

JESSICA JOELLE ALEXANDER

ΠΩΣ ΟΙ ΔΑΝΟΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΥΝ
ΤΑ ΠΙΟ ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΑ ΠΑΙΔΙΑ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ
ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

μετάφραση
Νοέλα Ελιασά

ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΔΙΟΠΤΡΑ

Περιεχόμενα

Εισαγωγή 9

Η ιστορία μου

Εξετάζοντας τις πολιτισμικές «προεπιλεγμένες ρυθμίσεις» μας. Τι είναι η εκπαίδευση; Trivsel: Το δανέζικο τυποποιημένο τεστ ευτυχίας. Ατενίζοντας το μέλλον.

Εμπιστοσύνη 23

Κεφάλαιο 1 – Εμπιστοσύνη

Πώς διδάσκουν οι Δανοί την εμπιστοσύνη αυξάνοντας την αυτοεκτίμηση, επιτρέποντας περισσότερο ελεύθερο παιχνίδι, κατανοώντας το «γιατί» μαθαίνουμε και περιλαμβάνοντας μαθήματα ανθρωπίνης επαφής στα σχολεία.

Ενσυναίσθηση 53

Κεφάλαιο 2 – Ενσυναίσθηση

Η ενσυναίσθηση είναι ένας από τους πιο σημαντικούς παράγοντες στην εκπαίδευση της Δανίας και στον τρόπο που μεγαλώνουν οι γονείς τα παιδιά τους. Θα δούμε πώς μαθαίνουν να «διαβάζουν» τους άλλους και γιατί η διδασκαλία και εκμάθηση της ενσυναίσθησης είναι τόσο σημαντική για τη μακροχρόνια ευημερία και επιτυχία.

Αυθεντικότητα 84

Κεφάλαιο 3 – Αυθεντικότητα στο Σεξ & Κεφάλαιο 4 – Αυθεντικότητα στον Θάνατο

Οι Δανοί μιλάνε ανοιχτά με τα παιδιά τους για όλα τα θέματα και τα συναισθήματα. Πιστεύουν ότι αν κάτι αποτελεί μέρος της ζωής πρέπει να αποτελεί και μέρος της εκπαίδευσης. Στα Κεφάλαια 3 & 4

μαθαίνουμε πώς διδάσκουν δύο θέματα (συχνά ταμπού) με πολύ απλό τρόπο. Η αυθεντική προσέγγιση στο σεξ και στον θάνατο – δύο πράγματα που ξέρουμε ότι θα συμβούν σε όλους μας– δημιουργεί μεγαλύτερη σύνδεση, ανθεκτικότητα και ευημερία.

Θάρρος 139

Κεφάλαιο 5 – Θάρρος στην Αποτυχία & Κεφάλαιο 6 – Θάρρος για να Σταματήσει ο Εκφοβισμός

Στη Δανία, μέρος των καθημερινών μαθημάτων στα σχολεία είναι να διδάσκουν τα παιδιά να έχουν το θάρρος να αποτυγχάνουν και να ξαναπροσπαθούν, πράγμα που οδηγεί σε μεγαλύτερη καινοτομία και δημιουργικότητα στην εκμάθηση· στις δεξιότητες δηλαδή που χρειαζόμαστε για το μέλλον. Σε όλα τα σχολεία της Δανίας είναι επίσης υποχρεωτικά τα μαθήματα πρόληψης εκφοβισμού. Αυτό έχει μειώσει τα ποσοστά εκφοβισμού από 25% σε 7% και η δουλειά που κάνουν είναι πρωτοποριακή.

Χούγκα 182

Κεφάλαιο 6 – Χούγκα και Συντροφικότητα

Η διδασκαλία του χούγκα και του *fællesskab* (συντροφικότητα) αποτελεί βασικό κομμάτι της δανέζικης εκπαίδευσης και της ανατροφής των παιδιών. Μαθαίνοντας πώς να συμβάλουμε στον «χρόνο εμείς» αντί στον «χρόνο εγώ», καταφέρνουμε να αποκτήσουμε πραγματική σύνδεση στον σημερινό κόσμο, αφήνοντας έτσι μια κληρονομιά μεγαλύτερης ευτυχίας.

Ο Όρκος Χούγκα 204

Ιδιαίτερες ευχαριστίες 205

Σημειώσεις & Έμπνευση 207

Η ιστορία μου

Μιλάτε «μπεμπεκίστικα»;

Πριν αποκτήσω παιδιά, δεν ήμουν αυτό που θα θεωρούσε κανείς «μπτρική φιγούρα». Στην πραγματικότητα, δεν ήμουν καν σίγουρη αν ήθελα να αποκτήσω παιδιά. Μιλούσα τέσσερις γλώσσες, αλλά τα «μπεμπεκίστικα» δεν ήταν μια από αυτές. Όποτε έμπαινε κάποιο παιδί στο δωμάτιο, συνήθως αναζητούσα έναν τρόπο να ξεφύγω. Για να είμαι ειλικρινής, η σκέψη να κάνω παιδιά με τρομοκρατούσε.

Έχουν περάσει δεκαοχτώ χρόνια και τώρα είμαι η συγγραφέας του μπεστ σέλερ *Γιατί οι Δανοί Μεγαλώνουν τα πιο Ευτυχισμένα Παιδιά στον Κόσμο*. Το βιβλίο μου έχει κυκλοφορήσει σε είκοσι πέντε χώρες και πρόκειται να κυκλοφορήσει και σε άλλες. Δίνω ομιλίες σε όλο τον κόσμο για να βοηθάω γονείς, εταιρείες και δασκάλους να εφαρμόζουν κάποιες από τις αρχές που άλλαξαν τη ζωή μου στις τάξεις, στις αίθουσες συσκέψεων και στο σπίτι.

Ίσως αναρωτιέστε... τι συνέβη;

Πριν από δεκαοχτώ χρόνια, γνώρισα τον Δανό σύζυγό μου και ο κόσμος μου άλλαξε τελείως. Ο γάμος με τη δανέζικη κουλτούρα και η απόκτηση παιδιών ήταν μια εμπειρία που μεταμόρφωσε εντελώς τη ζωή μου και με έκανε να δω τα πάντα υπό διαφορετικό πρίσμα.

Κάτι σωστό στη Δανία

Όταν επισκέφθηκα για πρώτη φορά τη Δανία πριν από τόσα χρόνια και είδα τα παιδιά εκεί, ε, αυτό μου άνοιξε τα μάτια. Ήταν τόσο ευτυχισμένα και γαλήνια, είχαν καλούς τρόπους και έδειχναν σεβασμό. Δεν άκουγα φωνές και στριγκλιές. Αυτά τα παιδιά με εντυπωσίασαν τόσο πολύ, ώστε είπα στον άντρα μου: «Αν κάποιος μου εγγυόταν ότι θα έχω ένα τέτοιο παιδί, θα το έκανα εδώ και τώρα!»

Πολλά χρόνια αργότερα, όταν ήμουν έγκυος στην κόρη μας, αναγκάστηκα να μείνω στο κρεβάτι για πολλούς μήνες εξαιτίας κάποιων επιπλοκών. Διάβασα αμέτρητα βιβλία για νέους γονείς, προσπαθώντας να προετοιμαστώ για την πιο τρομακτική μετάβαση της ζωής μου.

Ωστόσο, κάτι παράξενο συνέβη μόλις γεννήθηκε η κόρη μου. Αντί να καταφύγω στα βιβλία, απευθύνθηκα στη δανέζικη οικογένεια και φίλους μου για συμβουλές – από τον θηλασμό μέχρι την επικοινωνία και την εκπαίδευση– και πάντα προτιμούσα τις δικές τους συμβουλές από τα βιβλία.

Μια μέρα (και δύο παιδιά αργότερα), ενώ διάβαζα εφημερίδα όσο ο άντρας μου έπαιζε με την κόρη μας, είδα ότι η Δανία είχε ψηφιστεί *ξανά* από τον ΟΟΣΑ (Οργανισμός Οικονομικής Συνεργασίας και Ανάπτυξης) ως η πιο ευτυχισμένη χώρα του κόσμου. Οι Δανοί δεν είχαν ψηφιστεί ως οι πιο ευτυχισμένοι άνθρωποι του κόσμου μόνο εκείνη τη χρονιά, αλλά εδώ και σαράντα συναπτά έτη βρίσκονταν σταθερά μεταξύ των πρώτων τριών πιο ευτυχισμένων χωρών του πλανήτη!

Εγώ, που είμαι Αμερικανίδα, εντυπωσιάστηκα. Η χώρα μου έχει κανονική εμμονή με την ευτυχία. Η επιδίωξή της είναι ένας από τους στόχους που αναγράφονται ακόμα και στη Διακήρυξη της Ανεξαρτησίας. Κι ωστόσο, υπήρχε μια χώρα που είχε το μονοπώλιο επί σαράντα χρόνια. Ποιο ήταν το μυστικό της και γιατί δεν το είχε ανακαλύψει κανείς ακόμη;

Τα ευτυχισμένα παιδιά γίνονται ευτυχισμένοι ενήλικες

Εκείνη τη στιγμή, ήταν σαν να άναψε ένα φωτάκι μέσα στο κεφάλι μου. Όλα αυτά τα χρόνια μελετούσα και εφαρμόζα τον «δανέζικο τρόπο» στην ανατροφή των παιδιών μου και αυτό είχε επιφέρει βαθιές αλλαγές στη ζωή μου· δεν με είχε αλλάξει μόνο ως γονιό αλλά και ως άνθρωπο και ξαφνικά συνειδητοποίησα ότι το μυστικό ήταν μπροστά στα μάτια μου.

