Толерантность

Я не согласен с тем, что вы говорите, но пожертвую своей жизнью, защищая ваше право высказывать собственное мнение.

Вольтер

В отличие от «терпимости» (терпеть – «не противодействуя, не жалуясь, безропотно сносить что-нибудь, бедственное, тяжелое, неприятное»), «толерантность» – это готовность благосклонно признавать, принимать поведение, убеждения и взгляды других людей, которые отличаются от собственных, даже в том случае, когда эти убеждения не разделяются и не одобряются. Смысловая разница очевидна: «Терплю» в ущерб себе – что-то неприятное, «Отношусь толерантно» – сам так делать не буду, но признаю право других поступать так, понимаю их традиции, их культуру и т.п.

Рассматривая толерантность как психосоциальную характеристику личности, ученые выделяют в ее структуре три подсистемы.

1. **Когнитивная** – знания человека (само понятие толерантности, процессы толерантного взаимодействия и др.). Человек знает, как поведет себя тот или иной человек (группа людей) исходя из личностных (групповых) особенностей, специфики социокультурной среды.
2. **Эмоциональная** – определенные чувства человека (выражаются в эмоциональной оценке иного мнения, ценностей, своих чувств). Эмоциональная направленность состояния человека возможна только при условии владения механизмом регулирования собственного поведения и деятельности, т. е. важно, чтобы по любым межличностным вопросам человек умел сдерживать и в то же время корректно проявлять собственные эмоции.
3. **Деятельностная** – предрасположенность к разнообразным вариантам поведения (на основе понимания, сотрудничества, компромисса). Именно в процессе деятельности реальные события выстраиваются в смысловой последовательности, идентифицируя толерантность каждого человека (способность или неспособность человека каждодневно демонстрировать терпимость и принятие других).

Толерантный путь – это путь человека, хорошо знающего себя, комфортно чувствующего себя в окружающей среде, понимающего других людей и готового прийти на помощь, человека с доброжелательным отношением к иным культурам, взглядам, традициям.

Интолерантный путь характеризуется представлением человека о собственной исключительности, низким уровнем воспитанности, чувством дискомфортности существования в окружающей его действительности, желанием власти, неприятием противоположных взглядов, традиций и обычаев.

Черты, присущие толерантной и интолерантной личности.

К какой личности Вы можете отнести себя?

Толерантная личность	Интолерантная личность
Уважение мнения других	Непонимание. Эгоизм
Доброжелательность	Игнорирование. Цинизм
Желание что-либо делать вместе	Нетерпимость
Понимание и принятие	Выражение пренебрежения
Чуткость, любознательность	Раздражительность
Доверие, гуманизм	Равнодушие
Адекватная оценка себя и окружающих (способность относиться к себе критически, разобраться в своих проблемах, собственных достоинствах и недостатках)	Обвинительная позиция (замечает у себя преимущественно достоинства, а у других недостатки)
Уверенность в себе (нет сомнений, что справится с любой возникшей задачей)	Опасение своего социального окружения и самого себя: во всем видит угрозу
Умение отвечать за свои поступки (не перекладывает ответственность на других)	Подозрительность (считает, что происходящие события от него не зависят, следовательно, снимает с себя ответственность за происходящее вокруг; беспричинно подозревает, что ему вредят)
Стремление к работе, творчеству, самореализации	Склонность отодвигать себя на второй план («пусть кто-нибудь другой, только не я…»)
Способность посмеяться и над собой (живо реагирует на шутки)	Апатичное, мрачное восприятие юмора (раздраженно реагирует даже на безобидные шутки в свой адрес)
Предпочтение демократических начал	Предпочтение жесткой власти

Зачем нужна толерантность?

Она необходима для гармоничного развития отношений в современном мире между культурами, народами и социальными группами.

Толерантность закрепляет право человека жить в согласии с собственным мировоззрением, где:

- каждый человек имеет право придерживаться своих убеждений и признает такое же право за другими.

- человек готов к конструктивному взаимодействию с людьми и группами людей независимо от их национальной, социальной, религиозной принадлежности, взглядов, мировоззрения, стилей мышления и поведения.

