



# Een gelukkig nieuwjaar: Waar word jij gelukkig van?



De eerste weken van het nieuwe jaar gaan anders van start dan anders. Helaas is Nederland weer in lockdown en dat brengt uitdagingen met zich mee. Wat betekent een gelukkig nieuwjaar in 2022? En waar word je in deze tijd gelukkig of blij van? In deze les denk je daar samen met je (mentor)klas over na.

## Start

Start de les met de werkvorm 'weerbericht' waarin je terugblijkt op de kerstvakantie. Laat de leerlingen antwoord geven op de vraag 'Hoe was je kerstvakantie?' door ze het weertype te laten tekenen wat bij hun vakantie past.

Tip: Misschien geeft het getekende weer aanleiding voor een persoonlijk gesprek met een leerling

## Kern



Introduceer het onderwerp van deze les met een filmpje: [Draadstaal: Joop en Leon - gelukkig en vrolijk zijn.](#)



In het filmpje wordt Leon gelukkig van muziek. Bespreek kort wat leerlingen zien in het filmpje. Vraag daarna hoe je ervoor kunt zorgen dat je gelukkig en vrolijk blijft in deze tijd.



Geef de leerlingen de opdracht om een top drie te maken van dingen waar ze gelukkig van worden. Laat de leerlingen hun top drie opschrijven en delen met de klasgenoot naast zich. Bespreek dan klassikaal: heb je nog iets nieuws geleerd waar je gelukkig van wordt?

## Bonus opdracht

Bedenk een **geluksdoel** voor deze week. Laat de leerlingen opschrijven wat ze deze week willen doen waar ze gelukkig van worden. Bijvoorbeeld: "Na een schooldag geef ik mezelf een half uurtje om te gamen voordat ik begin met mijn huiswerk". Zorg ervoor dat leerlingen hun geluksdoel op een zichtbare plek noteren, zodat ze er aan herinnert worden. Laat ze het doel met elkaar delen als ze willen. Leuk om in de volgende mentorles op terug te komen.

## Afsluiting

Sluit af met de vraag: 'Wat kan ik als mentor doen om jou in deze tijd gelukkiger te maken?'. Laat leerlingen het op een briefje schrijven. Zet een doos neer waar leerlingen hun briefje in kunnen doen.

Tip: je kunt de leerlingen ook online hun antwoord laten inleveren. Bijvoorbeeld door een Google Forms of Mentimeter te maken.