Τα ευτυχισμένα παιδιά γίνονται ευτυχισμένοι γονείς που μεγαλώνουν ευτυχισμένα παιδιά, και ο κύκλος απλώς επαναλαμβάνεται. Αφού ο δανέζικος τρόπος μπόρεσε να βοηθήσει εμένα, τη γυναίκα που δεν μιλούσε «μπεμπεκίστικα», ήμουν σίγουρη ότι θα μπορούσε να βοηθήσει τον οποιοδήποτε.

Νιώθω μεγάλη ευγνωμοσύνη που μπόρεσα να μοιραστώ την εμπειρία που με μεταμόρφωσε με τόσους γονείς και μη γονείς. Αλλά υπάρχει μια ερώτηση που μου κάνουν ξανά και ξανά μέσω ηλεκτρονικών μηνυμάτων, σε συζητήσεις και παρουσιάσεις...

«Τι γίνεται με την εκπαίδευση;»

Συνήθως αποφεύγω να μιλάω για την εκπαίδευση. Μπορούμε να ελέγχουμε και να αλλάζουμε τον τρόπο που μεγαλώνουμε τα παιδιά μας εκτός Δανίας, καθότι δεν βασιζόμαστε σε θεσμούς, αλλά η εκπαίδευση μου φαινόταν πολύ πιο περίπλοκο ζήτημα.

Παρ' όλα αυτά, καθώς τα παιδιά μου μεγάλωναν, άρχισα κι εγώ να αντιμετωπίζω τις δικές μου προκλήσεις και ερωτήματα σχετικά με το ποιος ήταν ο σωστός τρόπος εκπαίδευσης. Άρχισα να εξετάζω, όπως είχα κάνει και με την ανατροφή, το πόσο διαφορετικά ορίζει η κάθε κουλτούρα αυτό που συνιστά την επιτυχία των παιδιών μας, και γιατί. Άρχισα να αναρωτιέμαι αν θα μπορούσαμε

να κάνουμε κάτι διαφορετικό που θα βελτιώνει τα επίπεδα ευτυχίας για τον εαυτό μας και τα παιδιά μας. Στην ουσία, άρχισα να αναθεωρώ τις «προεπιλεγμένες ρυθμίσεις» μου.

Εξετάζοντας τις πολιτισμικές «προεπιλεγμένες ρυθμίσεις» μας

Οι «προεπιλεγμένες ρυθμίσεις» μας είναι οι σκέψεις και οι πεποιθήσεις με τις οποίες μας έχουν προγραμματίσει η κουλτούρα και οι γονείς μας. Είναι τόσο βαθιά ριζωμένες μέσα μας, ώστε είναι σχεδόν αδύνατο να τις δούμε αντικειμενικά. Είναι σαν τη μητρική κάρτα ενός υπολογιστή. Είναι οι εργοστασιακές ρυθμίσεις μας που μας εμφανίζουν τα πράγματα ως έχουν.

Για τους Νορβηγούς, για παράδειγμα, είναι φυσιολογικό να αφήνουν τα μωρά τους να κοιμούνται έξω με -20 βαθμούς Κελσίου, οι Ισπανοί επιτρέπουν στα παιδιά τους να παίζουν μέχρι τις έντεκα και δώδεκα τη νύχτα, ενώ οι Ιάπωνες αφήνουν τα παιδιά τους να πηγαίνουν με το μετρό στο σχολείο από την ηλικία των εννέα και δέκα χρονών. Σε εμάς, όλα αυτά μπορεί να φαίνονται αδιανόητα. Το ίδιο ισχύει και για το πώς αντιμετωπίζουν το θέμα της εκπαίδευσης οι διάφορες κουλτούρες.

Είμαστε τόσο προγραμματισμένοι να πιστεύουμε ότι ο τρόπος της δικής μας κουλτούρας είναι και ο «σωστός», ώστε όλοι οι άλλοι «τρόποι» μάς φαίνονται διαφορετικοί ή λάθος. Χρειάζεται μια αληθινή αλλαγή παραδείγματος για να δούμε τα πράγματα διαφορετικά. Αλλά αυτή η ικανότητα να βλέπουμε πέρα από τους εαυτούς μας είναι ένα από τα πιο ισχυρά κίνητρα για αλλαγή. Μόλις τη δείτε, δεν μπορείτε να την... ξεδείτε.

Τι θα γινόταν αν παρατηρούσαμε τον εαυτό μας από άλλη οπτική γωνία; Τι θα βλέπαμε αν μπορούσαμε να παρατηρήσουμε τον εαυτό μας από απόσταση;

Υποβάλλοντας τα παιδιά μας σε τεστ

Στην Αμερική, τα παιδιά μας δίνουν αμέτρητα τεστ σχεδόν για τα πάντα. Παιδιά στην ηλικία των τριών και τεσσάρων ετών υποβάλλονται σε τεστ για να εισαχθούν σε προγράμματα για «χαρισματικά» παιδιά ή σε «ανταγωνιστικά» σχολεία. Οι μαθητές στα δημόσια σχολεία των μεγάλων πόλεων δίνουν περίπου εκατόν δώδεκα υποχρεωτικά διαγωνίσματα από το νηπιαγωγείο μέχρι την τρίτη λυκείου. Αυτό σημαίνει οκτώ διαγωνίσματα κατά μέσο όρο τον χρόνο. Και αυτά δεν περιλαμβάνουν όλα τα γραπτά διαγωνίσματα που βάζουν οι δάσκαλοι στα παιδιά πάνω στο ίδιο αντικείμενο. Και βέβαια ούτε τα τεστ που συνήθως δίνουν τα παιδιά σε εβδομαδιαία βάση.

Τα σχολεία με τη μεγαλύτερη βαθμολογία στα διαγωνίσματα παίρνουν και τη μεγαλύτερη χρηματοδότηση, ενώ οι καθηγητές αξιολογούνται με βάση τη βαθμολογία που επιτυγχάνουν οι μαθητές στα διαγωνίσματά τους, πράγμα που δημιουργεί έναν φαύλο κύκλο. Πολλοί καθηγητές που επιθυμούν να διδάξουν κάτι εκτός διδακτέας ύλης απλώς δεν μπορούν να το κάνουν. Δεν υπάρχει χρόνος για δημιουργικότητα, δεν υπάρχει χρόνος να αναπτυχθούν θέματα πέραν της ύλης, ώστε να παρουσιαστεί στους μαθητές η ευρύτερη εικόνα.

Αυτό δημιουργεί μεγάλη πίεση στους καθηγητές που αξιολογούνται με βάση τη βαθμολογία των διαγωνισμάτων, στους μαθητές που ανησυχούν για το αν θα περάσουν την τάξη και στους γονείς που πρέπει να πιέζουν τα παιδιά τους να μελετούν περισσότερο για καλύτερη απόδοση. Έτσι, η εκπαίδευση μοιάζει σχεδόν με εργοστάσιο.

Στην πραγματικότητα, η δημόσια εκπαίδευση –από κάθε άποψη– δεν έχει αλλάξει σημαντικά από τότε που θεσμοθετήθηκε στις αρχές της Βιομηχανικής Επανάστασης. Σχεδιάστηκε με σκοπό να προετοιμάζει τους ανθρώπους για τα εργοστάσια.

Οι καθηγητές διδάσκουν ακόμη σε τάξεις των είκοσι ή τριάντα μαθητών την ίδια ύλη και αναμένεται να την αφομοιώνουν όλοι με τον ίδιο τρόπο. Επικρατεί ακόμη η νοοτροπία της γραμμής παραγωγής, με το χτύπημα του κουδουνιού, τα ξεχωριστά μαθήματα, τις ξεχωριστές υποδομές, τη συμμόρφωση και την τυποποίηση.

Μπορεί το παιδί σας να μην τα πηγαίνει καλά στα διαγωνίσματα, αλλά να είναι εξαιρετο σε πολλές άλλες δεξιότητες και ικανότητες οι οποίες δεν βαθμολογούνται με τεστ – ε, αυτό δεν έχει σημασία. Έχουμε αποδεχτεί αυτή τη συλλογική προεπιλεγμένη εκπαιδευτική ρύθμιση και θεωρούμε ότι είναι ο «σωστός τρόπος».

Η Σάρα Χάρκνες, καθηγήτρια Ανθρώπινης Ανάπτυξης στο Πανεπιστήμιο του Κονέκτικατ, μελέτησε τον τρόπο ανατροφής των παιδιών σε διάφορες κουλτούρες και διαπίστωσε ότι οι Αμερικανοί χρησιμοποιούν τις λέξεις «έξυπνος», «ταλαντούχος» και «χαρισματικός» για να περιγράψουν τα παιδιά τους κατά 30% περισσότερο από άλλες χώρες. Μήπως εστιάζουμε σε αυτές τις λέξεις εξαιτίας του τρόπου με τον οποίο αξιολογούμε την επιτυχία; Και με τι κόστος για την ευημερία των παιδιών μας;

Οι στατιστικές παρουσιάζουν μια απότομη και σταθερή αύξηση στις ψυχικές νόσους των παιδιών τα τελευταία δεκαπέντε χρόνια. Ζούμε σε μια εποχή με απίστευτα πολλά ερεθίσματα. Κατακλυζόμαστε από μια σταθερή ροή πληροφοριών και αισθητήριων ερεθισμάτων μέσα από την τεχνολογία, κι ωστόσο χαρακτηρίζουμε τα παιδιά μας «αφηρημένα» και τα υποβάλλουμε σε φαρμακευτική αγωγή για «διάσπαση προσοχής» επειδή δεν μπορούν να μείνουν συγκεντρωμένα σε μια τάξη με μαθήματα που διαρκούν ώρες.

