

Gelukskunde als schoolvak

Jacqueline Hoefnagels is zelfstandig tekstschrijver en eindredacteur.

Op het Charlemagne College in Kerkrade en Landgraaf wordt sinds een aantal jaren Gelukskunde gegeven aan de onderbouw. Ook in Londen en Heidelberg is het een schoolvak. De school in Limburg geniet inmiddels grote landelijke bekendheid en wordt van alle kanten benaderd door pedagogen, docenten en coaches die er wat in zien. Bij Malmberg verscheen twee jaar geleden het lesboek Gelukskunde, zodat andere scholen ermee aan de slag kunnen. Daaraan werkte psychologe Pieterneel Dijkstra mee, en zij deed een subsidieaanvraag bij het ministerie via het GION om de resultaten bij de leerlingen te kunnen onderzoeken.

Veel mensen geloven in geluksles: Ruud Hollander, hoofdredacteur van Psychologie Magazine, pleitte al jaren geleden voor vier uur geluksles per week van de eerste tot en met de zesde klas. Docent Jacqueline Boerefijn heeft samen met het Verwey-Jonker Instituut, psycholoog Ad Bergsma en het Instituut voor de Lerarenopleiding zes lessen in geluk ontwikkeld voor 2 Mavo, gemakkelijk aan te passen naar andere niveaus. Daarin komen technieken aan bod waarmee leerlingen invloed kunnen uitoefenen op hun eigen geluksbeleving, bijvoorbeeld door verbeterde omgang met anderen en beter weten wat je wilt. Scholen wordt gevraagd zich aan te melden voor effectonderzoek, gesteund door Ruut Veenhoven, Hoogleraar Sociale condities voor menselijk geluk aan de Erasmus Universiteit Rotterdam.

Wordt er tegenwoordig groepstherapie bedreven binnen de schoolmuren?

Het ministerie van onderwijs heeft scholen vanaf 2006 de vrijheid gegeven om naast de verplichte vakken (aan de hand van kern-doelen) een derde deel van de lestijd zelf in te vullen, hoewel die vrije invulling wel aan voorwaarden moet voldoen. Op het Charlemagne College, een middelbare school in Kerkrade en Landgraaf (bekend van Pinkpop) met een kleine tweeduizend leerlingen, hield sectordirecteur Tjeu Seeeverens zich in die tijd al bezig met

onderwijsversterking, samen met een groep docenten die zich daarvoor had opgegeven. Hij vroeg de leerkrachten onderwijsmodules te maken die iets extra's moesten bieden voor de persoonlijke ontwikkeling van kinderen. De leerkrachten die zo'n vrije module wilden ontwikkelen, kregen daar uren voor vrij geroosterd. Dit leidde ertoe dat nu op deze school zowel in de eerste als in de tweede klas zestien 'vrije' modules worden gegeven van ieder twee

lesuren. Voorbeelden van deze modules: begrijpend lezen, rekenvaardigheden, design, sterrenkunde of Europees burgerschap. Er is slechts één module die op dringend verzoek van de leerlingen ieder jaar in beide onderbouwjaren wordt gegeven en dat is Geluuskunde. Het vak is razend populair. De kinderen noemen daarvoor als reden: de passie van de docent, de persoonlijke aandacht, de veilige omgeving, het kunnen delen van problemen, tips voor het leven die blijken te werken, geen stress maar rust en jezelf mogen zijn.

Het zou kunnen dat het succes van het vak in ieder geval in Landgraaf voor een groot deel drijft op de eerstgenoemde reden voor waardering: de passie van de docent. Theo Wismans (57), ook docent levensbeschouwing, doceert het vak al vijf jaar en er zijn inmiddels nog vier collega's die het geven. Geluuskunde leverde de school vorig jaar de onderwijsprijs van de provincie Limburg op en een nominatie voor de Landelijke onderwijsprijs. Met ondersteuning van collega Sabine Scholtes en schrijfster / psycholoog Pieterneel Dijkstra bracht uitgeverij Malmberg het lesboek *Geluuskunde* uit. Wismans: 'Andere scholen kunnen nu dus gebruik maken van onze expertise. Ik ben hier erg blij mee, want met een paar handvatten kan iedereen gelukkiger worden, zo ingewikkeld is het allemaal niet.'

