletten schoonmaken vanwege de hygiëne.

Theorie Zorg voor de groep

Bevers en welpen

Kampregels

Net als thuis of tijdens de opkomst is het belangrijk om duidelijke regels te hebben. Tijdens het kamp is dit nog belangrijker en zijn er meer regels en afspraken. Je leeft immers gedurende de hele kampperiode samen en zeker als iedereen moe begint te worden, nemen de irritaties toe. Zorg dus voor voldoende rustmomenten en geef zowel jeugdleden als leiding de kans om zich even terug te trekken.

Op kamp vorm je een eigen wereld met de kinderen en daar zijn duidelijke regels bij nodig. Tijdens je opkomsten heb je al regels, maar tijdens een kamp zijn deze regels nog harder nodig. Niet alleen als het gaat om omgangsvormen, maar ook als het gaat om het terrein verlaten, toiletbezoek, privacy, regels tijdens het eten, etc. Zeker als de kinderen na een paar dagen moe beginnen te worden, zijn duidelijke regels voor iedereen van belang. Een voorbeeldregel kan zijn 'Zeg het tegen de leiding als je naar het toilet gaat'; zo kun je niemand kwijt raken.

Het is goed om ook met de leiding onderling afspraken te maken over zaken als corvee, bedtijden, het gebruik van alcohol en dergelijke. Zeker wanneer er veel jonge leiding is, kunnen deze vooraf gemaakte afspraken een leidraad zijn.

Materiaalregels

Je hebt veel materiaal bij je, waar bijzondere regels voor gelden. Hierbij valt te denken aan regels voor koken, regels voor vervoer van materiaal. Let bij je accommodatie ook op de regels voor het stoken en de afspraken met de brandweer.

Voor veel gevaarlijke materialen kun je op www.scouting.nl zogenaamde 'veiligheidsbladen' vinden. Ze zijn er bijvoorbeeld voor voedselveiligheid, het gebruik van gebouwen en de veiligheid van vervoer van materialen.

Groepsproces

Tijdens een kamp zijn er veel dingen anders dan normaal. Niet alleen voor jezelf, maar ook voor de kinderen.

- Ze zijn lang van huis en dus uit hun vertrouwde omgeving.
- Ze zijn continu samen in een groep en krijgen daardoor minder individuele aandacht.
- Er zijn andere gewoontes en regels (samen eten, regels rondom roken, slapen).
- Er wordt op een andere manier omgegaan met gezondheid, beperkingen, dieet en medicijnen.
- Er ontstaan groepjes en klikjes en dus ook buitenbeentjes.

Er is een aantal zaken, dat een effect kan hebben op de jeugdleden:

- Ouderbezoek.
- Heimwee, heimweepillen, opbellen; willen weten waar de ouders zijn.
- Het krijgen of juist niet krijgen van post.
- Het hebben van hun eigen knuffelbeesten of vertrouwde speeltjes.
- De hoeveelheid zakgeld die een kind heeft.

- Voelt een kind zich veilig en vertrouwd?
- De verjaardag van een kind.

Reacties van kinderen hierop:

- Gaan bedplassen, terwijl het kind eigenlijk al zindelijk is.
- Ongewenst gedrag (kliekjes, pesten, kort lontje door vermoeidheid, afgunst).
- Weglopen.

Hoe kun je hier als leiding op inspelen?

- Samen de blokhut en het terrein verkennen (bij aankomst).
- Samen met ouders de slaappleaatsen in orde maken (veiligheid creëren).
- Het houden van een 'oefenweekend' voor welpen. Voor bevers kun je het eerste weekend in het jaar gewoon vertrouwd in je eigen gebouw logeren en later in het jaar nog een keer ergens anders.
- Rekening houden met de hoeveelheid slaap/rust, het hanteren van een bedtijd.
- Zorgen dat het programma afgestemd is op de kinderen (bijvoorbeeld regelmaat).
- Het opstellen van duidelijke regels.
- Elk individueel kind aandacht geven, bijvoorbeeld door de kinderen te verdelen over de aanwezige leiding. Je hoeft dan niet op dertig kinderen te letten, maar op slechts zes kinderen.

Grensoverschrijdend gedrag door kinderen

Soms gaan kinderen over de grens. Dan zul je al leiding moeten ingrijpen. Hoe zorg je nu voor een goede oplossing? Hieronder volgt een manier om het gestructureerd aan te pakken.