Έχει σημειωθεί 43% αύξηση στη ΔΕΠΥ, 37% αύξηση στην εφηβική κατάθλιψη, 200% αύξηση στα ποσοστά αυτοκτονιών

σε παιδιά ηλικίας δέκα έως δεκατεσσάρων ετών. Ο αριθμός των παιδιών που παίρνουν φάρμακα έχει τετραπλασιαστεί. Οι διαταραχές άγχους είναι η νούμερο ένα ψυχική διαταραχή και το ποσοστό των παιδιών με παχυσαρκία στις Ηνωμένες Πολιτείες έχει τριπλασιαστεί από τη δεκαετία του 1970. Κι όλα αυτά εξαπλώνονται σε όλο τον κόσμο με ανησυχητικό ρυθμό.

Τι θα γινόταν όμως αν υπήρχε άλλος τρόπος;

Trivsel: Το τυποποιημένο τεστ ευτυχίας

Στη Δανία, την πιο ευτυχισμένη χώρα του κόσμου, επικεντρώνεται πολύ περισσότερο στην κοινωνική και συναισθηματική ανάπτυξη και ευημερία απ' ό,τι στους βαθμούς ή στη βαθμολογία των διαγωνισμάτων. Το να έχει κανείς υψηλό «trivsel» (ευημερία), όπως το αποκαλούν στα δανέζικα, είναι πολύ πιο σημαντικό από την καλή βαθμολογία σε ένα διαγώνισμα. Θεωρείται ότι η ακαδημαϊκή ικανότητα επιτυγχάνεται μόνο αν ένα παιδί είναι ευτυχισμένο. Με λίγα λόγια, οι Δανοί πιστεύουν ότι όταν νιώθουμε καλά μαθαίνουμε καλύτερα. Στην πραγματικότητα, στα σχολεία δεν δίνουν καν βαθμούς, δουλεύει για το σπίτι ή διαγωνίσματα μέχρι τα παιδιά να μεγαλώσουν αρκετά. Τους ενδιαφέρει περισσότερο να προάγουν τη συνεργασία και την καλοσύνη αντί για τον ανταγωνισμό.

Και καθώς οι δάσκαλοι αξιολογούνται με βάση τα επίπεδα ευτυχίας των παιδιών στο σχολείο, παίρνουν το θέμα τόσο σοβαρά, ώστε υπάρχει ένα πολύ σημαντικό τυποποιημένο τεστ που κάνουν όλοι οι Δανοί κάθε χρόνο...

Ονομάζεται τεστ *trivsel*. Οι δάσκαλοι περνούν στην κυριολεξία από τεστ για να αξιολογούν την ευημερία στα σχολεία όλης

της χώρας. *Trivsel*, ανάμεσα σε άλλα, είναι να βεβαιώνονται πως όλοι νιώθουν ότι συμμετέχουν στη διαδικασία της μάθησης, ότι τους βλέπουν και τους ακούνε και ότι αναπτύσσονται καλά κοινωνικά και συναισθηματικά. Αυτό το τεστ δεν έχει καμία σχέση με τα ακαδημαϊκά μαθήματα.

Τα αποτελέσματα του τεστ χρησιμοποιούνται για να εφαρμόζεται ένα υποχρεωτικό πλάνο ευημερίας, με μοναδικό σκοπό να βελτιώνει την ευτυχία των παιδιών και την ικανότητά τους να ανθίζουν. Κάθε σχολείο στη Δανία είναι υποχρεωμένο από τον νόμο να έχει ένα *πλάνο trivsel*, το οποίο πρέπει να εφαρμόζει και να αναπτύσσει καθ' όλη τη διάρκεια της χρονιάς.

Trivsel είναι μια παλιά σκανδιναβική λέξη (*treben, trivelig*). Προέρχεται από τον κόσμο των φυτών. Από τη στιγμή που οι άνθρωποι είναι οργανικά όντα και όχι ρομπότ, είναι λογικό ότι χρειάζονται τη σωστή φροντίδα για να αναπτυχθούν και να ανθίσουν.

Οι δάσκαλοι στη Δανία διδάσκονται κάτι που ονομάζεται «*differentiere*», που σημαίνει ότι μαθαίνουν πώς να «διαφοροποιούν» τους μαθητές τους, να τους βλέπουν ως ξεχωριστά άτομα, να μαθαίνουν τις δυνάμεις και τις αδυναμίες τους και να τους βοηθούν να αναπτύσσονται. Συνεργάζονται μαζί τους για να κατανοούν τις σωστές συνθήκες υπό τις οποίες μαθαίνει και ανθίζει το κάθε παιδί. Το ίδιο κάνουν και οι γονείς.

Όπως μια ορχιδέα και μια πικραλίδα έχουν εντελώς διαφορετικές ανάγκες, εξίσου διαφορετικές ανάγκες έχουν και τα παιδιά. Δεν είναι όλα τα παιδιά ίδια. Δεν αναπτύσσονται όλα με τον ίδιο τρόπο την ίδια στιγμή. Οι ορχιδέες είναι πολύ ευαίσθητες. Όταν τους δίνουμε την κατάλληλη προσοχή και φροντίδα, ανθίζουν και γίνονται πανέμορφα λουλούδια. Δίχως αυτή την προσοχή, όμως, υποφέρουν και μαραίνονται.

Ποιος είναι ο σκοπός της εκπαίδευσης;

«Ο καθένας είναι μια Ιδιοφυΐα. Αλλά αν κρίνεις ένα ψάρι από την ικανότητά του να σκαρφαλώσει σ' ένα δέντρο, θα περάσει όλη του τη ζωή πιστεύοντας πως είναι ηλίθιο».

Άλμπερτ Αϊνστάιν

Η ιστορία της Τζίλιαν

Όταν η Τζίλιαν ήταν οχτώ χρονών, δυσκολευόταν πάρα πολύ στο σχολείο. Δεν μπορούσε να καθίσει ακίνητη ή να συγκεντρωθεί. Κουινόταν συνεχώς σπασμωδικά. Το σχολείο έγραψε στους γονείς της και τους είπε ότι πίστευε πως είχε κάποια μαθησιακή δυσκολία.

Η μητέρα της Τζίλιαν την πήγε σε ειδικό. Τον ενημέρωσε για όλα τα προβλήματα που αντιμετώπιζε η Τζίλιαν στο σχολείο. Ενοχλούσε τα άλλα παιδιά. Καθυστερούσε πάντα να κάνει τα μαθήματά της, αφαιρούνταν και ήταν υπερκινητική. Αυτό συνέβη πριν ανακαλυφθεί η ΔΕΠΥ, οπότε δεν αποτελούσε επιλογή διάγνωσης.

Αφού άκουσε τη μητέρα, ο γιατρός πήγε στην Τζίλιαν και είπε: «Άκουσα όλα όσα μου είπε η μητέρα σου και τώρα θέλω να της μιλήσω ιδιαιτέρως». Καθώς έβγαιναν από το δωμάτιο, άνοιξε το ραδιόφωνο. Μόλις έφτασαν στο κολ, ο γιατρός γύρισε και κοίταξε την Τζίλιαν.

Είχε σηκωθεί όρθια και είχε αρχίσει να χορεύει με τη μουσική, πράγμα που συνεχίστηκε για αρκετά λεπτά.

Ο γιατρός γύρισε στη μητέρα και είπε: «Κυρία Λιν, η κόρη σας δεν είναι άρρωστη. Χορεύτρια είναι. Πηγαίνατέ τη σε μια σχολή χορού».

Ευτυχώς, αυτό έκανε η μητέρα της. Η Τζίλιαν Λιν πήγε να

δουλέψει με τον Άντριου Λόιντ Βέμπερ και έκανε τις χορογραφίες σε μερικές από τις πιο επιτυχημένες παραστάσεις στην ιστορία, όπως οι *Γάτες* και το *Φάντασμα της Όπερας*. Έχει προσφέρει χαρά σε εκατομμύρια ανθρώπους και είναι πολυεκατομμυριούχος.

Η Τζίλιαν δεν είχε κάποια μαθησιακή δυσκολία. Είχε ανάγκη να «κινείται για να σκέφτεται».

Κάποιος άλλος μπορεί να είχε δώσει στην Τζίλιαν φαρμακευτική αγωγή, λέγοντάς της ότι έπρεπε να ηρεμήσει.

Είμαστε εκ γενετής δημιουργικές ιδιοφυΐες;

Πριν από χρόνια, η NASA επικοινωνήσε με τον δρα Τζορτζ Λαντ και τη δρα Μπεθ Γιάρμαν, δύο ειδικούς στη δημιουργικότητα, και τους ζήτησε να φτιάξουν ένα τεστ που θα αξιολογούσε τα επίπεδα δημιουργικότητας των πυρηνικών επιστημόνων και των μηχανικών της NASA. Ήθελαν να μάθουν ποιοι ήταν οι πιο δημιουργικοί, ώστε να τους εντάξουν στις ομάδες που ασχολούνταν με τα πιο ακανθώδη προβλήματα. Το τεστ που έφτιαξαν σημείωσε μεγάλη επιτυχία και βοήθησε τη NASA να επιλέγει τους πιο ευφυείς από τους ευφυείς γι' αυτό τον σκοπό.

Ωστόσο, στην πορεία, ο Λαντ και η Γιάρμαν άρχισαν να αναρωτιούνται: οι άνθρωποι γεννιούνται δημιουργικές ιδιοφυΐες ή αυτό είναι κάτι που το μαθαίνουν με την εμπειρία;

Αποφάσισαν να διεξαγάγουν μια διαμήκη μελέτη για να το ανακαλύψουν. Το τεστ που είχαν φτιάξει για τη NASA ήταν αρκετά απλό ώστε να μπορέσουν να το χορηγήσουν σε 1.600 παιδιά ηλικίας μεταξύ τεσσάρων και πέντε ετών χωρίς να το τροποποιήσουν. Μαντέψτε πόσα παιδιά αποδείχθηκαν δημιουργικές ιδιοφυΐες.

Το 98%.