Wismans lijkt hij op het eerste en ook op het tweede gezicht de vleesgeworden mentor: het woord 'vaderlijk' in positieve zin staat hem bijkans op het voorhoofd geschreven. Hij is kalm, evenwichtig, goed-

moedig, positief, wars van voor- of afkeuren voor individuele pupillen, begaan en daarbij komt dat hij een forse kerel is met bijpassend stemgeluid. Door zijn natuurlijk overwicht wordt er in de klas niet gepest, geschamperd, door elkaar heen gepraat en of anderszins een risicovolle omgeving toegestaan waarin kinderen het achterste van hun tong niet laten zien. Het is dus maar de vraag of dit vak wel tot dezelfde populariteit zou leiden als het door een bloednerveuze, onzekere beginneling van 22 werd gegeven. De persoonlijkheid en de ervaring van de docent lijken immers belangrijker te zijn als het gaat om het a priori begeleiden van de ontwikkeling van tere kinderzielen dan als het gaat om het uitleggen van wiskundige formules of Duitse grammatica. Of beter gezegd: nóg belangrijker. Er zijn immers pubers te over die niet staan te trappelen om over hun onzekerheden praten, laat staan in de klas. Wismans zelf lijdt niet (meer) onder die gedachte. 'Sinds ik dit vak geef, ga ik iedere dag met veel plezier naar mijn werk. Wat ik doe, heeft zin en resultaat. De kinderen genieten en groeien ervan. En natuurlijk waren er in het begin traditionelere collega's die er sceptisch tegenover stonden. Niet iedereen was positief en ik snap dat heel goed. Als je een vak als Wiskunde geeft, is het moeilijk om in populariteit op te boksen tegen een vak als Geluuskunde. Als docent lift ik mee op dat succes, dus de wrevel begrijp ik. Zo iemand doet zijn stinkende best om ze de liefde voor de stelling van Pythagoras bij te brengen en dan kom ik even de show stelen

met een les over het begrip ‘moeten’ en de stress die dat kan veroorzaken. Logisch dat de leerlingen het bij mij leuker vinden. Ik heb daar anderhalf jaar mee geworsteld. Ik wilde absoluut geen goeroe worden, laat staan een psycholoog. De schoolleiding kwam met de oplossing om de sceptici op vrijwillige basis ook lessen in geluk te laten volgen om zo schroom en achterdocht weg te nemen. De ouderraad, docenten en bestuur waren na één les direct om.’¹

Pedagogiek

Hoe werken de gelukslessen? Pedagoog Henk Witteman refereerde in februari vorig jaar op het internet in een bespreking van deze lessen aan de ontwikkeling van intrapersonlijke intelligentie, het vermogen van mensen om bij zichzelf naar binnen te kijken. ‘Gardner definieert de kerncapaciteit van deze intelligentie als de mate van toegankelijkheid tot het eigen gevoelsleven. In feite gaat het hier om het vermogen te reflecteren op en het beïnvloeden van het eigen gedrag.’ Hij vervolgt:

- ‘De docent begint met de leerdoelen en activeert daarbij de voorkennis;
- Hij gaat de klas rond, vraagt leerlingen naar hun ervaring en verspreidt daarmee de kennis over de klas door het delen van ervaringen (diffusie);
- De docent geeft leerlingen de gelegenheid emoties te uiten en te delen. Dit verhoogt hun zelfvertrouwen en inzicht in zichzelf;
- Hij staat even stil bij de geluksdoosjes, het doel en het nut ervan. Hierdoor

brengt hij de emoties binnen het bereik van de ratio waardoor bewuste controle over de emoties wordt bevorderd;

- Hij spreekt met de leerlingen over hun ervaringen met hun geluksdoosje, waardoor zij hun emoties leren expliciet te maken;
- Hij legt de ervaringen vast door alle leerlingen in één woord hun kennis op het bord te laten schrijven. Hiermee verbindt hij evaluatie en reflectie, hetgeen belangrijk is voor het toekomstig leren.’