- Beschrijf het probleem (zo objectief mogelijk).
- Voor wie is het een probleem: voor de andere kinderen, voor het kind zelf, voor alle leiding, alleen voor jou, voor de ouders van het kind?
- Treedt het probleem altijd op of vaak? Of gaat het wel eens goed? Beschrijf de situatie dat het goed gaat, waar ligt het aan dat het dan goed gaat; hoe reageren de andere jeugdleden op het jeugdlid, heeft het vriendjes/vriendinnetjes, hebben die invloed (goed/kwaad) op het gedrag?
- Met wie van de leiding heeft het jeugdlid wel een goede band? Hoe doet die leiding dat met dat jeugdlid? Kun jij dat ook?
- Kinderen voelen vaak intuïtief aan of je ze mag of niet; pas daar voor op!
- Heb je er met de ouders over gepraat? Wat zeggen die, wat doen de ouders eraan? Is het jeugdlid ook zo op school, wat doet de onderwijzer(es) eraan?
- Vind je het echt heel lastig of is er mee te leven?
- Wat voor fysiek contact vraagt het jeugdlid; steeds willen ravotten, hangt het jeugdlid tegen je aan, vraagt het telkens aandacht?
- Regels zijn regels, maar durf voor je probleemkind ook eens een uitzondering te maken.
- Onthoud goed: het blijft een jeugdlid. Je ligt niet met een volwassene in de clinch. Jij bent toch het machtigst. Hij/zij is van jou afhankelijk.
- Neem afstand en laat de ontstane situatie even bekoelen, laat een medeleidinggevende het overnemen en probeer het later 'fris' opnieuw.

Grensoverschrijdend gedrag door leiding

Speciale aandacht dient er te zijn voor alles dat te maken heeft met intimiteit. Als je vrijwilliger bent binnen Scouting, ben je heel direct betrokken bij kinderen. Samen met hen

worden programma's en activiteiten uitgevoerd. Ook hier is sprake van intimiteit in de omgang. Als leiding zie je erop toe dat alle kinderen zich wassen, dat er elke dag schoon ondergoed wordt aangedaan, help je slaapdronken kinderen bij het plassen als ze midden in de nacht uit bed worden gehaald. Je troost een kind met heimwee, dat dicht tegen je aan kruipt. Intimiteit hoort gewoon bij het vrijwillig werken binnen Scouting en zonder dat zou het werk ook een deel van zijn waarde verliezen. De aandacht die je voor de kinderen en jongeren hebt, geeft juist een meerwaarde. Ieder gaat op zijn eigen manier om met intimiteit. De persoonlijke aandacht die je hebt voor elkaar en de intimiteit die daarbij hoort, maakt Scouting mede de moeite waard.

Het is van groot belang voor de veiligheid van zowel het jeugdlid als de leidinggevende, dat hier zorgvuldig mee wordt omgegaan. Zorg ervoor dat er geen situaties ontstaan waar één jeugdlid en één leiding afgezonderd van de rest zijn. Bedenk met je team protocollen hoe je omgaat met dit soort situaties.

Let bij het behandelen van EHBO-gevallen op de gewenste intimiteiten. Vertel de kinderen altijd wat je gaat doen en stel ze gerust.

Scouting Nederland heeft een protocol over grensoverschrijdend gedrag. Dit is de richtlijn over hoe te handelen in dit soort situaties. Het protocol is te downloaden op de website van Scouting Nederland. Het zou goed zijn als elke leidinggevende dit protocol een keer gelezen heeft en begrijpt hoe het (ongeveer) zit.

Wanneer jij vindt dat een medeleidinggevende over de grens gaat, bespreek dit dan met hem of haar. Wanneer je denkt dat dit in een tweegesprek niet lukt, vraag er dan iemand anders bij, bijvoorbeeld de teamleider. Licht in ieder geval ook het groepsbestuur (groepsbegeleider) in. Het groepsbestuur weet vervolgens welke noodzakelijke stappen er ondernomen moeten worden

Sociale en emotionele veiligheid

Tijdens een kamp zijn jeugdleden een week lang van huis en zijn ze niet in hun vertrouwde omgeving. De hele dag zijn er anderen om hen heen, ze zijn nooit alleen. Ook zijn ze de hele dag actief, ze maken van alles mee en gaan vaak laat naar bed. Dit leidt tot vermoeidheid. Een gevolg van de vermoeidheid die gaat ontstaan, is dat zowel jeugdleden als leiding in de loop van het kamp wat sneller geïrriteerd zijn dan normaal. Probeer hier alert op te zijn. Het is daarom van groot belang om elk jeugdlid individuele aandacht te geven en te zorgen dat ieder jeugdlid lekker in zijn vel zit.