Έκαναν το ίδιο και σε παιδιά δέκα ετών και ο αριθμός έπεσε στο 30%. Στην ηλικία των δεκαπέντε ετών, το ποσοστό έπεσε στο 12%. Όσο για τους ενήλικες; Μόνο το 2% παρέμεναν ακόμη δημιουργικές ιδιοφυΐες.

Εάν αναρωτιέστε πόσο συνεπές είναι αυτό το τεστ ή πόσο αξιόπιστα τα αποτελέσματά του, αυτή η μελέτη επαναλήφθηκε πάνω από ένα εκατομμύριο φορές.

Αυτό που δείχνει το τεστ είναι ότι υπάρχουν δύο είδη σκέψης που γίνονται στον εγκέφαλο· το ένα ονομάζεται αποκλίνουσα σκέψη και στην ουσία είναι η φαντασία. Είναι όταν παράγουμε καινούριες ιδέες και πιθανότητες. Το άλλο αποκαλείται συγκλίνουσα σκέψη. Είναι όταν κρίνουμε, επικρίνουμε και αξιολογούμε κάτι. Η αποκλίνουσα σκέψη λειτουργεί σαν γκάζι και η συγκλίνουσα σαν φρένο.

Ανακάλυψαν, λοιπόν, ότι το σημερινό εκπαιδευτικό σύστημα μαθαίνει στα παιδιά ταυτόχρονα και τα δύο είδη σκέψης. Έτσι, όταν τα παιδιά αρχίζουν να αναπτύσσουν καινούριες ιδέες, ο εγκέφαλος εκπαιδεύεται να τις κριτικάρει. «Αυτό είναι τρελό», «Αυτό δεν πρόκειται να λειτουργήσει», «Αυτό είναι χαζή ιδέα», «Αυτό το έχω ήδη προσπαθήσει». Αρχίζουμε να φοβόμαστε την αποτυχία και ψάχνουμε για «σωστές απαντήσεις», που στην ουσία είναι επαναλαμβανόμενες. Το ερώτημα είναι, έχει νόημα αυτό για το μέλλον;

Προσεγγίζοντας το μέλλον

Γιατί τόσο πολλοί στοχαστές, όπως ο Έλον Μασκ, ο Στιβ Τζομπς και διάφοροι άλλοι, επιλέγουν να μη στέλνουν σχολείο τα παιδιά τους; Επειδή έτσι τα παιδιά έχουν την ευκαιρία να αναπτύσσουν τη φυσική τους περιέργεια χωρίς να ανησυχούν για βαθμούς και ωρολόγια προγράμματα. Και γιατί η κατ' οίκον διδασκαλία

αρχίζει να προτιμάται τόσο πολύ; Στην Αγγλία, η διδασκαλία στο σπίτι *διπλασιάστηκε* τα τελευταία έξι χρόνια, ενώ σήμερα στις Ηνωμένες Πολιτείες περίπου δύο εκατομμύρια παιδιά διδάσκονται στο σπίτι και το 10% αυτών δεν πηγαίνει σχολείο.

Αν λάβουμε υπόψη μας το γεγονός ότι το Παγκόσμιο Οικονομικό Φόρουμ εκτιμά ότι το 65% των σημερινών παιδιών θα ακολουθήσουν καριέρες που ακόμη δεν υπάρχουν, μήπως αυτό σημαίνει ότι πρέπει να προετοιμαστούν για το άγνωστο περισσότερο απ' ό,τι να μπορούν να εκτελέσουν συγκεκριμένες εργασίες και να αναπαράγουν σωστές απαντήσεις; Είναι οι βαθμοί, τα μαθήματα στο σπίτι και τα διαγωνίσματα ο «σωστός τρόπος» αξιολόγησης της επιτυχίας;

Άλλωστε, όσον αφορά τη βαθμολογία στα διαγωνίσματα, η Δανία είναι μια χώρα που βρίσκεται ανάμεσα στις *τρεις πιο ευτυχισμένες του πλανήτη εδώ και σαράντα συναπτά έτη*. Αυτό είναι μια εντυπωσιακή επιτυχία για ένα τόσο μεγάλο χρονικό διάστημα. Μήπως η Δανία έχει να μας διδάξει κάτι αν δεχτούμε να βγάλουμε τους πολιτισμικούς φακούς μας και δείξουμε περιέργεια να μάθουμε; Ναι!

Το ταξίδι αυτού του βιβλίου: Βρίσκοντας το εξαιρετικό μέσα στο συνηθισμένο

Ως πολιτισμική ερευνήτρια, συχνά ανακαλύπτω ότι τα πιο προφανή, κοινότοπα και συνηθισμένα πράγματα σε μια κουλτούρα μπορεί να αποτελούν τις πιο διαφωτιστικές, ανοιχτόμυαλες και επαναστατικές ιδέες για μια άλλη. Αυτά τα πετράδια σοφίας είναι συνήθως ραμμένα τόσο σφιχτά μέσα στην ύφανση μιας κουλτούρας, που είναι αδύνατο να τα δούμε χωρίς διαφορετικούς φακούς.

Πολλά από αυτά που γράφω θεωρούνται απολύτως φυσιολογικά από τους Δανούς, οι οποίοι δεν έχουν ιδέα γιατί είναι τόσο ενδιαφέροντα για τον υπόλοιπο κόσμο. Αυτά που έμαθα μέσα από το ταξίδι τού ανά χείρας βιβλίου δεν συνέβαλαν μόνο στο να ανοίξω τα μάτια μου σε νέες προοπτικές για την εκπαίδευση, αλλά επηρέασαν και τον τρόπο με τον οποίο βλέπω τον ρόλο μου ως γονιού, άλλαξαν τον τρόπο που επικοινωνώ και με βοήθησαν να ωριμάσω απίστευτα ως άνθρωπος.

Μελετώ το δανέζικο σύστημα εδώ και δεκαεφτά χρόνια και το συγκρίνω με άλλες κουλτούρες. Έχω συνεργαστεί με τους πιο επιφανείς ειδικούς της Δανίας στον τομέα της ανατροφής των παιδιών, της εκπαίδευσης και της ενσυναίσθησης και έχω επισκεφθεί σχολεία σε όλη τη χώρα, μιλώντας με δασκάλους, μαθητές, συμβούλους, ψυχολόγους, διευθυντές και γονείς.

Για τους Δανούς, εκπαίδευση σημαίνει πολλά περισσότερα από τα ακαδημαϊκά μαθήματα. Περιλαμβάνει το σώμα και τα συναισθήματά μας, τη δημιουργικότητα και την ενσυναίσθηση, όπως και την ανάπτυξη της ικανότητας να συνδεόμαστε με τους άλλους. Έχει να κάνει με το να φυτεύουμε σπόρους περιέργειας και να δημιουργούμε για τα παιδιά τις σωστές συνθήκες ώστε να γίνουν ισορροπημένοι, καινοτόμοι, ανθεκτικοί άνθρωποι. Έχει να κάνει με τη διδασκαλία μαθημάτων ζωής, όπως η εμπιστοσύνη, η ενσυναίσθηση, η αυθεντικότητα, το θάρρος και το χούγκα. Αλλά, κυρίως, με την αξιολόγηση της επιτυχίας με βάση την πραγματική ευτυχία και όχι τα επιφανειακά κατορθώματα.

Πολλοί έχουν πει ότι αυτό το βιβλίο δεν απευθύνεται μόνο σε γονείς και εκπαιδευτικούς. Απευθύνεται σε όλους όσοι ενδιαφέρονται για περισσότερη ευτυχία. Ούτε είναι ένα βιβλίο για την ολοκληρωτική αναμόρφωση του εκπαιδευτικού συστήματος. Δεν είμαι τρελή για να πιστεύω ότι είναι εύκολη μια τέτοια αλλαγή.

Παρ' όλα αυτά, η αλλαγή διαφαίνεται *όντως* στον ορίζοντα.

Το ερώτημα είναι: Πώς μπορούμε εμείς, ως γονείς, δάσκαλοι ή παππούδες, να εφαρμόσουμε κάποια από τα μυστικά των πιο ευτυχισμένων ανθρώπων του κόσμου, ώστε να προάγουμε και στις δικές μας κοινωνίες μια κληρονομιά μεγαλύτερης ευημερίας; Ήρθε η ώρα να μιλήσουμε γι' αυτό.

Μπορούμε είτε να συνεχίσουμε να αποδεχόμαστε ότι ο τρόπος με τον οποίο έχει διαμορφωθεί η κατάσταση είναι ο «σωστός τρόπος» ή μπορούμε να κοιτάξουμε γύρω μας για να δούμε αν υπάρχει κάτι που θα μπορούσαμε να κάνουμε διαφορετικά, ώστε να βοηθήσουμε τα παιδιά μας να μεγαλώσουν μέσα σε ένα διαρκώς μεταβαλλόμενο μέλλον με ικανότητες που μπορούν να εφαρμόσουν παντού. Στο κάτω κάτω, η ζωή δεν είναι διαγωνισμα.

Αν δεν το κάνουμε αυτό, θα έχουμε ως συνέπεια άνθρωποι ταλαντούχοι, έξυπνοι, δημιουργικοί να μεγαλώσουν πιστεύοντας ότι δεν είναι έτσι, διότι δεν αξιολογούνται με βάση αυτό στο οποίο είναι καλοί. Πιστεύουν ότι είναι χαζοί επειδή δεν τα πηγαίνουν καλά στα διαγωνίσματα και κανένας δεν βλέπει την ικανότητά τους να χορεύουν.

Αν εφαρμόσετε έστω και μία ιδέα για τον εαυτό σας ή για τα παιδιά σας, για μένα αυτό θα είναι επιτυχία.

Ελπίζω να απολαύσετε το βιβλίο.

Εμπιστοσύνη

«Η εμπιστοσύνη στον εαυτό μας είναι το πρώτο μυστικό της επιτυχίας».

