



За даними [Організації економічного співробітництва та розвитку](#), Данія була батьківщиною «найщасливіших у світі людей» протягом майже 40 років. Як саме данським батькам вдається виховувати щасливих та врівноважених дітей і робити це так, щоб вони зберігали це відчуття радості й у дорослому віці? Відповідь на це питання дала співавтор книги «Данське виховання: посібник з виховання найщасливіших дітей у світі» («The Danish Way of Parenting: A Guide To Raising The Happiest Kids in the World») Джессіка Александер - американка, яка виховує своїх дітей у Данії. Читаймо :)

Головне – вміти співпереживати

Данські батьки активно вчать своїх дітей вмінню співчувати та цінувати інших.

Вони роблять усі ставки на командну роботу, а не зосереджуються на бажанні стати зіркою.

Вони працюють більше над формуванням самооцінки дитини (повага до себе, що впливає й на ставлення до інших), ніж над впевненістю дитини у собі (що є акцентом на зовнішність і стає критерієм ставлення до людей). Ця міцна основа побудована на емпатії, що, як вважають у Данії, приносить справжнє щастя кожній людині у довгостроковій перспективі.

Гра – основа дитячого розвитку

Данці не намагаються програмувати життя своїх дітей. У країні **гра вважається однією з найважливіших справ, якою може займатися дитина,**

навіть у школі

. Важливий акцент данці роблять на незалежному розвитку, а це означає, що батьки втручаються у процес навчання лише для того, щоб підтримувати в дітях цікавість до навчання та радість від отримання нової інформації. Такий вид розвитку формує більш високу самооцінку і адаптивність, і гра сприяє цьому. Данці кажуть: «Для дітей гра є серйозним навчанням».

Говорити на серйозні теми

Данців активно вчать співчуттю ще у школі, і навіть з дошкільного віку. Для них це так само важливо, як і викладання математики або англійської мови.

З дітьми говорять про реальні життєві ситуації і про те, що не кожна з них матиме щасливий кінець.

Казки Ганса Крістіана Андерсена часто є дуже злими або сумними, але в Америці ми знаємо набагато добріші їхні варіанти. В оригіналі, наприклад, Русалочка не одружилася з принцом. Вона помирає від смутку і перетворюється на морську піну. Читання книг, які розкривають жорстокі теми, допомагає батькам обговорити широкий діапазон емоцій та ситуацій зі своїми дітьми, і це, як доведено, покращує навички співпереживання. Я думаю, що в Америці, ми, як правило, уникаємо сумних тем та холодних емоцій, якщо не можемо з ними впоратися. У Данії люди просто поринають у них! Книги, які мій чоловік читав донці, часто викликали у неї здивування і шок, але їй це потрібно, і я знаю, що це їй подобається.

Насильство – не вихід

Ще з 1984 року у Данії законом заборонено карати дітей з метою виховання. Данські батьки навіть не вдаються до ультиматумів, а використовують більш дипломатичний підхід. Зрештою, це дуже ненасильницька культура. Батьки зосереджені на управлінні проблемою, а не на дисциплінуванні дітей. Вже став культурною нормою **«Hygge» - затишний родинний час, коли в центрі уваги не «Я», а «ми» - родина разом...**

Я переконана, що якби люди заглибились у цю систему виховання і спробували реалізувати хоча б один принцип з данського досвіду, такий як «Hygge» наприклад, це **допомогло б наступному поколінню бути щасливішим**. Можливо це й звучить занадто голосно. Але я, як американка, яка на власному досвіді відчула та пройшла данський шлях виховання дітей, знаю, який потужний результат це може дати.

[Джерело](#)