Rustmomenten zijn momenten waarop er even geen programma is en jeugdleden even iets voor zichzelf kunnen gaan doen. Deze momenten ontstaan bij scouts en explorers vaak vanzelf (bijvoorbeeld rond het koken, omdat niet elk jeugdlid tegelijkertijd in de pan kan roeren). Probeer ervoor te zorgen dat alle jeugdleden dit rustmoment ook pakken en zet ze anders even aan een klusje waarbij ze vanzelfsprekend rust moeten nemen. Bijvoorbeeld door ze te vragen mee te helpen met aardappels schillen.

Meestal zullen de jeugdleden het zelf wel vertellen of de ouders lichten je in, maar het is altijd handig om zelf even te controleren of er jeugdleden jarig zijn. Dan kun je er vooraf rekening mee houden en word je er niet door overvallen.

In de onderstaande paragrafen wordt aandacht besteed aan pesten, heimwee, ontgroenen en kampdoop en aan persoonlijke hygiëne.

Pesten

Omdat je tijdens een kamp veel langer met elkaar samenleeft dan normaal, is het van belang om, meer nog dan tijdens een opkomst, alert te zijn op pestgedrag. Pesten kan wel eens worden afgedaan als een plagerijtje. Als je gepest bent, weet je dat pesten veel verder gaat en dat het kan leiden tot een zeer ongelukkig gevoel. Wat is pesten nu eigenlijk? Pesten kan een vorm zijn van verbaal, non-verbaal of fysiek gedrag dat als doel of gevolg heeft of kan hebben dat een bedreigende, vijandige, beledigende, vernederende of kwetsende situatie ontstaat. Een belangrijk kenmerk van pesten, is de scheve machtsverhouding. De pester oefent macht uit en de gepeste voelt zich machteloos. Daarnaast is pesten meestal langdurig en intensief. Pesten heeft nadelige gevolgen voor het slachtoffer. Hij kan er veel last van ondervinden en ziet zich niet in staat zich te verweren. Doet hij dit wel, dan kan het gepest nog eens in felheid toenemen.

Plagen daarentegen, is van een heel andere orde. Bij plagen is er sprake van incidenten. De ene persoon zegt iets tegen de andere. Er volgt een reactie en daarmee is het dan meestal wel afgedaan. Meestal gaat het er vooral om elkaar voor de gek te houden. De macht blijft aan beide kanten ongeveer gelijk. Daarnaast is de geplaagde in staat zich te verweren en vindt er geen langdurige schade op het psychische of fysieke vlak plaats.

Op kamp heb je minder zicht op wat er gebeurt dan tijdens een gewone opkomst. Wees dus extra alert op signalen en probeer regelmatig te checken of iedereen goed in zijn vel zit en het naar zijn zin heeft. Verdeel bijvoorbeeld de jongeren onder de leiding die mee is en maak elke dag een praatje met elk van de jongeren die jij hebt toegewezen gekregen. Dan weet je als leidingteam zeker dat iedereen persoonlijke aandacht krijgt van de leiding.

Heimwee

Wat is heimwee?

Heimwee betekent letterlijk: het verlangen naar geboortegrond, naar huis. Een verlangen dat zo sterk kan zijn, dat het ziekmakend is. Er zijn verschillende soorten heimwee. Voor jeugdleden betekent het vooral dat ze hun ouders missen, maar ook wel hun broertje of zusje. De kern van heimwee is vaak scheidingsangst. Het jeugdlid is bang dat de ouders niet meer terugkomen. Hij of zij mist meer de persoon dan de omgeving.

Heimwee kan leiden tot allerlei lichamelijke en emotionele symptomen: gebrek aan eetlust, slapeloosheid, maag- en darmstoornissen, het idealiseren van thuis, nergens anders aan kunnen denken, lusteloosheid, weinig belangstelling voor de directe omgeving.