Ραλφ Γουόλντορφ Έμερσον

Τις προάλλες παρακολουθούσα τον γιο μου να σκαρφαλώνει σε ένα πανύψηλο δέντρο. Ήταν πολύ ενθουσιασμένος που θα μου έδειχνε το κατόρθωμά του κι εγώ το μόνο που ήθελα ήταν να του πω να κατέβει, να προσέχει και να μην το ξανακάνει. Ήθελα να του κρατήσω το χέρι ή να βάλω ένα στρώμα από κάτω. Φοβόμουν ότι θα πέσει, αλλά συγκρατήθηκα. Ήξερα ότι το να τον σταματήσω δεν ήταν ο δανέζικος τρόπος. Κάποια στιγμή έκλεισα ακόμα και τα μάτια μου και κράτησα την ανάσα μου. Σκαρφάλωσε μέχρι την κορυφή και κατέβηκε προσεκτικά κάτω. Ακτινοβολούσε από χαρά, ήταν πολύ περήφανος για τον εαυτό του. Κι εγώ ήμουν περήφανη τόσο γι' αυτόν, όσο και για τον εαυτό μου που τον άφησα να το κάνει. Αυτό θα μπορούσε να είναι μια αναλογία για ολόκληρη τη ζωή του.

Η εμπιστοσύνη είναι σημαντική λέξη. Δημιουργεί τα θεμέλια για όλες τις καλές σχέσεις. Ένα από τα πιο σημαντικά μέρη που μπορεί να δημιουργηθεί είναι μέσα μας. Η εμπιστοσύνη χτίζεται με πολλούς διαφορετικούς τρόπους και σχετίζεται άμεσα με το πόσο ευτυχισμένοι είμαστε ως άνθρωποι, στις σχέσεις μας και ως χώρα γενικότερα.

Η Δανία δεν έχει ψηφιστεί μόνο ως μια από τις πιο ευτυχισμένες χώρες του κόσμου, αλλά και ως μια χώρα της οποίας οι κάτοικοι δείχνουν τη μεγαλύτερη εμπιστοσύνη. Αυτό σε μεγάλο βαθμό οφείλεται στην εκπαίδευση και στον τρόπο ανατροφής.

Όταν μαθαίνουμε να έχουμε εμπιστοσύνη στα παιδιά μας, παρέχοντάς τους εφόδια για τη ζωή και ελευθερία να τα χρησιμοποιούν, τα βοηθάμε να χτίσουν τα θεμέλια για να έχουν εμπιστοσύνη στον εαυτό τους και ανθεκτικότητα. Και η ανθεκτικότητα θεωρείται ο θεμέλιος λίθος της επιτυχίας και της ευτυχίας.

Υπερπροστασία και διάβρωση της εμπιστοσύνης

Έχετε παρατηρήσει ότι ακούγονται πολλά «όχι» γύρω μας; Ότι υπάρχουν πολλές προειδοποιήσεις και κανόνες και γονείς που φωνάζουν σε παιδιά κάθε ηλικίας να προσέχουν και να μην κάνουν το ένα ή το άλλο;

Πολύ συχνά, ως γονείς και ως δάσκαλοι λέμε «όχι» και δεν ξέρουμε καν γιατί ή πόσο συχνά το λέμε. Μην το κάνεις αυτό, σταμάτα, πρόσεχε. Πολλοί από εμάς νιώθουμε ότι είμαστε κακοί γονείς αν δεν επαγρυπνούμε για κάθε πιθανό κίνδυνο, αν δεν προειδοποιούμε τα παιδιά ή αν δεν τα διορθώνουμε όταν επικοινωνούμε.

Μερικοί γονείς και δάσκαλοι το κάνουν από συνήθεια επειδή το έκαναν και οι γονείς τους, άλλοι επειδή πιστεύουν ότι έτσι δείχνουν την αγάπη τους και κάποιοι άλλοι επειδή νιώθουν πίεση από άλλους. Και κάποιοι το κάνουν επειδή το «όχι» είναι απλώς ένας πολιτισμικός τρόπος να μιλάνε. Αλλά αυτός ο έλεγχος και η υπερπροστασία δεν δίνουν στα παιδιά χώρο για να εξερευνηθούν, να δοκιμάσουν τους εαυτούς τους και να μάθουν από τις συνέπειες των πράξεών τους. Όταν όμως διορθώνουμε και

προειδοποιούμε συνεχώς τα παιδιά μας, δεν ευνοούμε τη δημιουργία εμπιστοσύνης ανάμεσα στον γονιό και στο παιδί, στον δάσκαλο και στο παιδί ή, ακόμα πιο σημαντικό, τη δημιουργία εμπιστοσύνης μέσα στο ίδιο το παιδί.

Επίσης, δεν προάγουμε την καινοτομία που είδαμε με το τεστ της NASA για τις δημιουργικές ιδιοφυΐες. Θυμάστε ότι το 98% των παιδιών προσχολικής ηλικίας που αποδείχθηκαν δημιουργικές ιδιοφυΐες έχασαν αυτή την ικανότητα όταν μεγάλωσαν; Παρόλο που οι εγκέφαλοι των παιδιών μας παράγουν νέες δυνατότητες και χρησιμοποιούν τη φαντασία μαζί με τις κινητικές δεξιότητες, τους δημιουργούμε το είδος της συγκλίνουσας σκέψης που λειτουργεί σαν φρένο και τα ωθεί να σκέφτονται ότι «αυτό δεν θα λειτουργήσει», «αυτό είναι χαζή ιδέα», «αυτό είναι τρελό».

«Όταν λέτε “όχι” όλη την ώρα, κάνετε το παιδί να φοβάται, γιατί ο φόβος δεν είναι έμφυτος στα παιδιά», υποστηρίζει η Χέλε Νέμπελονγκ, μια Δανή αρχιτέκτονας παιδοτόπων. «Τα παιδιά γεννιούνται με ανοικτό μυαλό και περιέργεια για τα πάντα γύρω τους».

Το να λέμε πράγματα του τύπου «πρόσεχε», «θα χτυπήσεις», «μην το κάνεις αυτό» είναι συνήθεια και προσδοκία. Αυτό το είδος ανησυχίας μπορεί να δηλητηριάσει την ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης, γιατί το μήνυμα που περνάμε στο παιδί είναι «δεν περιμένω ότι θα τα καταφέρεις», αποσπώντας την προσοχή του από την εμπειρία και κάνοντάς το να επικεντρώνεται στα συναισθήματα του γονιού ή του δασκάλου.

«At Hvile I Seg Selv» – Εμπιστοσύνη στον
εαυτό μου, αυτοεκτίμηση, αυτοπεποίθηση
και τα έχω καλά με τον εαυτό μου

Οι Δανοί επικεντρώνονται κυρίως στο να χτίσουν εμπιστοσύνη πρώτα για τον εαυτό τους. Αυτή η εμπιστοσύνη είναι η

πραγματική βάση για την αυτοεκτίμηση και την ακεραιότητα. Και είναι κάτι που μπορούμε να δουλέψουμε σε κάθε ηλικία. Υπάρχει μια έκφραση στη Δανία που λέει «at hvile i sig selv» και σημαίνει «να τα έχεις καλά με τον εαυτό σου». Είναι ένα πολύτιμο χαρακτηριστικό και όποιος έχει γνωρίσει Δανό σίγουρα το έχει παρατηρήσει.

Έχει σχέση με το να νιώθεις καλά με αυτό που είσαι και όχι με αυτό που κάνεις. Δεν προσπαθείς να επιδειχθείς για να πάρεις την έγκριση των άλλων. Αυτό το συναίσθημα είναι η βάση για την αυτοεκτίμηση, όχι την αυτοπεποίθηση. Και είναι κάτι στο οποίο οι Δανοί δίνουν μεγάλη σημασία τόσο στο σπίτι όσο και στα σχολεία. Οι περισσότεροι άνθρωποι δεν συνειδητοποιούν ότι υπάρχει διαφορά ανάμεσα στην αυτοεκτίμηση και την αυτοπεποίθηση, ωστόσο αυτό είναι κάτι που γνωρίζουν πολύ καλά στη Δανία.

Για παράδειγμα, οι διευθυντές συνήθως κάνουν μια παρουσίαση την πρώτη μέρα του σχολείου και μιλούν στους γονείς για τη διαφορά ανάμεσα σε αυτές τις δύο λέξεις. Θέλουν να βεβαιωθούν ότι οι γονείς γνωρίζουν πως η αυτοεκτίμηση είναι πολύ πιο σημαντική από την αυτοπεποίθηση. Και αυτό γιατί η αυτοεκτίμηση έχει άμεση σχέση με την ευημερία του παιδιού.

Οι Αμερικανοί έχουμε τη φήμη ανθρώπων με πολύ μεγάλη αυτοπεποίθηση. Μας αρέσει να μιλάμε γι' αυτά που κάνουμε, για τα πράγματα στα οποία είμαστε καλοί (εμείς ή τα παιδιά μας), για τις διακρίσεις και τις οικονομικές επιτυχίες μας. Κρεμάμε τα πτυχία μας στους τοίχους και μαζεύουμε τρόπαια και βραβεία και οτιδήποτε μπορεί να δείχνει όσα έχουμε κατορθώσει. Πρόκειται απλώς για μια από τις πολιτισμικές «προεπιλεγμένες ρυθμίσεις» μας. Έτσι μεγαλώσαμε. Μάθαμε να πιστεύουμε ότι όσο περισσότερα κάνουμε και όσο περισσότερα δείχνουμε, τόσο καλοί (ή οι καλύτεροι) είμαστε.

