

‘Voorkom pesten, geef gelukslessen’

door **Demi Schoenmakers**

OOSTERHOUT. „Ik ben gelukkig als anderen ook gelukkig zijn.” Ilayda (8) uit groep 5 van basisschool De Kameleon in Oosterhout kreeg les in geluk van De Geluuskoffer en heeft daar veel van opgestoken. „Je leert iets negatiefs te veranderen in iets positiefs.”

Het is vandaag de Landelijke Dag tegen Pesten. Een dag waarop er stil wordt gestaan bij de noodzaak om pesten te stoppen. Er zijn verschillende anti-pestprogramma's, maar De Geluuskoffer is deze programma's een stapje voor.

„Door kinderen al vroeg bewust te maken van hun eigen krachten en kwaliteiten, voorkom je pestgedrag”, legt Jasmijn Brandt, geluuskoffercoach en juf van groep 3/4 op De Kameleon, uit. „De Geluuskoffer is een wetenschappelijk onderbouwde lesmethode waarbij de kinderen les krijgen in geluk. De kracht ligt bij het positief benaderen van dingen. Als een kind z'n rapport krijgt met daarop alleen maar zevens en achten en één vijf, dan wordt er vaak alleen maar gekeken naar die ene vijf”, vertelt Brandt. „Kijk juist naar hun kwaliteiten. Kinderen krijgen dan meer zelfvertrouwen en zitten lekkerder in hun vel, waardoor ze minder behoefte hebben om te pesten.”

De Kameleon is de eerste school in Oosterhout die de lesmethode van De Geluuskoffer toepast. Groep 5 tot en met 8 hebben de gelukslessen al gehad. Nu zijn groep 3 en 4 aan de beurt. Giste-



• Groep 3 en 4 van basisschool De Kameleon versieren tijdens de eerste les in geluk hun eigen geluuskoffertje. Eymen (6) tekent Turkije op zijn koffer, daar woont zijn familie namelijk. foto Johan Wouters/Pix4Profs

ren hadden ze de eerste les: Wat is geluk? Dit verschilt per kind. Van familie tot het scoren met voetbal en van samen spelen tot vrede.

De kinderen krijgen een koffer, die ze mogen versieren met alles wat hen gelukkig maakt. Eymen (6) uit groep 3 tekende Turkije op zijn koffer. „Als ik in Turkije ben dan ben ik gelukkig, want daar woont mijn familie. En je kunt daar zwemmen.”

Het is de bedoeling dat de leer-

lingen vaardigheden aanleren die ze in alle situaties kunnen toepassen. „Vandaag en morgen, maar ook in de toekomst”, zegt Brandt.

Ridvan (11) uit groep 8 heeft al



‘De gelukslessen geven je meer zelfvertrouwen. Daardoor heb je minder zin om te pesten’

Ilayda (8) leerling De Kameleon

le zeven lessen in geluk gehad en raadt het iedereen aan. „Je leert positief denken. Daarnaast is het ook belangrijk dat je geluk doorgeeft. Dat vond ik het leukste. Ik gun het iedereen om gelukkig te zijn.” Ook Ilayda vindt het een goed idee als iedereen gelukslessen krijgt. „Door de gelukslessen, krijg je meer zelfvertrouwen en daardoor heb je minder zin om andere kinderen te pesten. Je wilt juist met elkaar spelen.”