Heimwee en leeftijd

Heimwee heeft niets met leeftijd te maken. Het komt op alle leeftijden voor. Wel is het bij jonge kinderen sterker, omdat zij niet het idee of gevoel hebben dat ze iets aan de situatie of aan het gevoel kunnen veranderen. Het overkomt ze gewoon en ze zitten in een uiterst afhankelijke positie. Als volwassene kun je afleiding zoeken of bepaalde situaties wat gemakkelijker uit de weg gaan, als je weet dat het teveel problemen gaat opleveren. Ook oudere kinderen en jongeren zijn al beter in staat om heimwee bij zichzelf te herkennen en weten vaak al beter hoe ze hiermee om moeten gaan. Vaak wordt gedacht dat kinderen er overheen groeien. Dat is in lang niet alle gevallen zo. Als een kind over heimwee heen groeit, komt dat niet per se door het ouder worden, maar doordat er meer ervaring op gedaan is. Hoe vaker een kind uit logeren of op kamp is geweest, hoe kleiner de kans op heimwee. Natuurlijk heeft ook de houding van de ouders grote invloed. Stimuleren ouders hun kind om te gaan logeren of houden ze het liever thuis? Durven ouders hun kind los te laten of willen ze overal bovenop zitten? Jongeren pikken zoiets feilloos op en passen hun gedrag daar op aan. Zelfs als ouders hierover niets tegen hun kinderen zeggen.

Wat kun je als leiding doen bij jongeren met heimwee?

- Jongeren kunnen zelf ook heel goed vertellen waar ze wel of geen steun aan hebben. Zeker als ze weten dat ze snel last hebben van heimwee en hier mee geholpen willen worden.
- Maak afspraken met de ouders en het jeugdlid over het wel of niet naar huis bellen. Het ene jeugdlid heeft juist een telefoontje nodig om zeker te weten dat paps en mams beschikbaar zijn. Bij het andere jeugdlid loop je het risico dat contact alleen maar tot nog meer heimwee gaat leiden. Hetzelfde geldt voor het sturen van een kaartje of een brief. Bij de één is dit een goed idee, bij de ander een drama.
- Wanneer een jeugdlid naar huis belt, zorg dan dat je vooraf de ouders hebt gesproken en dat je ook duidelijkheid hebt over de te maken afspraken.
- Jeugdleden kunnen een schriftje of dagboekje meenemen waarin ze opschrijven wat ze meemaken. Dat helpt om het heimweegevoel van zich af te schrijven. Er ontstaat bij het jeugdlid ook meteen meer inzicht in de voor- en nadelen van het weg van huis zijn. Wat uit zo'n dagboekje ook blijkt, is dat heimwee vooral op bepaalde momenten tijdens het kamp de kop op steekt. En dat het gelukkig ook weer over gaat. Maak dus tijd in je kampprogramma voor het schrijven in een dagboekje voor die jeugdleden die dat nodig hebben.
- Er blijken risicovolle tijdstippen te bestaan: onder het eten, bij het slapen gaan en net na het wakker worden. Dat zijn de momenten die het meest aan thuis doen denken en waarop er de minste afleiding is. Doordat jeugdleden met een dagboekje die kritieke momenten ontdekken, kunnen ze zich aanwennen om daar een oplossing bij

te bedenken. Aflleiding helpt tegen heimwee. Dus kan het handig zijn om jeugdleden tijdens het eten bezig te houden met een eetspel, ze ontbijtdienst te laten doen na het wakker worden, te zorgen dat jeugdleden iets te lezen hebben bij het wakker worden of de terugkomst in te stellen bij het slapen gaan.

- Op het moment dat jeugdleden erg moe zijn, wordt het heimweegevoel vaak sterker. Soms is een goede nacht slapen voldoende om heimwee de baas te worden. De volgende dag kan het gevoel dan weer over zijn.
- Betrek het jeugdlid zoveel mogelijk bij de kampactiviteiten en de omgeving, maak het nieuwsgierig en laat het op onderzoek uitgaan. Eigenlijk moet er zoveel fraais te beleven zijn, dat er geen plaats meer is om aan thuis te denken.
- Maak van tevoren in ieder geval duidelijke afspraken, zodat het jeugdlid weet waar het aan toe is. Wanneer is er tijd voor het dagboekje, wanneer komt het jeugdlid naar de leiding met heimweegevoelens, wanneer heb je even troosttijd, wat doen we als het echt niet meer langer gaat?

En dan kan het je alsnog overkomen. Het jeugdlid blijft ondanks al jullie steun, afspraken en inzet toch heimwee houden. Dat is heel erg jammer, maar dat kan wel ten koste gaan van het plezier tijdens het kamp. Er blijft dan ook maar één advies over, neem contact op met de ouders en laat het jeugdlid in overleg met hen naar huis gaan. Tegen echt heel veel heimwee is helaas niemand opgewassen.

