

*Виртуальная выставка  
«Дорогой толерантности,  
мира, дружбы и согласия»*





«История человечества тянется на протяжении веков,  
но главный урок в ней — взаимная терпимость»

Эмиль Золя

16 ноября 1995 года ООН приняла «Декларацию принципов терпимости» - основополагающий международный документ, в котором провозглашались принципы человеческого единения и пути их реализации. В Декларации раскрыта сущность ключевого понятия человеческих взаимоотношений – толерантности.

Толерантность– слово иностранное и пока малознакомое для большинства россиян. Появилось оно в нашей лексике сравнительно недавно.

Что же обозначает это не совсем понятное для многих, непривычное понятие – толерантность? Словарь иностранных слов объясняет происхождение слова (от латинского *toleranta* – терпение) и дает его толкование как терпимость, снисходительность к кому или чему–либо.



## ТОЛЕРАНТНОСТЬ ЭТО:

- сотрудничество, дух партнерства;
- готовность мириться с чужим мнением;
- уважение человеческого достоинства;
- уважение прав других;
- принятие другого таким, какой он есть;
- способность поставить себя на место другого;
- уважение права быть другим;
- признание многообразия;
- признание равенства других;
- терпимость к чужим мнениям, верованиям и поведению;
- отказ от доминирования, причинения вреда, насилия.





Говоря проще – это умение жить с другими, преодолевая те противоречия, которые между мною и этим другим существуют. Нормальные человеческие отношения. Казалось бы, так просто – живи и давай жить другим, имей свой образ жизни, выражай частным образом и публично свое мировоззрение, признай право других на то же самое, и все будет хорошо.



Толерантность может быть:

- политической;
- гендерной;
- педагогической (уровень образования, интеллектуального развития);
- возрастной (но «он же ребенок» не оправдание жестокости);
- религиозной;
- по отношению к людям с особыми потребностями.



Вспомните, с какой легкостью дети заводят знакомства (им не важен возраст, пол, раса, статус), конечно, если родители не успели внушить ребенку разницу. Почему это происходит? С рождения нам всем дана способность к толерантности, так называемая натуральная толерантность, но с возрастом мы ее утрачиваем. Такая особенность связана с функционированием психики в раннем возрасте: ребенок не отделяет себя от внешнего мира.



Но почему-то не получается, и пока мы чаще встречаем примеры ИНТОЛЕРАНТНОГО, то есть нетерпимого, агрессивного поведения. Толерантные и интолерантные отношения могут проявляться в любой сфере жизни: в религии, в семье, в повседневном общении, в общественно-политической жизни, но наиболее ярко они проявляются в национальных отношениях.



Толерантность для России - нечто чрезвычайно важное, потому что мы многонациональная, мультикультурная, многоконфессиональная страна.

Народов в России насчитывается около 150 сотен. Они относятся почти к 20 языковым группам и исповедуют различные религии: христианство, ислам, буддизм, иудаизм, шаманизм и т.д. Можно говорить о существовании в культуре нашей страны нескольких этнографических миров.

Россия – страна двух частей света: она занимает восток Европы и север Азии, причем в Европе находится 25 % территории, а в Азии – 75 %. В культурном отношении Россия – государство уникальное. Более 85% славян (русские, белорусы, украинцы и др.) близки по культуре к христианско–европейскому миру, а около 10% населения (приблизительно 15 млн. человек – татары, башкиры, буряты, калмыки и др.) связаны с исламской и буддийской цивилизацией Востока. Поэтому Россию можно назвать в равной степени и европейской и азиатской страной.

Мы разные, так уж сложилось исторически, и, поэтому, то, что одним народом воспринимается как норма, может вызвать иногда осуждение и даже отвращение у другого.





Существует такая психологическая закономерность: чем меньше известен нам какой-либо предмет, и не только предмет - птица, животное – тем меньше отличий мы видим в предмете того же рода. Так же и с людьми. Учитель первый раз входит в класс – все дети кажутся ему если не одинаковыми, то очень похожими, но не пройдет и месяца, как все они будут очень разными. И чем больше он будет узнавать своих подопечных, тем больше различий будет замечать в их интересах, в умственном и физическом развитии, в их привычках...

Через знание лежит путь к пониманию, а от понимания особенностей характера других – к большей терпимости к их привычкам и мнению. Но не только знать и понимать, далеко не каждый умеет просто выслушать другого: разве не случалось нам замечать, что вроде бы говорят два человека друг с другом и даже ведут спор, но в действительности, каждый из них слышит только самого себя и принимает только свои аргументы. В умении услышать другого тоже чувствуется толерантность. Не навязывать свою точку зрения, пусть даже она кажется нам единственно верной.