Λέμε συνεχώς ότι πρέπει να δημιουργούμε αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμηση στα παιδιά μας, ωστόσο, αν αντιληφθούμε ότι

στην πραγματικότητα δεν είναι το ίδιο πράγμα, μπορεί να οδηγηθούμε σε βαθιές αλλαγές. Αυτό φαίνεται στο πώς διδάσκουμε και μεγαλώνουμε τα παιδιά μας, ακόμα και στο πώς διαχειριζόμαστε τους εαυτούς μας. Αν μάθουμε να τα έχουμε καλά με τον εαυτό μας, αντί να προσπαθούμε να αποδείξουμε στους άλλους ότι αξίζουμε (πράγμα που κάνουμε επειδή συνήθως το επιβάλλει η κουλτούρα μας), θα ανοίξουμε έναν καινούριο δρόμο προς την πραγματική ευημερία. Αυτό, υπό μία έννοια, είναι η ρίζα της ευτυχίας. Και οι Δανοί δουλεύουν γι' αυτό εδώ και πάρα πολύ καιρό.

Ο Τζέσπερ Γιουλ, ένας από τους γνωστότερους στοχαστές της Δανίας σχετικά με την ανατροφή και την εκπαίδευση των παιδιών, περιγράφει τη διαφορά ανάμεσα στην αυτοεκτίμηση και την αυτοπεποίθηση ως εξής:

...αυτοεκτίμηση είναι να γνωρίζουμε και να βιώνουμε αυτό που πραγματικά είμαστε. Έχει σχέση με το πόσο καλά γνωρίζουμε τον εαυτό μας και πώς βλέπουμε αυτό που ξέρουμε. Η αυτοεκτίμηση μπορεί να θεωρηθεί ένα είδος πυλώνα, κέντρου ή εσωτερικού πυρήνα. Οι άνθρωποι με υγιή, ανεπτυγμένη αίσθηση αυτοεκτίμησης νιώθουν αυτάρκειες, καλά με τον εαυτό τους. Είμαι καλά επειδή υπάρχω. Οι άνθρωποι με χαμηλή αυτοεκτίμηση νιώθουν διαρκώς ανασφαλείς, κρίνουν αυστηρά τον εαυτό τους και είναι ενοχικοί.

Η αυτοπεποίθηση, από την άλλη, είναι ένα μέτρο για το τι είμαστε ικανοί να κάνουμε, σε τι είμαστε καλοί και έξυπνοι. Έχει σχέση με αυτό που μπορούμε να πετύχουμε. Η αυτοπεποίθηση είναι περισσότερο ένα εξωτερικό χαρακτηριστικό, που διατρανώνεται από τις ικανότητες, τα πτυχία και τα βραβεία.

Ο Τζέσπερ Γιουλ προσθέτει ότι «όταν ένα παιδί έχει υγιή αυτοεκτίμηση, τότε η αυτοπεποίθηση σπάνια αποτελεί πρόβλημα.

Ωστόσο, δεν ισχύει και το αντίθετο. Όταν ένα παιδί έχει αυτοπεποίθηση, αυτό δεν σημαίνει απαραίτητα ότι έχει και υψηλή αυτοεκτίμηση. Μπορεί εύκολα να έχει χαμηλή αυτοεκτίμηση, παρόλο που ενδέχεται να δείχνει γεμάτο αυτοπεποίθηση».

Σε πολλούς ανθρώπους η μεγάλη λίστα ικανοτήτων και κατορθωμάτων μοιάζει με αστραφτερή πανοπλία. Αλλά πόσο συχνά αυτή η πανοπλία κρύβει μια χαμηλή και αδύναμη αυτοεκτίμηση;

Συχνά πιστεύουμε ότι, ενθαρρύνοντας και επαινώντας ένα παιδί να γίνει καλύτερο σε μια δεξιότητα (να παίρνει καλούς βαθμούς, να τα πηγαίνει καλά στα διαγωνίσματα ή να κερδίζει), αυξάνουμε την αυτοεκτίμησή του. Όμως αυτό δεν ισχύει και μερικές φορές μπορεί να διαβρώσει την αυτοεκτίμησή του – όταν το παιδί εξομοιώνει την αγάπη με την απόδοση, τη διάκριση ή τα κατορθώματα.

Μπορεί να αρχίσει να πιστεύει: «Δεν είμαι αρκετά καλός γι' αυτό που είμαι. Αξίζω μόνο όταν κάνω, κερδίζω ή πράττω όπως θέλουν οι άλλοι». Όταν δεν μεγαλώνουμε πιστεύοντας ότι μας εκτιμούν γι' αυτό που είμαστε (όχι μόνο γι' αυτό που κάνουμε), δημιουργούνται σαθρά θεμέλια αυτοεκτίμησης για όλη μας τη ζωή.

Η μεγάλη σημασία που δίνουν στην αυτοεκτίμηση και την ευημερία στη Δανία δεν σημαίνει ότι ένα παιδί δεν πρέπει να προσπαθεί για το καλύτερο. Το αντίθετο. Σημαίνει ότι, είτε περπατά στο φεγγάρι είτε σε παραλία, νιώθει καλά με τον εαυτό του. Αυτό δεν είναι το μυστικό της πραγματικής ευτυχίας;

Διδάσκοντας την εμπιστοσύνη – Είναι παιχνιδάκι

Οι γονείς και οι δάσκαλοι στη Δανία δίνουν στα παιδιά ευκαιρίες να αποτυγχάνουν και να μαθαίνουν να ανακαλύπτουν μόνα τους πράγματα για τον εαυτό τους. Τους δίνουν από μικρή ηλικία πολύ

περισσότερες ευθύνες και σεβασμό, αντί για κανόνες και επίβλεψη, τόσο στο σχολείο όσο και στο σπίτι. Λιγότερους κανόνες και περισσότερη κοινή λογική. Το ελεύθερο παιχνίδι είναι ένας πολύ καλός τρόπος για να ενθαρρύνουν τη δημιουργία εμπιστοσύνης στον εαυτό μας μαζί με μια σειρά άλλων δεξιοτήτων.

Το ελεύθερο παιχνίδι στη Δανία είναι ενσωματωμένο σε κάθε σχολείο. Βάσει νόμου, τα παιδιά χρειάζονται τουλάχιστον εξήντα λεπτά διάλειμμα τη μέρα, αλλά πολλά σχολεία παραχωρούν περισσότερα. Είναι σημαντικό να βγαίνουν έξω τα παιδιά για να αιματώνεται ο εγκέφαλός τους και να χρησιμοποιούν τη φαντασία και το σώμα τους. Αυτό διευκολύνει την ακαδημαϊκή μάθηση και τα παιδιά παίζουν κυρίως έξω. Είναι εντυπωσιακό αν σκεφτούμε πόσα λεπτά διαλείμματος έχουν καταργηθεί και εξακολουθούν να καταργούνται στα σχολεία μας.

Το ελεύθερο παιχνίδι δεν θεωρείται απλώς «διασκέδαση» στη Δανία. Θεωρείται σημαντικός τρόπος μάθησης. Αποτελεί εκπαιδευτική θεωρία από το 1871 και είναι ένα από τα βασικά εργαλεία της μάθησης. Εκτός από την ενσυναίσθηση, τις δεξιότητες διαπραγματεύσεως, τη δημιουργικότητα, τον αυτοέλεγχο και την ανθεκτικότητα, τα παιδιά με το παιχνίδι μαθαίνουν να εμπιστεύονται τον εαυτό τους. Υπάρχουν ολόκληρα σχολεία αφιερωμένα στο ελεύθερο παιχνίδι, στα οποία τα περισσότερα παιδιά πηγαίνουν μετά το κανονικό σχολείο. Ονομάζονται Σχολεία Ελεύθερου Χρόνου (*skolefritidsordning*) ή σχολεία για τα μεγαλύτερα παιδιά (*klubben*).

Η Δανία διαθέτει επίσης υπαίθρια σχολεία και νηπιαγωγεία δάσους. Αυτά βρίσκονται μόνο στην ύπαιθρο, όπου τα παιδιά κυριολεκτικά παίζουν μέσα στο δάσος από το πρωί μέχρι το βράδυ. Παίζουν έξω ακόμα και όταν έχει παγωνιά ή βρέχει, σκαρφαλώνοντας σε ψηλά δέντρα χωρίς δίχτυ ασφαλείας και πλατσουρίζοντας σε λασπόλακκους κοντά σε λίμνες ή ποτάμια. Κατρακυλούν σε απότομους, υγρούς δεντρόφυτους λόφους και

σκαλίζουν κλαδιά με αληθινά μαχαιράκια στην τρυφερή ηλικία των τριών και των τεσσάρων ετών.

Σύμφωνα με μια μελέτη που δημοσιεύτηκε στο περιοδικό *Evolutionary Psychology*, το ριψοκίνδυνο παιχνίδι –δηλαδή το παιχνίδι όπου κάποιος μπορεί όντως να τραυματιστεί– κάνει καλό στα παιδιά. Οι ερευνητές διατείνονται ότι ο φόβος που νιώθουν τα παιδιά όταν σκαρφαλώνουν σε μεγάλο ύψος, όταν βρίσκονται κοντά σε λόφους ή όταν μαθαίνουν να χειρίζονται μαχαίρια, τα κρατάει σε εγρήγορση και σε επιφυλακή και τους μαθαίνει πώς να αντιμετωπίζουν δυνητικά επικίνδυνες καταστάσεις. Τα κάνει πιο ανθεκτικά και με την πάροδο του χρόνου η αντιμετώπιση τέτοιων επικίνδυνων καταστάσεων καταπολεμά τον φόβο, πράγμα που οδηγεί σε χαμηλότερα επίπεδα άγχους.

Παρόλο που αυτό εμάς μπορεί να μας φοβίζει, οι Δανοί δάσκαλοι δεν ανησυχούν καθόλου. Πιστεύουν ότι, διδάσκοντας τα παιδιά να κάνουν πράγματα μόνα τους και εξηγώντας τι είναι επικίνδυνο και γιατί πρέπει να προσέχουν, δημιουργούν τα θεμέλια για την εμπιστοσύνη.