Ontgroenen en kampdoop

Wie voor het eerst met een kamp meegaat, voelt zich soms als een kat in een vreemd pakhuis. Alles is anders, het lijkt zelfs wel of sommigen opeens een andere taal spreken wanneer ze het hebben over een hudo en overleggen waar de mokkenboom zal komen. Als nieuweling kun je je daardoor knap onzeker voelen. Als er dan nog een paar van die 'oude rotten' zijn, die eventjes laten voelen dat ze jou eigenlijk niet voor vol aanzien, is dat helemaal naar. 'Als jij voor het eerst op kamp gaat, word je lekker ontgroend tijdens de kampdoop', of 'Kleintje, we zullen jou op kamp wel eens hard maken'. Dat zijn uitspraken waar je een vieze smaak van in je mond krijgt. Hopelijk is overal het eind van de groene zeep-insmeerpartijen in zicht. En is het bij jullie al afgelopen met de taferelen van de jonge en onervaren waterscout in zwembroek, die op kamp smerige troep moet drinken die door Neptunus 'godendrank' wordt genoemd?

In zo'n sfeertje wil het met de onderlinge samenwerking meestal niet zo best lukken. Vandaar dat je er met elkaar veel beter naar toe kunt werken, dat je zo snel mogelijk een eenheid vormt. Dat betekent bijvoorbeeld dat de ouderen de nieuwelingen zo snel mogelijk wegwijs maken. Omgekeerd zijn die nieuwelingen soms weer goed in dingen waar de anderen moeite mee hebben. Over en weer leer je elkaar zo beter waarderen.

Wat zou je wel kunnen doen? Als welkomstgebaar krijgen de nieuwelingen de eerste ochtend op kamp een ontbijt op bed. Als tegenprestatie kunnen de nieuwelingen dan de volgende ochtend, of misschien juist de laatste ochtend, degenen die voor het laatst mee zijn een ontbijt bezorgen. Je kunt als begin van een nieuwe vriendschap iets gezamenlijks doen. Misschien hebben jullie wel een speciale groepsyell, die je alleen tijdens kampen gebruikt? Die doe je dan samen. Of maak van een stokbrood één lange boterham waar iedereen een hap van krijgt, of maak gezamenlijk een vruchtenbowl. Ook kan het traditionele bezoek van Neptunus door blijven gaan, maar zonder de vernedering van jeugdleden. Kies eens een andere insteek: geef de nieuwelingen een echte beloning aan het eind of sluit af met een vismaaltijd voor iedereen. Geliefde tradities kun je moderniseren, zonder ze meteen helemaal over boord te gooien.

Met een beetje fantasie zijn er op dit gebied een hoop leuke dingen te doen. Bedenk er altijd bij dat het de bedoeling is dat de nieuwe kampganger zich zo snel mogelijk thuis voelt tussen de anderen. Het moet dus een onvergetelijke en leuke activiteit worden.

Behalve dit inhoudelijke argument om geen ontgroening en kampdoop te doen, wordt er maatschappelijk anders tegen ontgroenen aangekeken dan tien jaar geleden. Ontgroenen en kampdoop hebben een sterke negatieve klank mee gekregen. Ontgroenen kan in de huidige maatschappij eigenlijk niet meer. Van scouts of explorers die voor het laatst mee zijn op kamp, kun je ook afscheid nemen op een manier waarbij je laat merken dat je het leuk hebt gevonden met hen op kamp te gaan!

Persoonlijke hygiëne – Scouts, explorers en roverscouts

Hygiëne komt op een aantal gebieden op kamp duidelijk aan de orde. Zonder hygiëne is de kans groot dat mensen ziek worden en dat kan ten koste gaan van een geslaagd kamp.

Een kamp wordt voor iedereen prettiger als de persoonlijke hygiëne op kamp in orde is. Maak daarover met je jeugdleden goede afspraken. Het is belangrijk om ze goed in de gaten te houden, omdat ze vaak de hygiëne vergeten. Denk hierbij aan het handen wassen na het toiletbezoek, het verschonen van kleding, het handen wassen voor het eten en het dagelijks wassen.

Bij de keuze van je kampeerterrein is het goed om op de aanwezigheid van toiletten en douches te letten. Dat wil niet zeggen dat terreinen zonder deze voorzieningen afvallen, maar het is goed om er – met betrekking tot de samenstelling en leeftijd van je groep – rekening mee te houden. Bij een meisjes-speltak is het in ieder geval om van belang om een douche te hebben, wanneer meiden ongesteld zijn.