**А особенно важно воспитание толерантного поведения в среде подростков.**

Подростковый период развития личности характеризуется некоторыми особенностями личности, которые мы относим к интолерантному поведению: повышенная агрессивность, некритичность мышления, незащищенность, бескомпромисстность. Российская Академия наук провела исследование «картины мира» наших школьников и установила, что 5% подростков имеют явно выраженную агрессивную направленность, около 20 % признают агрессию за необходимость, у 30% - «каша» в голове. Иначе говоря, более половины наших подростков могут и готовы поддерживать силовые методы решения конфликтов, мы должны смягчить их сердца (с помощью книги, например) и привить им миролюбие, показать пагубность ожесточения.

От того, как человек преодолевает этот кризисный период, во многом будет зависеть и то, насколько понимающим, терпимым, демократичным станет он в дальнейшем. Да, все мы люди разные, кто-то нам нравится, кто-то нет. Но, в конце концов, каждый разумный человек может сказать себе: он мне не нравится, но он просто другой, и это его право. Из этого вырастает толерантный стиль поведения.





## Как быть толерантным

1. Толерантность формируется как привычка. Чем чаще мы чему-то подвергаемся и одинаково реагируем на раздражитель, тем крепче в нашем сознании, а затем подсознании фиксируется этот стереотип поведения.
2. В каждом человеке при детальном анализе можно найти следы множества рас. Тесты эти, конечно, дорогие, но как альтернативу им можно найти книги, статьи, видео по этой теме. Гены, народности, расы и нации настолько смешались, что невозможно найти 100 % русского человека или турка, немца, украинца. Начните с себя.
3. Осознайте, что толерантность нужна вам, а не кому-то другому. Она обеспечивает психологически комфортную жизнь. Вы не сможете изменить весь мир так, как это нужно вам. Так не проще ли для собственного душевного благополучия принять особенности других людей?
4. Был ли бы наш мир таким же, если бы все люди были одинаковыми? Нет. Люди, создающие историю, уникальны. Среди них немало людей с особыми потребностями здоровья (Стивен Хокинг, Людвиг ван Бетховен, Алексей Маресьев) или разных наций (известный и непревзойденный педагог Шалва Амонашвили).
5. Развивайте эмпатию. Именно она помогает понимать других людей, вставать на их место, сравнивать себя с ними.



6. Росту толерантности способствует личное общение с иными людьми, проживание в другой стране, работа в коллективе. Самое сложное – заставить себя вступить в такие группы, познакомиться с иными людьми, заслужить их расположение и положительно зарекомендовать себя.

7. Не исключено, что вы просто не умеете общаться с людьми и грешите эгоизмом. Тогда нужно бороться с этим.

8. Избавляйтесь от стереотипов, предрассудков. Сами получайте и обрабатывайте информацию о других людях. Наш уровень толерантности определяется семейным воспитанием и средой, в которой мы выросли. Если во взрослом возрасте мы замечаем пробойну в этом месте, то приходится начинать все с начала посредством самовоспитания.

9. Не критикуйте, а интересуйтесь. Возьмите за правило не судить, не разобравшись, не задав вопрос «почему?».

10. Принятие других начинается с самопринятия. Возможно, вас в детстве не принимали, а во взрослости вы не можете принять себя.





Итак, толерантный человек:

- Знает себя, адекватно оценивает себя и окружающих людей, свои достоинства и недостатки, умеет их признавать, принимать, а при необходимости – исправлять.
- Мыслит позитивно и уверен в собственных силах. Знает, что справится с любыми трудностями.
- Несет ответственность за свою жизнь, поступки и их последствия. Не перекладывает ответственность на других людей или обстоятельства.
- Стремится к самореализации в работе, обществе, творчестве, то есть всех аспектах жизни.
- Имеет развитое чувство юмора и самоиронии.



Толерантность - понятие сложное, оно вызывает трудности в понимании и требует разъяснения и обсуждения, но ему можно и нужно учиться. Нужно учиться любви и милосердию, потому что только оно спасет нас от озверения, от такого состояния, которое разрушительно во всех смыслах. Нужно вовремя попытаться понять другого, все то, что ему дорого. Нужно помнить, что Земля в эпоху сверхзвуковых скоростей и Интернета стала очень маленькой – все мы на ней живем рядом друг с другом и друг среди друга и убежать некуда. Поэтому необходимо учиться принимать другого со всеми его особенностями. Другого пути просто нет. А кроме того, приняв другого, мы становимся богаче сами, намного богаче... Если вдуматься, толерантное отношение к другому – это путь удивительных открытий для самого себя. Путь подлинного духовного роста.