Ωστόσο, το κλειδί είναι να παραμερίσετε και να τα αφήσετε να σεβαστούν τα όρια από μόνα τους. Αυτό είναι πολύ αποτελεσματικό επειδή τα παιδιά είναι απολύτως ικανά να ακολουθούν κανόνες και να χρησιμοποιούν την κοινή λογική όταν τους δίνουμε σκοπό, χώρο και εμπιστοσύνη.

Τα νηπιαγωγεία δάσους θεωρούνται κάτι πολύ φυσιολογικό στη Δανία. Δεν είναι συνηθισμένες κατασκηνώσεις για παιδιά. Η συνήθεια να παρακολουθείς τα παιδιά για να τα προστατεύεις, όπως κάνουμε σε άλλες κουλτούρες, ή να διορθώνεις κάθε τους κίνηση θα έμοιαζε πολύ παράξενη σε έναν Δανό.

Τα παιδιά είναι φυσικοί εξερευνητές. Έτσι, όταν συνεχώς τα διορθώνουμε, τα προστατεύουμε, αναλαμβάνουμε να κάνουμε κάτι γι' αυτά ή απαγορεύουμε πιθανές επικίνδυνες περιοχές, αντί να τους εξηγούμε τι ακριβώς είναι και πώς να προσέχουν,

δεν τα αφήνουμε να αναπτύξουν εμπιστοσύνη προς τον εαυτό τους και αυτοπεποίθηση.

Η ανικανότητά μας ως γονέων να παραμερίζουμε τις αγωνίες μας και να αφήνουμε τα παιδιά μας να δοκιμάζουν πράγματα για τον εαυτό τους μετριάζει επίσης την ικανότητα μάθησης. Ζωή σημαίνει γδαρμένα γόνατα. Ζωή σημαίνει να πέφτεις και να ξανασηκώνεσαι. Αυτό είναι ανθεκτικότητα.

Σε ένα ντοκιμαντέρ για τα νηπιαγωγεία δάσους στη Δανία, ένας δημοσιογράφος ρωτάει με ολοφάνερο ενδιαφέρον έναν από τους δασκάλους αν φοβάται ότι τα αγόρια θα τραυματιστούν με τα τεράστια κλαδιά με τα οποία παίζουν.

Ο δάσκαλος απαντά ανέμελα:

«Μερικές φορές χτυπάνε, ναι, και παθαίνουν κάποιο μικρό ατύχημα, αλλά έτσι μαθαίνουν. Στα δεκαεφτά χρόνια που δουλεύω, μόνο μία φορά χρειάστηκε να πάω κάποιο παιδί στο νοσοκομείο για σοβαρό τραυματισμό. Οπότε δεν φοβάμαι!».

Ο δημοσιογράφος κάνει μια παύση και ρωτάει κάπως ανήσυχα:

«Τι τραυματισμός;»

«Ένας γονιός πάτησε με το αυτοκίνητο το πόδι ενός παιδιού».

Στα δεκαεφτά χρόνια ενός φαινομενικά εξωφρενικά επικίνδυνου νηπιαγωγείου, όπου αφήνουν τα παιδιά να ακολουθούν μόνα τους τους κανόνες, ο σοβαρότερος τραυματισμός προκλήθηκε από κάποιον ενήλικα που πάτησε με το αυτοκίνητο το πόδι ενός παιδιού.

Λένε ότι η αλήθεια πονάει μερικές φορές, και εδώ πραγματικά ισχύει. Αν μπορούσαμε να κάνουμε λίγο πίσω και να πιστέψουμε στην εμπιστοσύνη που τρέφουν τα παιδιά στον εαυτό τους, θα εντυπωσιαζόμασταν από το πόσο ικανά είναι στην πραγματικότητα.

Να θυμάστε ότι η επιθυμία για παιχνίδι προέρχεται μέσα από το παιδί, είναι έμφυτη. Τα παιδιά σε όλες τις συνθήκες, ακόμα και σε πολεμικές ζώνες, θέλουν να παίζουν. Το παιχνίδι δεν

έρχεται από τον κόσμο των ανταμοιβών, των βαθμών, των τροπαίων ή των επαίνων. Το παιχνίδι είναι ο τρόπος με τον οποίο τα παιδιά μαθαίνουν τον εαυτό τους, επεξεργάζονται τις ζωές τους και μαθαίνουν για τους άλλους. Είναι ο τρόπος με τον οποίο διώχνουν από πάνω τους τις αγχωτικές μέρες, πράγμα που σημαίνει λιγότερο φορτίο γι' αυτά στο μέλλον.

Για να αποκτήσουν μεγαλύτερη αίσθηση ελέγχου στη ζωή τους, τα παιδιά χρειάζονται περισσότερες ευκαιρίες να παίζουν χωρίς γονείς να τα καθοδηγούν και να τα προστατεύουν. Χρειάζονται περισσότερα διαλείμματα στο σχολείο. Χρειάζονται ευκαιρίες να χρησιμοποιούν τη φαντασία τους, να βαριούνται, να είναι δημιουργικά και να δοκιμάζουν τα δικά τους όρια. Αυτό σημαίνει λιγότερες μέρες με ατέλειωτες προγραμματισμένες δραστηριότητες, λιγότερο διάβασμα για το σπίτι και περισσότερη συμμετοχή σε αποφάσεις, στόχους και μάθηση. Αυτό δημιουργεί έναν εσωτερικό και όχι εξωτερικό τόπο ελέγχου, ο οποίος μειώνει το άγχος και μακροπρόθεσμα αυξάνει την ευημερία.

Έχοντας εμπιστοσύνη στον εαυτό μας – Εσωτερικός τόπος ελέγχου έναντι εξωτερικού

Ο ορισμός του εσωτερικού «τόπου ελέγχου» προέρχεται από τη λέξη «τόπος», που σημαίνει χώρος. Επομένως, ο τόπος ελέγχου είναι κυριολεκτικά το μέρος που μας κάνει να πιστεύουμε ότι έχουμε έλεγχο στη ζωή μας. Οι άνθρωποι με εσωτερικό τόπο ελέγχου πιστεύουν ότι έχουν έλεγχο πάνω στα γεγονότα της ζωής τους και τη δύναμη να αλλάζουν πράγματα.

Οι άνθρωποι με εξωτερικό τόπο ελέγχου, από την άλλη, δεν πιστεύουν ότι έχουν ιδιαίτερο έλεγχο στη ζωή τους και τείνουν να κατηγορούν εξωγενείς παράγοντες γι' αυτό που τους συμβαίνει. Ο «τόπος» ελέγχου βρίσκεται έξω από τον εαυτό τους.

Διάφορες μελέτες έχουν δείξει επανειλημμένως ότι τα παιδιά, οι έφηβοι και οι ενήλικες που έχουν ισχυρούς εξωτερικούς τόπους ελέγχου (δεν ελέγχουν τη ζωή τους) έχουν προδιάθεση για άγχος και κατάθλιψη. Όταν οι άνθρωποι πιστεύουν ότι έχουν λίγο ή καθόλου έλεγχο στη μοίρα τους, αγχώνονται και, όταν αυτή η αίσθηση ανημποριάς γίνεται υπερβολικά έντονη, παθαίνουν κατάθλιψη. Αντιθέτως, οι άνθρωποι με εσωτερικό τόπο ελέγχου μοιάζουν να είναι πιο ανθεκτικοί. Πιστεύουν ότι έχουν τη δύναμη να χαράζουν τον δρόμο τους.

Έχουν γίνει πάρα πολλές μελέτες γύρω από την ανθεκτικότητα τα τελευταία τριάντα χρόνια· η Άντζελα Ντάκγουορθ είναι μια από τις πρωτοπόρες φωνές σχετικά και το παγκοσμίως γνωστό έργο της για τα «κότσια» αποκάλυψε ότι ο πιο σημαντικός παράγοντας που καθορίζει την επιτυχία δεν είναι το ταλέντο, η εξυπνάδα ή ο δείκτης νοημοσύνης. Είναι η ανθεκτικότητα.

Σε μια διαμήκη μελέτη που κράτησε τριάντα δύο χρόνια και παρακολούθησε μια ομάδα 698 παιδιών πριν από τη γέννησή τους και μέχρι την ηλικία των τριάντα ετών, η αναπτυξιακή ψυχολόγος Έμι Βέρνερ δημοσίευσε αποτελέσματα που έριξαν ενδιαφέρον φως στην ανθεκτικότητα και στη σύνδεσή της με τον εσωτερικό τόπο ελέγχου. Τα δύο τρίτα των παιδιών στη μελέτη της προέρχονταν από ευτυχισμένα και σταθερά σπιτικά, ενώ το ένα τρίτο από οικογένειες με «βαθμό επικινδυνότητας».

Όπως ήταν αναμενόμενο, πολλά από τα παιδιά των οικογενειών με «βαθμό επικινδυνότητας» ανέπτυξαν σοβαρά θέματα συμπεριφοράς και μαθησιακά και διανοητικά προβλήματα στη ζωή τους. Ωστόσο, περίπου το ένα τρίτο αυτών έγιναν «ικανοί, με αυτοπεποίθηση και τρυφεροί νεαροί ενήλικες». Κατόρθωσαν να πετύχουν ακαδημαϊκά, κοινωνικά και στην οικογένεια και ήταν ικανοί να μεγιστοποιούν τα αποτελέσματα με κάθε ευκαιρία. Ήταν πιο ανθεκτικοί. Γιατί;

Η Βέρνερ ανακάλυψε ότι ένας από τους παράγοντες που

έκανε τα ανθεκτικά παιδιά να ξεχωρίζουν ήταν ότι έβλεπαν τον εαυτό τους ως οδηγό της ζωής τους και πίστευαν ότι είχαν τον έλεγχο της μοίρας τους. Πίστευαν ότι επηρέαζαν οι ίδιοι τα επιτεύγματά τους, όχι οι συνθήκες. Αυτά τα παιδιά είχαν τόσο ισχυρό εσωτερικό τόπο ελέγχου, ώστε παρουσίασαν πάνω από δύο τυπικές αποκλίσεις από τον μέσο όρο της υπόλοιπης ομάδας σε μια κλίμακα μέτρησης του τόπου ελέγχου. Μήπως η αίσθηση ελέγχου στη ζωή σας και στις περιστάσεις σας κάνει και πιο ευτυχισμένους;

Μια μελέτη που εκπόνησε το *Journal of Scientific Research and Management* εξέτασε την πιο διαδεδομένη έρευνα στον τόπο ελέγχου, την ευτυχία και την αυτοεκτίμηση για να διαπιστώσει αν συνδέονταν. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι υπάρχει σημαντική συσχέτιση ανάμεσα στον εσωτερικό τόπο ελέγχου και στην ευτυχία.