Hieronder vind je diverse tips om er voor te zorgen dat je geen problemen krijgt met een slechte hygiëne op kamp:

- Regelmatig goed wassen.
- Regelmatig schone kleren: zeker elke dag schoon ondergoed en schone sokken.
- Natte spullen eerst laten drogen.
- Vieze kleding in aparte zakken opbergen.
- Lucht de tent en de slaapzakken regelmatig.

Hoewel het bij jongere speltakken meer voor de hand ligt, is het wel raadzaam om toe te zien op de persoonlijke hygiëne van de jeugdleden. Zeker sommige scouts (vooral jongens) vergeten zich gewoon te wassen. Nadat ze zijn opgestaan en ze uit de tent zijn, gaan ze aan de slag met het ontbijt of verdiepen ze zich in een spel en dan komt het er gewoon niet van. Zeg het als leiding als je ziet dat jeugdleden voor de zoveelste dag in dezelfde kleren lopen en zie er op toe dat de normale persoonlijke verzorging wordt nageleefd. Dan nog kun je het als leiding niet meer allemaal controleren. Er gaan niet voor niets zoveel groepen halverwege het kamp zwemmen. Probeer ook zo veel mogelijk toe te zien op handen wassen voor het eten en het koken.

Ook verstopping komt veel voor op kamp, doordat mensen minder drinken op een kamp, ze geen tijd nemen voor toiletgang of omdat het een ander toilet is dan ze gewend zijn. Controleer dus (subtiel) of alle jeugdleden gewoon hun grote boodschap doen.

Wanneer je op kamp bent in de natuur, is een dagelijkse tekencontrole geen luxe. Maak de jongeren bewust van het probleem en laat hen zichzelf controleren op teken. Hierbij kunnen de jongeren eventueel elkaar ondersteunen. Voor behandeling van een tekenbeet zie paragraaf

Hygiëne bij toiletten en wasgelegenheden

Ook bij toiletten en douches krioelen veel bacteriën. Houd die ruimtes dus goed schoon. Tijdens een kamp dienen toiletten minstens dagelijks schoongemaakt te worden. Neem dit mee in je corveerooster en zorg ervoor dat jeugdleden hun handen wassen na het toiletbezoek.

Uiteraard hoort het schoonmaken van de toiletten bij corvee. Zie er op toe dat het grondig gebeurt (of maak ze zelf eens per dag schoon).

Zorg voor de groep – Scouts, explorers en roverscouts

Kampregels

Net als thuis of tijdens de opkomst is het belangrijk om duidelijke regels te hebben. Tijdens het kamp is dit nog belangrijker en zijn er meer regels en afspraken. Je leeft immers gedurende de hele kamperiode samen en zeker als iedereen moe begint te worden, nemen de irritaties toe. Zorg dus voor voldoende rustmomenten en geef zowel jeugdleden als leiding de kans om zich even terug te trekken.

Tijdens een kamp gelden er andere regels dan thuis. Vaak zijn deze regels veel ruimer, maar in sommige gevallen kan het wel eens zijn dat een jeugdlid (met name explorers) thuis al veel meer vrijheden heeft dan op kamp.

Het is voor jongeren van groot belang dat er duidelijke afspraken zijn. Bijvoorbeeld: Hoe ga je om met bedtijden en het verbod op alcohol? Zijn de regels voor iedereen hetzelfde?

Kampregels worden bij scouts en explorers opgesteld samen met of door de jeugdleden. Met name bij de oudere scouts en de explorers is het experimenteelgedrag van de jongeren groot en worden alle grenzen opgezocht en verkend. Het is daarom goed om na te denken over zaken als (gemengd) slapen, roken, gebruik van alcohol, softdrugs, verliefdheid en stelletjes, fysieke (on)mogelijkheden van een individu versus de wensen van de groep, liften, vandalisme en dergelijke.

Er is geen pasklaar concept dat voor alle troepen en afdelingen werkt; het opstellen van regels is maatwerk.

Kampregels

Op kamp vorm je een eigen wereld met de speltak en daar zijn ook duidelijke regels bij nodig. Tijdens je opkomsten heb je al regels, maar tijdens een kamp zijn deze regels nog harder nodig. Niet alleen als het gaat om omgangsvormen, maar ook als het gaat om het terrein verlaten, roken, privacy, regels tijdens het eten, etc. Zeker als mensen na een paar dagen moe beginnen te worden, zijn duidelijke regels voor iedereen van belang.

Het is goed om ook met de leiding onderling afspraken te maken over zaken als corvee, bedtijden, gebruik van alcohol en dergelijke. Zeker wanneer er veel jonge leiding is, kunnen deze vooraf gemaakte afspraken een leidraad zijn.