Beter presteren

De genoemde geluksdoosjes worden in de lessen gemaakt als de leerlingen denken dat zo’n doosje kan helpen. Ze kunnen er bijvoorbeeld teksten instoppen waar ze eerder een positief gevoel aan over hebben gehouden en met het openen van het geluksdoosje kan terug worden gegrepen naar dat positieve gevoel. Zo is alles in deze module tastbaar gemaakt. De praktische insteek moet voorkomen dat een en ander ‘zweverig’ wordt. Wismans: ‘Een van de lessen bestaat eruit dat de leerlingen op zoek gaan naar hun eigen X-factor. Wat is hun talent, wat zijn hun goede eigenschappen, wat maakt ze aantrekkelijk? Hoe zien ze zichzelf het liefst? De afspraak is dat iedereen elkaar respecteert, er worden geen flauwe opmerkingen gemaakt, complimentjes uitdelen wordt toegejuicht. Als iedereen zich verkleed en geschminkt heeft, lopen we het bos in en maak ik foto’s voor op de website. Zo ontdekken ze dat er over iedereen iets leuks te melden is. De

¹ Een aantal alinea’s van dit artikel stond in iets andere vorm in het artikel ‘Het verhaal van docent Theo Wismans’ in NRC van 31 januari 2009.

foto's bieden aanknopingspunten voor gesprekken over dromen, schaamte, onzekerheid, pesten en spanning. Pubers zijn bij uitstek gevoelig voor groepsdruk en verliezen hun eigen "ik" nogal eens onderweg. Intussen worden we overspoeld door beelden van mooie, succesvolle mensen met goed gevulde portemonnees en dat leidt tot jaloezie, onzekerheid en een slecht zelfbeeld.' Inmiddels heeft onderzoek uitgezeten dat geld slechts een klein piekje in het geluksgevoel teweegbrengt, op het moment dat er je meer van hebt dan je gewend was. Zodra het welvaartsniveau normaal voor iemand is geworden, is het effect weg. De sterke koppeling die de meeste kinderen maken tussen rijk worden en gelukkig worden is dus niet handig. Wismans hoeft zichzelf geen geweld aan te doen om de ont-koppeling van rijk en gelukkig te promoten: 'Zelf hoef ik zeker niet met een nieuwe auto naar Eurodisney voor mijn geluk. Ik vind het geluk om de hoek, in simpele dingen, een goed gesprek, een wandeling met de honden.'

De crux van Gelukskunde is dat als een leerling lekker in zijn vel zit, hij ook beter presteert op school. 'Je zit natuurlijk op school om te leren, maar met aandacht voor sociaal-emotionele aspecten zorgen we ervoor dat de leerlingen uitgebalanceerd de markt op gaan. Wij horen van ouders dat zij tips uit onze lessen overnemen, zoals het opschrijven van tobberijen en deze voor het slapen gaan in een al dan niet denkbeeldige prullenbak gooien.

'Mij valt op dat heel wat ouders te weinig

tijd hebben om naar hun kinderen te luisteren. Terwijl de passie waarmee ze elkaar tijdens de lessen laten delen in hun onzekerheden, gedachten, geluksmomenten, juist zoveel energie geeft. Maar de kentering komt eraan, mensen raken meer en meer met elkaar in gesprek, laten kleine verwonderingen uit de wereld om hen heen meer toe. Vroeger gingen mensen naar de priester om te praten over hun angsten, daar moet iets voor in de plaats komen. Noem mij wat dat betreft gerust een moderne pastoor.'

Iedere geluksles begint met het aansteken van een kaarsje. En er is altijd muziek. 'Ik zie dat als herbronning. Muziek is een *energizer* en maakt een belangrijk deel uit van mijn religieuze beleving. Door naar bepaalde muziek te luisteren komen er stoffen in je hersens vrij waardoor je je beter voelt; dat is niet zweverig, dat is keiharde wetenschap. Alle kinderen hebben tegenwoordig een iPod, ik raad hun aan een apart mapje te maken met muziek waarvan zij rustig worden als ze dat nodig hebben. 'Als tijdens een docentenvergadering blijkt dat een bepaalde leerling niet goed gaat, adviseert de leraar een paar extra lessen Gelukskunde te volgen. Dan kan het gaan om het onderscheid maken tussen positieve en negatieve rolmodellen. Uit onderzoek blijkt dat de grootste geluksmaker én ongeluksmaker je relaties met anderen zijn. Sommige leerlingen hebben de neiging zich op te trekken aan kinderen die schijnbaar overal maling aan hebben en daar schijnbaar mee weggelaten. Ik geef als opdracht op te schrijven wie je rolmodellen zijn en waarom je ze bewondert, en wat het

precies met je zou doen als diegene er niet meer was. Zo kunnen ze inzicht krijgen in de mate waarin ze zelf gelukkig worden van hun gekozen rolmodel. Of ik geef een les over zelfvertrouwen en vraag leerlingen tien positieve stellingen over zichzelf te formuleren. Een oefening waarbij succes verzekerd is, luidt om thuis ongevraagd iets voor je ouders te doen en er een foto van te maken. Dan krijg je kinderen die het toilet gaan poetsen! Sommigen kinderen krijgen nooit complimenten van hun ouders, maar dan wel. Reken maar dat zoiets ze een goed gevoel geeft.