Το εντυπωσιακό είναι ότι αυτό φαίνεται να ισχύει για όλες τις ηλικίες. Μια ψυχολόγος από το Γέιλ, η Τζούντιθ Ρόντιν, ενθάρρυνε ασθενείς με κατάθλιψη σε γηροκομείο να κάνουν μικρές αλλαγές στο περιβάλλον τους· όπως, για παράδειγμα, να αποφασίζουν μόνοι τους αν ήθελαν να ρυθμίσουν τον κλιματισμό ή αν ήθελαν να αλλάξουν κανάλι στην τηλεόραση, να αλλάξουν θέση στα έπιπλα ή να φάνε κάτι διαφορετικό για βράδυ. Τους παρακίνησε να νιώσουν ότι έχουν περισσότερο έλεγχο στη ζωή τους. Ως αποτέλεσμα, το 93% αυτών των ασθενών έγιναν πιο δραστήριοι, ζωντανοί και ευτυχισμένοι. Παρόμοια αποτελέσματα διαπιστώθηκαν και σε τρόφιμους φυλακών, στους οποίους επέτρεψαν να μετακινήσουν καρέκλες και να ελέγχουν τα φώτα και τα τηλεκοντρόλ, πράγμα που μείωσε τα επίπεδα του στρες. Είναι απίστευτο.

Φαίνεται πως χρειάζονται πολύ λίγα πράγματα για να δώσουμε στα παιδιά μας ευκαιρίες να νιώθουν ότι έχουν περισσότερο έλεγχο στη ζωή τους. Το περισσότερο παιχνίδι, ο

λιγότερος προγραμματισμός και η συμμετοχή στις αποφάσεις και τη μάθηση μπορεί να κάνουν μεγάλη διαφορά, αλλά αυτό απαιτεί αλλαγή νοοτροπίας.

Ο δάσκαλος ως μαθητής – Η συμμετοχή στη Δανία

Οι Δανοί συμπεριλαμβάνουν τα παιδιά στη διαδικασία λήψης αποφάσεων όσο το δυνατόν περισσότερο, τόσο στο σπίτι όσο και στο σχολείο. Αυτό είναι στην πραγματικότητα ένα μέρος της αποστολής πολλών σχολείων· ονομάζεται «Inddragelse og medbestemmelse» ή «συμμετοχή και κοινή λήψη αποφάσεων». Ο σκοπός είναι να νιώθουν τα παιδιά ότι οι άλλοι τα ακούν και τα βλέπουν και ότι τα περιλαμβάνουν στους στόχους τους.

Οι δάσκαλοι συνήθως πραγματοποιούν συναντήσεις με όλους τους μαθητές τους στην αρχή της χρονιάς για να φτιάξουν μαζί ένα πλάνο γι' αυτά που θέλουν να βελτιώσουν. Αυτό μπορεί να είναι ακαδημαϊκό, συναισθηματικό, σωματικό και κοινωνικό. Μπορεί να θέλουν να βελτιώσουν τα μαθηματικά και την ανάγνωση, καθώς και να κάνουν καινούριους φίλους, να βελτιώσουν τις επιδόσεις τους στο ποδόσφαιρο ή να γίνουν περισσότερο εξωστρεφείς.

Μαζί ο δάσκαλος και ο μαθητής σχεδιάζουν στρατηγικές για το πώς θα πετύχουν αυτούς τους στόχους και οι γονείς συμμετέχουν επίσης, καθώς το σχολείο και το σπίτι συχνά συνεργάζονται. Οι δάσκαλοι παρακολουθούν αυτά τα πλάνα σε όλη τη διάρκεια της χρονιάς για να τα επικαιροποιούν. Τα παιδιά αρχίζουν να παίρνουν βαθμούς στο γυμνάσιο, οπότε αυτά τα πλάνα είναι σημαντικά γι' αυτά ώστε να καταγράφουν την πρόοδό τους ως άτομα αλλά και ακαδημαϊκά.

Οι Δανοί βλέπουν τα παιδιά τους σαν πιλότους στο κόκπιτ της

ζωής τους και οι ενήλικες που τα περιβάλλουν είναι εκεί για να τα βοηθήνε να πετούν προς τον προορισμό τους. Δεν πετάνε αυτοί το αεροπλάνο.

Οι περισσότεροι δάσκαλοι στη Δανία στην πραγματικότητα παίζουν τον ρόλο του «συμμαθητή» στην τάξη, επειδή στις μέρες μας οι μαθητές έχουν στη διάθεσή τους μια τεράστια ποικιλία από πηγές πληροφόρησης. Αυτό το είδος συμμετοχής στη μάθηση είναι πολύ διαφορετικό από την παλιά θεωρία σύμφωνα με την οποία ο δάσκαλος είναι υπάλληλος βενζινάδικου (με αυτό τον τρόπο περιγράφουν το παλιό διδακτικό μοντέλο στη Δανία), «tankrasser», όπου η δουλειά του ήταν απλώς να διοχετεύει γνώσεις στα αφτιά των παιδιών ενώ εκείνα κάθονταν και τις δέχονταν παθητικά.

Ο δάσκαλος ήξερε καλύτερα και τα παιδιά έπρεπε να ακούν και να απομνημονεύουν. Αυτό παρατηρείται ακόμα και σήμερα σε πολλά σχολεία, παρόλο που γνωρίζουμε τόσο πολλά για την επιστήμη κινήτρων και το πόσο σημαντικό είναι η μάθηση να κάνει τα παιδιά να συμμετέχουν συνεργατικά στους στόχους και να τα βοηθά να τους πετυχαίνουν. Αυτό τους δίνει επίσης μεγαλύτερη αίσθηση σκοπού και νοήματος, διότι συχνά αναγκάζονται να βρίσκουν και να ανακαλύπτουν τις πληροφορίες μόνα τους.

«Ο δάσκαλος και η διδασκαλία δημιουργούν τη μάθηση»

Στα δανέζικα υπάρχει μια πολύ ενδιαφέρουσα γλωσσική διαφορά σε σχέση με τη λέξη «διδάσκω», ή «at lære». Κάθε φορά που άκουγα τους Δανούς να μιλούν αγγλικά, παρατηρούσα ότι μπέρδευαν τις προτάσεις «όταν μαθαίνω τον μαθητή» και «όταν διδάσκω τον μαθητή». Αυτό συμβαίνει επειδή το

ρήμα «at lære» σημαίνει και «διδάσκω» και «μαθαίνω». Είναι εναλλάξιμο.

Με εντυπωσίασε πολύ αυτή η γλωσσική παρατήρηση, διότι αντικατοπτρίζει με ακρίβεια τον τρόπο που οι Δανοί αντιμετωπίζουν την εκπαίδευση και την ανατροφή των παιδιών. Η μάθηση είναι αμφίδρομη. Όταν θεωρούμε τα παιδιά άξια και ικανά και όταν τα ακούμε πραγματικά, χτίζουμε τα θεμέλια για την εμπιστοσύνη και την αυτοεκτίμηση. Τους δείχνουμε επίσης τι σημαίνει να είναι κάποιος μαθητής.

Μια ανατολική φιλοσοφία λέει ότι «ο δάσκαλος και η διδασκαλία δημιουργούν τη μάθηση». Από τη στιγμή που η εμπιστοσύνη, τελικά, βασίζεται σε κοινές αξίες και πεποιθήσεις, τα παιδιά έχουν αυξημένα κίνητρα, αυτοεκτίμηση και ευτυχία όταν νιώθουν ότι οι άλλοι τα βλέπουν και τα ακούνε και τα αφήνουν να συμμετέχουν στη διαδικασία της μάθησης. Αυτό ισχύει επίσης και στο σπίτι και είναι ένας από τους λόγους που τα παιδιά περνούν ομαλή προεφηβεία και εφηβεία στη Δανία. Μεγαλώνοντας, τα παιδιά επιτρέπουν τους γονείς τους να συμμετέχουν στη διαδικασία λήψης αποφάσεων, γιατί οι γονείς τους τα σέβονταν, τα εμπιστεύονταν και τα άφηναν να συμμετέχουν από μικρή ηλικία. Το επίπεδο ωριμότητας που επιδεικνύουν τα παιδιά όλων των ηλικιών στη Δανία είναι πραγματικά εντυπωσιακό.

Όλα αυτά σχετίζονται με την αίσθηση ότι έχετε τον έλεγχο της ζωής σας και ότι χαράζετε την πορεία σας, αντί να κάνετε απλώς αυτό που σας λένε. Έτσι, θέτετε τις βάσεις όχι μόνο για να έχετε εμπιστοσύνη στον εαυτό σας (οι γονείς/δάσκαλοί μου εκτιμούν τις σκέψεις μου και με εμπιστεύονται στο να καθορίζω τους στόχους μου και να τους πετυχαίνω), αλλά και για να έχετε αυτοεκτίμηση.