Corvee

Zowel bij de scouts als bij de explorers zal het corvee op kamp zich grotendeels vanzelf regelen. Wanneer er gekookt is in de ploeg (bij scouts) of in koppels (tijdens een expeditie) worden taken naar redelijkheid verdeeld. Het corveemoment is tevens een natuurlijk rustmoment, omdat niet iedereen hoeft af te wassen.

Materiaalregels

Je hebt veel materiaal bij je, waar bijzondere regels voor gelden. Hierbij valt te denken aan regels voor hakken en zagen, regels voor stoken en koken, regels tijdens tochten, regels voor het gebruik van tenten en regels bij het pionieren. Het is belangrijk dat je als leiding deze regels zo snel mogelijk overbrengt bij je jeugdleden. Dat is niet alleen belangrijk voor het behoud van je materiaal, maar het voorkomt ook ongevallen. Voor veel gevaarlijke materialen kun je op www.scouting.nl zogenaamde 'veiligheidsbladen' vinden. Ze zijn er bijvoorbeeld voor pionieren, vuur stoken, hakken en zagen, etc.

Werken met ploegen op kamp (voor scouts)

Het hoofddoel van werken met ploegen is het geven van echte verantwoordelijkheid aan zoveel mogelijk jongeren, met de bedoeling hun karakter te ontwikkelen. De ploeg moet bovenal en in eerste instantie een informele groep zijn. Dan pas zullen de resultaten die wij er als formele groep in de Scoutingorganisatie van verwachten, op niveau zijn. Met andere woorden: als een ploeg bestaat uit een willekeurig samenraapsel van scouts, zal er nooit een hoog niveau bereikt worden op het gebied van samenwerking en Scoutingtechnieken. Wanneer een ploeg uit gelijkgestemden of vrienden bestaat, kan dit wel zo zijn.

Tijdens een kamp kunnen veel zaken per ploeg geregeld worden: slapen in één tent, samen een keuken bouwen en koken, samen op hike of op dropping. Het kamp is de uitgelezen plek, waar je het werken met ploegen goed kunt toepassen. Het werkt het beste om dezelfde samenstelling te hanteren als in de rest van het seizoen. De scouts werken dan het hele seizoen als ploeg samen en dit komt het kamp ten goede: ze kennen elkaars positieve en negatieve kanten en kunnen daarop inspelen.

Uiteraard hoef je niet elke activiteit in ploegen te doen. Niet alle activiteiten zijn geschikt om per ploeg te doen en het kan soms ook leuk zijn om andere groepjes te maken. Je kunt dan bijvoorbeeld groepjes per 'niveau' maken, waarbij je juist leeftijdsgenoten bij elkaar zet. Op die manier kun je specifiek inspelen op het niveau of de behoefte van juist de jongste of juist de oudste scouts.

Ook bij explorers is het goed om af te wisselen in de samenstelling van subgroepjes, zodat er geen klikjes ontstaan, dat werkt het doel van zelf verantwoordelijkheid nemen voor de afdeling tegen.

Groepsproces – Scouts, explorers en roverscouts

Tijdens een kamp zijn er veel dingen anders dan normaal. Niet alleen voor jezelf, maar ook voor de jeugdleden.

- Ze zijn lang van huis en dus uit hun vertrouwde omgeving.
- Ze zijn continu samen in een groep en krijgen daardoor minder individuele aandacht.
- Er zijn andere gewoontes en regels (samen eten, regels rondom roken, slapen).
- Er wordt op een andere manier omgegaan met gezondheid, beperkingen, dieet en medicijnen.
- Er ontstaan groepjes en klikjes en dus ook buitenbeentjes.

Er is een aantal zaken, dat een effect kan hebben op de jeugdleden:

- Heimwee.
- De hoeveelheid zakgeld die een jeugdlid heeft.
- Voelt een jeugdlid zich veilig en vertrouwd?
- De verjaardag van een jeugdlid.

Reacties van jeugdleden hierop:

- Ongewenst gedrag (klikjes, pesten, kort lontje door vermoeidheid, afgunst).
- Weglopen of zich onttrekken aan de groep.

Hoe kun je hier als leiding op inspelen?

- Het houden van een 'oefenweekend
- Rekening houden met de hoeveelheid slaap/rust en de bedtijden.
- Het opstellen van duidelijke regels.
- Elk individueel jeugdlid aandacht geven.