‘Op een goed moment werd ik mentor van een lastige klas met uiteenlopende problemen. Ik had net het boek gelezen van Marc Lammers, de oud-hockeybondscoach die met de dames goud had behaald in Beijing. Ik zei: jongens, wij gaan samen ook voor goud. We gaan wandelen. Het was ongelofelijk, maar ze gingen allemaal mee en ergens in de Limburgse heuvels zijn we met elkaar in de kring gaan zitten en tot een gesprek gekomen. Dat hebben we vaker gedaan, lang wandelen en ondertussen praten. Zelfs de grootste mond zei uiteindelijk dat hij had genoten van de wandeling. De chemie in de groep was ten goede veranderd en daardoor presteerde de groep beter op school.’

Nog een paar voorbeelden van elementen uit het vak: leerlingen maken een gelukspoppetje dat zij thuis ergens in het zicht zetten. Daaraan zit een papier met een persoonlijke doelstelling, zoals minder ruzie maken met je ouders of minder spijbelen. Als dit poppetje is neergezet, wordt er een

oogje afgeplakt en als de doelstelling is bereikt wordt het tweede oogje afgeplakt.

Leerlingen kunnen om de beurt vertellen wat hen bezighoudt, maar dat hoeft niet, ze mogen ook kiezen voor een stiltemoment. De leerlingen wordt gevraagd tien positieve stellingen over zichzelf te geven en deze worden besproken in de klas. Er wordt gepraat over de vragen: Hoe belangrijk vind ik mijn uiterlijk? Aan welke karaktereigenschappen wil ik gaan werken? Hoe stressbestendig ben ik en kan ik daar nog progressie in maken? Hoe (in)tolerant ben ik? Durf ik mijn gevoelens voldoende te uiten en hoe kan ik daar, desgewenst, verbetering in brengen? Ze praten over manieren om problemen aan te pakken en bespreken dat het wegstoppen niet helpt. Iedere leerling kan een eigen manier vinden om zijn problemen te lijf te gaan, zoals het eerder genoemde opschrijven van het probleem om het papier vervolgens ritueel voor het slapengaan in de prullenbak te gooien, of het maken van een tekening of een gedicht. Ze mogen ook een eigen probleem-aanpakmachine bedenken.

De school werd dit jaar bezocht door de Moedige Moeders Nijkerk. Moedige Moeders is opgericht in Volendam maar verspreidt zich inmiddels aardig over het land: het zijn groepen moeders van drank- of drugsverslaafde kinderen die proberen iets te doen tegen het groeiende alcohol- en drugsgebruik onder scholieren, en ook tegen gameverslaving en het ten prooi vallen aan loverboys. Volgens deze moeders leveren de gelukslessen een belangrijke bij-

drage aan de strijd tegen genoemde door jongeren gehanteerde ‘oplossingen’ voor negatieve gevoelens.

Plan van aanpak

Voor docenten die ook Geluक्सkunde willen gaan geven is een plan van aanpak opgesteld. Afgezien van allerlei algemene didactische tips die vanzelfsprekend zouden moeten zijn – ‘bij een fout antwoord geen kritiek op de leerling geven, maar je richten op het antwoord; alle leerlingen betrekken bij het onderwijsleergesprek, niet alleen de leerlingen die hun vinger opsteken’ – komen er drie fases aan bod voor de nieuwe Geluक्सkunde-docenten. Na de voorbereidingsfase volgt het werk in de klas met de leerlingen en de leerkrachten krijgen daarvoor de volgende tips mee:

- Zorg elke les voor een duidelijke en niet te lang intro. Het moet kort en krachtig zijn. Start met een energizer; zoek zelf naar een invulling, bijvoorbeeld in de vorm van een clip, een liedje, een korte film (vimeo.com of youtube.com).
- Plaats de leerlingen in een opstelling waar zij zich op hun gemak voelen. Dat kan iedere les anders zijn.
- Zorg voor rust. Iedereen moet de gedachten en ervaringen van anderen respecteren en zich veilig voelen. Dat is een basisvoorwaarde voor deze lessen.
- Geef de ruimte om met elkaar te praten of over jezelf te vertellen. Houd wel vast aan de afgesproken schoolregels over huiswerk, verzuim, het vergeten van spullen, enz.

