

Ирина Млодик

практикующий психолог, гештальт-терапевт, автор книг и статей по детской и взрослой практической психологии, обучающих курсов «Детская комната» и «Неспешность и подлинность», к. психол. н.

Толерантность создает безопасность и развивает психику наших детей

Что заставляет взрослых быть нетерпимыми к людям? Когда-то наше взрослое окружение сформировало такое отношение. А теперь мы формируем его у своих детей. О том, что же становится причиной такого поведения и как может помочь психолог, размышляет Ирина Млодик.

Уверена, что многие родители, учителя, да и просто граждане хотели бы жить и работать в ощущении защищенности, потому что безопасность – наша базовая потребность. Если дети не находятся в ситуации стабильности, устойчивости и отсутствия угрозы, то потребность в том, чтобы расти, развиваться, учиться, отходит у них на второй план.

Как ребенок реагирует на опасность

“ Риск быть непринятым, высмеянным, отверженным рождает в любом человеке сильное напряжение, а в ребенке – особенно ”

Как только возникает опасность, то любой человек, особенно ребенок, все свои психические силы направляет на то, чтобы с этой опасностью совладать, справиться. Любой из нас будет чувствовать угрозу не только, если на нас могут физически напасть. Но и в том случае, если нас критикуют, обесценивают, высмеивают, в общем, отвергают все то, что нам дорого и близко: наши привычки, внешность, тело, традиции, поведение и манеры, по сути, нас самих.

Риск быть непринятым, высмеянным, отверженным рождает в любом человеке сильное напряжение, а в ребенке – особенно. Взрослые чаще

могут противостоять такому нападению, точно знают, например, что внешность, особенности, принадлежность какой-то национальной или этнической группе – не его вина. И все это не делает человека плохими, второсортными или бесправными, а вот у ребенка еще может не сформироваться такое твердое ощущение. Высмеивание его особенностей совершенно точно создает угрозу потери: безопасности его личности, комфортного самоощущения и достоинства. Постоянно повторяющееся высмеивание или преследование, безусловно, создает еще более сложные проблемы – на месте психического благополучия появляется травма.

К сожалению, я не однократно была тому свидетелем, что напряжение возрастает не только у того ребенка, на которого направлено неприятие других детей или взрослых, но и у тех ребят, которым вроде бы ничего не угрожает, – у свидетелей нетерпимого отношения к другим. Они начинают бояться того, что завтра так же, как сейчас других детей, за что-то могут высмеять или отвергнуть его самого.

Как безопасность ребенка зависит от взрослых

От лидеров любой группы, каковыми являются родители в семье, учителя и администрация школы, во многом зависит атмосфера: безопасности в группе или напряжения и угрозы. Мы, взрослые, часто сами не осознаем, насколько нам трудно быть толерантными к разным проявлениям других людей.

Что заставляет нас самих по каким-то причинам быть нетерпимыми к людям, например, другой культуры?

Причина 1. Склонность к слиянию. В племенной культуре понятие «чужой» означало «враждебный». Сталкиваясь с чужим, как минимум нужно было защищать «своих». В те времена реализовывался понятный принцип: «убей чужака, пока он не убил тебя».

И на сегодняшний день люди по разным причинам склонны к слиянию. Их психика плохо переносит дифференциацию, то есть различие. По-прежнему так и воспринимают инакомыслящего как угрожающего жизни их «племени», как врага.

Причина 2. Отсутствие подобия. Человек со своими традициями и привычками может ощущаться враждебным потому, что все непонятное может вызывать у нас страх, напряжение и желание найти какое-то подобие в своей культуре. Порой вызывает и желание

«выбросить» таких людей из поля своего зрения, создать коалицию «против».

Причина 3. Собственные проекции. Человек, с мотивами которого и его представлениями о мире мы не очень знакомы, является для нас белым экраном, на который мы можем проецировать, помещать собственные страхи, раздражение, недовольство, злость. Экран становится пространством, где размещаются наши теневые части. И тогда поведение людей другой культуры могут отражать нам все то, что мы так не хотим принимать в самих себе.

Причина № 4. Страх потерять идентичность. Человек иной культуры может провоцировать в нас глубинный страх потери идентичности. Мы знаем, кто мы есть, у нас есть устоявшиеся правила, традиции. Они незаметно для нас стали опорой и основой национальной или этнической идентичности. Страх потерять ее, размыть, развеять является достаточно сильным особенно у народностей, подвергавшимся геноциду, например, в армянских и еврейских семьях.

Как формировать толерантность у детей

“ Толерантность – это уважение к чужим проявлениям и особенностям, и оно касается не только культурных различий. Особенность может быть во внешности, физических или ментальных ограничениях ”

Школа и семья – то место, где формируется отношение ребенка к людям другой культуры, менталитета и традиций. Если в разговорах или реакциях взрослых проскальзывают даже ноты неуважения к людям другой культуры, дети легко могут подхватить это и воспользоваться моментом, чтобы сформировать предубеждения, стереотипы и штампы, а также выместить накопленное раздражение или злость на других детях. Уже сформированные стереотипы значительно сложнее изживать, развенчивать, чем проводить профилактику. Легче изначально помогать детям создать собственное представление об инаковом, другом. В США, например, чтобы дать понять детям, каково быть человеку с особенностями, проводят день, в котором все дети ходят с завязанными глазами, или проводят день в инвалидной коляске.

Если в рамках нашей школы сложно устраивать такой опыт, можно бороться со страхами, стереотипами и предрассудками. К примеру, устраивать «день своей культуры», когда дети рассказывают об обычаях, кухне и традициях своей национальности или этнической группы. Можно устраивать читательский клуб, в котором предлагать детям прочитать и рассказать о какой-то книге любимого автора другой культуры, порассуждав о различиях и особенностях.

Принятие и уважение к различиям не только создает у детей такую нужную для ощущения стабильности и устойчивости безопасность, но и в значительной степени развивает их психику. Дети учатся отходить от упрощений и полярностей «плохой – хороший», «черное – белое», «свой – чужой», а начинают смотреть и видеть объемнее, начинают постигать многозначность и разнообразие мира. Это помогает им не замыкаться в рамках знакомого и привычного, а исследовать мир, путешествовать, учить языки, интересоваться историей и культурой, как собственной, так и тем, как живут люди в разных странах.