**Μαθήματα ενσυναίσθησης ή πώς η Δανία εξάλειψε το bullying**

**[Νικόλαος - Θεολόγος Παπαδόπουλος, Αρθρογράφος](https://www.huffingtonpost.gr/author/nikolaos-theologos-papadopoulos)**

**Η Δανία σύμφωνα με την Παγκόσμια Έκθεση Ευτυχίας του ΟΗΕ αποτελεί μια από τις πιο ευτυχισμένες χώρες στον κόσμο ενώ όπως φαίνεται έχουν καταφέρει να εξαλείψουν το bullying.**

Το παράδειγμα της Δανίας δεν είναι καινούριο όμως έχει σίγουρα αποδεδειγμένα αποτελέσματα. **Στα σχολεία της Δανίας λοιπόν, από το 1993, η διδασκαλία της ενσυναίσθησης είναι υποχρεωτική** αποτελώντας έναν σημαντικό παράγοντα που συμβάλει στο να θεωρείται η χώρα μια από τις πιο ευτυχισμένες σε παγκόσμιο επίπεδο.

Πιο συγκεκριμένα, το «**Klassens tid**», αποτελεί ένα μάθημα ενσυναίσθησης που απευθύνεται σε **μαθητές μεταξύ 6 και 16 ετών**, κατά τη διάρκεια του οποίου, οι μαθητές μοιράζονται τα προβλήματά τους όποια κι αν είναι αυτά και όλοι μαζί σε πλήρη αρμονία και με τον δάσκαλο της τάξης αναζητούν λύσεις με γνώμονα την αληθινή ακρόαση και κατανόηση του ατόμου που ομιλεί. Όταν δεν προκύπτουν ζητήματα προς συζήτηση, ενσυναίσθηση επιτυγχάνεται μέσω του «**hygge**», μιας οικειότητας δηλαδή που δημιουργείται σκόπιμα.

Άλλος τρόπος μέσα από τον οποίο οι μαθητές στην Δανία οδηγούνται στην ενσυναίσθηση είναι η **ομαδική εργασία.** Ο στόχος δεν είναι να δημιουργηθεί ένα κλίμα αμοιβαίας υποστήριξης. Αν αναλογιστούμε πως η Δανία αποτελεί ως χώρα, ένα από τα πιο ιδανικά περιβάλλοντα για εργασία, οδηγούμαστε στο συμπέρασμα πως αυτή η νοοτροπία που ξεκινάει από το σχολείο, έχει συμβάλει σημαντικά προς αυτή την κατεύθυνση.**Στα σχολεία της Δανίας, δεν δίνονται στους μαθητές εξωτερικά κίνητρα όπως βραβεία ή τρόπαια. Αντιθέτως, εξασκείται από πολύ νωρίς η κουλτούρα των κινήτρων για αυτοβελτίωση παραμερίζοντας με αυτόν τον τρόπο το αίσθημα του ανταγωνισμού.**

**Μια σχολική κουλτούρα βασισμένη στην ενσυναίσθηση, δύναται να ενισχύσει ή ακόμη να εξαλείψει κάθε είδους εκφοβισμό.** Για του λόγου το αληθές, **σύμφωνα με μια πρόσφατη έρευνα στην Δανία, το ποσοστό των παιδιών, με συμπεριφορά βίας κι εκφοβισμού απέναντι σε άλλους, μειώθηκε από το 40% που ήταν το 1998, σε λιγότερο από 5% το 2018**.