- Geef iedere les huiswerk op. Neem dat met de leerlingen door en schrijf het op het bord. Het gemaakte huiswerk komt altijd ter sprake in de volgende les.
- Leerlingen hebben het recht bepaalde zaken niet te vertellen of te laten lezen.
- Gebeuren er incidenten in de les (te veel emoties kunnen zeer zeker naar boven komen), geef die dan een plaats. Wees waakzaam dat er wel degelijk het een en ander naar boven kan komen. Laat de leerling met een vriend of vriendin even op de gang uithuilen, laat ze naar de kantine gaan voor een glas water of laat ze even naar de stilteruimte gaan. Leerlingen herstellen heel snel. Indien het nodig is, schakel je de leerlingbegeleider in. Je bent als docent geen therapeut of jeugdpsycholoog!
- Geef voldoende ruimte voor creativiteit in de lessen Geluक्सkunde. Niet te veel theorie, wel doen, laten ervaren.
- Zet de leerlingen ook aan tot uitwerking van de sterke punten uit de module, bijvoorbeeld in de vorm van een emotieboekje maken en bijhouden, een eigen geluक्सweblog (op Hyves) maken, een geluक्सdoosje ontwerpen waarin je positieve teksten kunt stoppen.
- Let heel goed op dat bij de huiswerkopdrachten de ouders worden betrokken. Het is zelfs een eis bij het maken van het huiswerk. Zo krijgt het goede van Geluक्सkunde ook een plaats in de relatie kind-opvoeder.
- Aan het einde van de periode krijgen de leerlingen een certificaat van voldoende tot goed gewerkt. Maak het zelf of laat

het de leerlingen zelf maken. Is het boekje niet in orde, dan krijgen de leerlingen geen certificaat maar wel een taak. Zo plaats je jezelf ook niet buiten de algemene regels van de school.

- De derde fase betreft de evaluatie.

Al met al is het duidelijk dat de bedenkers van het vak niet de groepstherapeut willen uithangen, ze zijn immers niet geschoold als therapeut. Toch zijn er vele groepstherapeutische elementen.

Het Theo Wismanseffect uifilteren

Pieterneel Dijkstra werkte mee aan het lesboek *Gelukskunde* en vroeg bij het ministerie subsidie aan om de resultaten van de lessen te kunnen onderzoeken. Helaas is de aanvraag afgewezen. 'Een geldkwestie', zegt Dijkstra. 'Het was begroot op acht ton en dat was te veel. Maar het kost nu eenmaal geld om dit goed te onderzoeken. Er is de afgelopen jaren veel onderzoek gedaan naar geluksgevoel, wat dat veroorzaakt, welke methoden en technieken je zou kunnen aanwenden om het te vergroten enzovoort. Het ligt in het verlengde daarvan om te bekijken hoe je deze resultaten kunt gebruiken in het onderwijs. Ik wilde de module waaraan ik heb meegewerkt voor Malmberg opnieuw opzetten naar aanleiding van wetenschappelijk onderzoek. Deze module was daar wel deels op gebaseerd, maar ook deels op *fingerspitsengefühl*. Iedereen kan zich na enig nadenken iets voorstellen bij gelukslessen, hoe die eruit zouden moeten zien. De nieuwe methode zou dit *fingerspitsen-*

gefühl te boven moeten gaan. Het onderzoek zou beginnen met acht lessen in groepen 7 en acht lessen in groep 8 van het basisonderwijs en vervolgens vergelijking van resultaten op het gebied van geluksbeleving én schoolprestaties met groepen 7 en 8 die geen gelukslessen hebben gehad. Ook op de middelbare school zouden de kinderen dan worden gevolgd. Want een belangrijke vraag is: hoe lang bekijft het effect van gelukslessen? Geven de lessen niet alleen maar een goed meetbare *boost* die weer snel wegebt? De overgang van de basisschool naar de middelbare is een grote stap waarbij de kinderen worden losgerukt uit hun vertrouwde groep op de vooravond van het moment dat ze naar hun identiteit gaan zoeken. Een andere onderzoeksvraag is of gelukslessen deze transitie kunnen vergemakkelijken.