Grensoverschrijdend gedrag door jeugdleden

Soms gaan jeugdleden over de grens. Dan zul je als leiding moeten ingrijpen. Hoe zorg je nu voor een goede oplossing? Hieronder volgt een manier om het gestructureerd aan te pakken.

- Beschrijf het probleem (zo objectief mogelijk).
- Voor wie is het een probleem – voor de andere jeugdleden, voor het jeugdlid zelf, voor alle leiding, alleen voor jou, voor de ouders van het jeugdlid?
- Treedt het probleem altijd op of vaak? Of gaat het wel eens goed? Beschrijf de situatie dat het goed gaat, waar ligt het aan dat het dan goed gaat; hoe reageren de andere jeugdleden op het jeugdlid, heeft het vriendjes/vriendinnetjes, hebben die invloed (goed/kwaad) op het gedrag?
- Met wie van de leiding heeft het jeugdlid wel een goede band? Hoe doet die leiding dat met dat jeugdlid? Kun jij dat ook?
- Jongeren voelen vaak intuïtief aan of je ze mag of niet; pas daar voor op!
- Heb je er met de ouders over gepraat? Wat zeggen die, wat doen de ouders eraan? Is het jeugdlid ook zo op school, wat doet de onderwijzer(es) eraan?
- Vind je het echt heel lastig of is er mee te leven?
- Wat voor fysiek contact vraagt het jeugdlid; steeds willen ravotten, hangt het jeugdlid tegen je aan, vraagt het telkens aandacht?
- Regels zijn regels, maar durf voor je probleemkind ook eens een uitzondering te maken. • Onthoud goed: het blijft een jeugdlid. Je ligt niet met een volwassene in de clinch. Jij bent toch het machtigst. Hij/zij is van jou afhankelijk.

- Neem afstand en laat de ontstane situatie even bekoelen, laat een medeleidinggevende het overnemen en probeer het later 'fris' opnieuw.

Grensoverschrijdend gedrag door leiding

Speciale aandacht dient er te zijn voor alles dat te maken heeft met intimiteit. Als mensen hebben we allemaal te maken met intimiteit. Sterker nog, wij hebben er allemaal behoefte aan. Zonder intimiteit heeft het leven weinig kleur.

Als je vrijwilliger bent binnen Scouting ben je heel direct betrokken bij jongeren. Samen met hen worden programma's en activiteiten uitgevoerd. Ook hier is sprake van intimiteit in de omgang. Als leider geef je jongeren ook de persoonlijke aandacht en warmte die ze nodig hebben. Soms hoort daar ook lichamelijk contact bij, zoals een knuffel. Spelletjes kunnen uitgroeien tot stoeipartijen en jeugdleden kunnen heimwee krijgen en behoefte aan troost hebben. Intimiteit hoort gewoon bij het vrijwillig werken binnen Scouting en zonder dat zou het werk ook een deel van zijn waarde verliezen. De aandacht die je voor de jongeren hebt, geeft juist een meerwaarde. Ieder gaat op zijn eigen manier om met intimiteiten. De persoonlijke aandacht die je hebt voor elkaar, en de intimiteit die daarbij hoort, maakt Scouting mede de moeite waard. Het is belangrijk om hier binnen je groep en leidingteam over te praten en er duidelijke afspraken over te maken.

Let bij het behandelen van EHBO-gevallen op de gewenste intimiteiten. Vertel de mensen altijd wat je gaat doen en stel ze gerust.

Het is van groot belang voor de veiligheid van zowel het jeugdlid als de leiding, dat hier zorgvuldig mee wordt omgegaan. Zorg ervoor dat er geen situaties ontstaan waar één jeugdlid en één leidinggevende afgezonderd zijn van de rest. Bedenk met je team protocollen hoe je omgaat met dit soort situaties.

Scouting Nederland heeft een protocol over ongewenst gedrag. Dit is de richtlijn over hoe te handelen in dit soort situaties. Het protocol is te downloaden op de website van Scouting Nederland. Het zou goed zijn als elke leidinggevende dit protocol een keer gelezen heeft en begrijpt hoe het (ongeveer) zit.

Wanneer jij vindt dat een medeleidinggevende over de grens gaat, bespreek dit dan met hem of haar. Wanneer je denkt dat dit in een tweegesprek niet lukt, vraag er dan iemand anders bij, bijvoorbeeld de teamleider. Licht in ieder geval ook het groepsbestuur (groepsbegeleider) in. Het groepsbestuur weet vervolgens welke noodzakelijke stappen er ondernomen moeten worden.