

# Geluk is niet tweederangs, investeer slimmer in het welbevinden van leerlingen

*De lockdown van het onderwijs heeft achterstanden veroorzaakt en het welbevinden aangetast. Minister Slob stelt nu miljarden beschikbaar om de problemen op te lossen. Dit lukt het beste als je welbevinden serieus neemt als doel op zich.*

Jacqueline Boerefijn en Ad Bergsma

“In deze tijd van corona is het extra belangrijk om ook te investeren in het welbevinden van leerlingen. Ze komen tot betere leerprestaties als ze lekker in hun vel zitten,” aldus minister Slob in het AD. De opvatting van Slob is gemeengoed. Het Nederlands Jeugd Instituut (NJI) beschreef welbevinden als [een voorwaarde voor positieve ontwikkeling](#). De Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) pleitte er al in 2005 voor om in de geestelijke gezondheidszorg niet te beperken tot het oplossen van psychische problemen, maar meer aandacht te hebben voor [het vergroten van positieve aspecten](#) zoals veerkracht, geluk en zingeving.

Applaus voor Slob dus, maar mogen we hem adviseren nog één puntje op de i te zetten? Scholen mogen van Slob de extra financiering alleen aanwenden voor interventies die zijn opgenomen in de [Databank Effectieve Jeugdinterventies](#). Het voordeel van deze keuze is dat de staat geen hobby's van individuele scholen gaat financieren. Slob wijst scholen op methodes die goed onderbouwd zijn. Het nadeel is dat veel goede interventies niet mee mogen doen.

Voor de databank is een jeugdinterventie een planmatige en doelgerichte aanpak ter bevordering van de psychische, sociale, cognitieve of lichamelijke ontwikkeling van een kind of jongere *waar deze (mogelijk) bedreigd of belemmerd wordt*. Het gevolg hiervan is dat er voor de groep van 12-18 jaar in het kader van welbevinden slechts twee interventies beschreven worden: één therapeutisch programma voor chronisch zieke kinderen, en één interventie om depressieve klachten te voorkomen.

Positieve interventies als [Lessen in Geluk](#) of [De Gelukskoffer](#) kunnen niet worden opgenomen in de databank, omdat welbevinden daar een doel op zich is. Interventies met een zuiver positieve insteek vallen buiten de boot, omdat zij vermindering van leerachterstanden, pesten, angsten en depressies opvatten als bijvangst, terwijl de Databank Effectieve Jeugdinterventies eist dat het hoofddoel moet zijn.

De genoemde positieve interventies zijn juist ontwikkeld, omdat er in het onderwijs al (te?)veel aandacht uitgaat naar negatieve zaken, zoals verplichte lessen tegen roken, drinken, drugs, aids, anorexia, obesitas, loverboys, pesten, enzovoort. Onze vraag aan de minister is wat beter zal werken; lessen tegen corona-eenzaamheid of het versterken van de onderlinge verbinding in klassen die weer samenkomen? En van wie steekt een leerling meer op, de docent voor wie het tegengaan van eenzaamheid een middel is om het leerrendement te vergoten of de docent die oprecht begaan is met hoe een leerling zich voelt?

Uit onderzoek blijkt dat de positieve aanpak wel degelijk succes kan opleveren. In de [World Database of Happiness](#) zijn de effecten samengebracht van interventies die geluk vergroten. Uit het [nieuwste overzicht](#) van tientallen studies onder ruim 2500 studenten bleek dat deelnemers aan een gelukstraining zich gemiddeld bijna een half rapport punt gelukkiger voelden. Zes onderzoeken onder ruim 700 scholieren zag ook een positief, maar iets meer bescheiden effect. Spectaculair groot is het effect van trainingen in welbevinden niet, maar het effect is bijvoorbeeld wel groter dan het [effect van corona op het gemiddelde geluk in Nederland](#) gedurende het afgelopen jaar.

Slob heeft dus gelijk dat hij publiek geld verantwoord wil besteden, maar hij perkt het stimuleren van welbevinden nodeloos in, wanneer hij toestaat dat het positieve slechts aandacht krijgt ten dienste

van het bestrijden van het negatieve. De minister laat kansen op gelukbevordering liggen.

Jacqueline Boerefijn is master Applied Positive Psychologie en redacteur van het Tijdschrift Positieve Psychologie. [www.positiefonderwijs.nl](http://www.positiefonderwijs.nl)

Ad Bergsma is zelfstandig psycholoog en geluksonderzoeker. [www.grootstegeluk.nl](http://www.grootstegeluk.nl)

#### Referenties:

Bergsma, A., Buijt, I., & Veenhoven, R. (2020). Will happiness-trainings make us happier? A research synthesis using an online findings-archive. *Frontiers in psychology*, 11, 1953.

<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.01953/full>

Layard, R., & Oparina, E. (2021). Living Long and Living Well: The WELLBY Approach. *World Happiness Report 2021*, 191. <https://happiness-report.s3.amazonaws.com/2021/WHR+21.pdf>

NJI (2010) *Positief jeugdbeleid; Investeren in opvoeding, ontwikkeling en burgerschap*.

[www.nji.nl/nl/Download-NJi/Publicatie-NJi/Positief\\_jeugdbeleid.pdf](http://www.nji.nl/nl/Download-NJi/Publicatie-NJi/Positief_jeugdbeleid.pdf)

NJI (2021) *Databank Effectieve Jeugdinterventies* [www.nji.nl/nl/Databank/Effectieve-Jeugdinterventies](http://www.nji.nl/nl/Databank/Effectieve-Jeugdinterventies)

Veenhoven, R. (201) *Correlational Findings on Happiness, World Database of Happiness*, Erasmus University Rotterdam. Geraadpleegd op 12 mei 2021 op:

<https://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/search-the-database/correlational-findings/>

WHO (2005). *Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice*. Geneva: WHO

[https://www.who.int/mental\\_health/evidence/en/promoting\\_mhh.pdf](https://www.who.int/mental_health/evidence/en/promoting_mhh.pdf)