'De reden dat dit onderzoek geld kost is vooral gelegen in het feit dat er getrainde coaches of psychologen aan te pas moeten komen. Ik vind dat je leerkrachten niet ongetraind zo'n module mee kunt geven naar de klas en kunt zeggen: doe maar. Als je van leerlingen vraagt zich kwetsbaar op te stellen, moet je wel weten hoe je met de gevolgen moet omgaan. Als kinderen zich angstig of defensief opstellen is dit vaak een beschermingsmechanisme. Als dit wordt afgebroken is dat op zich goed, maar wel risicovol. Leerlingen geven gevoelige informatie. Je moet meer weten van psychologische en sociale processen dan een niet-getrainde leerkracht om eventuele klappen te kunnen opvangen. Er moet dus een training worden ontwikkeld voor leer-

krachten. Overigens wil ik daarbij wel aantekenen dat de Malmberg-module in vergelijking met sommige andere trainingen die op basisscholen worden gegeven relatief onschuldig is.

‘Scholen zouden zelf ook een rol moeten spelen in het vermijden van risico’s. De ene klas kan meer hebben dan de andere, in die zin dat de ene klas veiliger is dan de andere. In een ‘onveilige’ klas is Gelukskunde zeker ook op zijn plaats, misschien wel juist op zijn plaats, maar ga dan minder de diepte in zodat er minder kwetsbaarheden boven komen. Bij jonge kinderen moet je per definitie oppassen met naar binnen gaan. Bij jonge kinderen hoort spontaniteit. Pas later komt de vraag “hoe kom ik over?”. Dit is een natuurlijk proces dat je wel kunt begeleiden door erbij aan te sluiten, maar dat je niet moet versnellen, want daarmee verstoort je het. Jonge kinderen zijn bezig met sociale processen – hoe werkt het in de groep? – en niet met hun innerlijk en identiteit, ze kijken nog niet naar binnen. En teveel zelfreflectie kan juist schadelijk zijn. Kijk dus goed naar de groep en differentieer. En kijk ook naar de leerkracht die de lessen geeft. Het zelfbeeld van leerkrachten is nogal eens te roze, ze dichten zichzelf dan te veel vaardigheden op psychologisch gebied toe. Een schoolleiding zou zich hierover moeten bezinnen en bij gebrek aan geschikte leerkrachten een externe kracht moeten inhuren.

‘In directe aansluiting hierop: een belangrijke onderzoeksvraag is wat de training doet en wat de coach doet. Met andere woorden: hoe schakel je het Theo

Wismanseffect uit? Zoals gezegd heeft niet iedere school een zeer ervaren, geschikte én bovengemiddeld hierin geïnteresseerde leerkracht in huis. De kracht moet hem dus in de basis in de module zelf zitten. Daarbij zoek je dan geschikte docenten, die je een training geeft.

‘Al met al is het erg jammer dat dit onderzoek voorlopig niet doorgaat. Het is iets wat over de hele wereld interesse heeft. We zouden hierover internationaal moeten publiceren, zodat we overal van elkaar kunnen leren.’

Positieve psychologie

Ook Jacqueline Boerefijn wil graag meer meten en weten. Ze werkte als psychiatrisch verpleegkundige voor ze in 1990 begon aan de lerarenopleiding Biologie. Tijdens de studie heeft ze meegewerkt aan gedragsonderzoek in Diergaarde Blijdorp, dit onderzoek had betrekking op methodes om het welbevinden van dieren te verbeteren. Sinds 1994 geeft ze biologieles aan het Groen van Prinstererlyceum in Vlaardingen (onderdeel van Lentiz). Afgelopen december haalde ze haar Master of Applied Positive Psychology aan de University of East London.

Boerefijn won met haar idee voor gelukslessen op school een geldprijs van het H.J. Jacobsfonds en in samenwerking met het Verwey-Jonkersinstituut ontwikkelde ze zes lessen in geluk voor 2 Mavo op basis van de kennis uit de positieve psychologie, waarvan het niveau gemakkelijk is aan te passen aan Havo en VWO. Vervolgens is

bekeken of de lessen werken door ze in vijftien klassen wel te geven en in tien klassen niet en later alle leerlingen op dezelfde momenten te bevragen. Zijn ze met gelukslessen gelukkiger dan de controlegroep? In zijn algemeenheid kon gesteld worden dat er geen significante verschillen waren in geluksbeleving. Maar toen

Boerefijn de gegevens nog eens wat nader bekeek, zag ze dat er weliswaar geen groter geluksgevoel werd gerapporteerd onder de mensen die het vak hadden gevolgd, maar dat deze kinderen wel beduidend beter waren gaan presteren op school dan de controlegroep. Nader onderzoek is gaande (zie www.verwey-jonker.nl).