Выделяют 12 форм толерантности

Политическая толерантность.
Отношение к деятельности различных партий и объединений

Межнациональная толерантность.
Отношение к представителям различных наций, способность не переносить недостатки и негативные поступки отдельных представителей национальности на других людей

Расовая толерантность.
Отсутствие предубеждений к представителям другой расы

Религиозная толерантность.
Признание религиозных особенностей различных концессий

Межклассовая толерантность
Непредвзятое отношение к представителям разных имущественных слоев: богатых к бедным, бедных к богатым

Гендерная толерантность.
Непредвзятое отношение к представителям другого пола

Возрастная толерантность.
Непредвзятость в отношении людей разных возрастов

Сексуально-ориентационная толерантность.
Лояльное отношение к лицам с нетрадиционной сексуальной ориентацией

Маргинальная толерантность.
Толерантность по отношению к маргинальным представителям общества. Непредвзятое отношение к нищим, заключенным и т.д.

Физиологическая толерантность.
Лояльное отношение к больным, инвалидам, людям с внешними недостатками

Образовательная толерантность.
Терпимое отношение к высказываниям и поведению людей с низким образовательным уровнем со стороны более образованных слоев населения

Географическая толерантность.
Непредвзятость к жителям небольших городов, сел, других регионов со стороны столичных жителей и наоборот

Толерантность выражает способность установить и сохранить общность с людьми, отличающимися от нас в каком-либо отношении. Разумеется, при этом надо иметь в виду, что существуют границы терпимости, то есть наличие моральных пределов, позволяющих не смешивать толерантные отношения с вседозволенностью и безразличием к ценностям, питающим убеждения.

Рекомендации к развитию и воспитанию у себя толерантности:

1. Иметь желание быть толерантным и учитывать, что другой человек может иметь свое отличное от него мнение, культуру общения, национальные традиции.
2. Развивать в себе умение не фокусироваться на своих убеждениях, рассматривать несколько вариантов развития ситуации.
3. Стараться не осуждать и не оценивать.
4. Тренировать умение ставить себя на место другого.
5. Объективно оценивать ситуацию, принимать во внимание её предысторию.
6. Знакомиться с другими культурами (традициями):
   - язык, живопись, литература, архитектура;
   - национальные костюмы (одежда), кухня, музыка, танцы, песни.
7. Развивать самообладание.
8. Тренировать стрессоустойчивость, повышать самоконтроль.

Практика свидетельствует: чем образованнее и культурнее человек, тем более толерантно он относится к людям вокруг, к миру в целом. Но прежде чем быть толерантным, вначале определитесь со своими границами и разделите все на три области: «достойное», «недопустимое» и «разное».

В область достойного попадут люди, с которыми вы хотели бы дружить, и явления, которые вам близки и имеют ценность. В область недопустимого войдут социальные явления, взгляды и поступки людей, которые вызывают у вас осознанный протест и обдуманное отторжение. В область разного войдут люди, отличающиеся от вас по виду, взглядам и привычкам. Вы не обязаны с такими людьми дружить, но будет лучше и правильнее, если мы в таких случаях будем относиться друг к другу спокойнее, терпимее и более дружественно. Более толерантно!

Рекомендуемая литература:

1. Буянова С., Дедов Н., Коробанова Ж. Социально-психологические факторы толерантности современной молодежи. – Москва: Прометей, 2021. – 168 с.

2. Бенин, В.Л. Педагогическая культура толерантности: монография / В. Л. Бенин. – 2-е изд. – Москва: ФЛИНТА, 2016. – 167 с.

3. Михайлова, О.А. Лингвокультурологические аспекты толерантности: учебное пособие для вузов / О.А. Михайлова.– Москва: Издательство Юрайт, 2019; Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та. –121 с.

4. В. А. Рукинов, Д. А. Садакова Конфликтологические аспекты формирования толерантности в молодежной среде - Санкт-Петербург, 2017. – 130 с.

Материал подготовила
психолог управления по персоналу: **Михайлова Т.П.**