

Как быть толерантным в общении

Толерантность - это довольно сложное определение, подразумевающее терпимость, деликатность, уважение к другому человеку, умение отстаивать собственные взгляды и убеждения, оставаясь при этом вежливым и сдержанным. Толерантный человек даже при самой острой, напряженной дискуссии воздержится от перехода на личности, не станет уничижительно отзываться ни о самом оппоненте, ни о его вкусах, убеждениях. А это очень важно для предотвращения ссор, конфликтов.



Инструкция

1. Прежде всего твердо запомните: даже если вы бесспорно умный, талантливый человек, многого добились в какой-то области, это не делает ваше мнение истиной в последней инстанции. Поэтому не считайте себя безусловно правым во всем. Помните: даже гении, случалось, допускали ошибки.
2. Любому человеку свойственно считать свои взгляды, вкусы, привычки, манеру поведения правильными и естественными. Поэтому, столкнувшись с совершенно другим поведением, привычками, человек часто чувствует инстинктивное недоверие, дискомфорт. Это, скорее всего, отголоски давних времен, когда любой чужак воспринимался, как потенциальная угроза. А от недоверия порой всего один шаг до откровенной враждебности.
3. Следует пересилить себя, подняться над предрассудками. Внушайте себе: «Да, поведение этого человека, его манеры, привычки, кажутся мне странными, даже нелепыми,

смешными. Но ведь точно так же и я выгляжу в его глазах! Пусть мы во многом разные, это не причина относиться друг к другу враждебно».

4. В ходе дискуссии, спора, старайтесь вовремя остановиться. Предположим, вы сами видите и чувствуете, что ваш оппонент упорно стоит на своей позиции, не внимая вашим аргументам. Так зачем тогда продолжать заведомо бессмысленное дело? Спокойно, вежливо предложите закончить дискуссию или переведите разговор на другую тему, даже если вы абсолютно уверены в своей правоте. Сбережете и время, и нервы.
5. В семейном быту толерантность тоже может сослужить вам хорошую службу. Будьте терпимы, снисходительны к недостаткам своих родных, близких, проявляйте деликатность. Увы, многие люди почему-то считают, что в кругу семьи ни у кого не может быть ни личных тайн, ни личного пространства. А это совершенно неправильно. Излишняя фамильярность очень часто превращается в бестактность, что влечет за собой ссоры, скандалы.
6. Поэтому возьмите за правило уважать своих родных. Помните, что у них есть право и на собственное мнение, и на свои маленькие секреты. Абсолютно недопустимо, например, без спросу читать переписку мужа или жены.
7. Разумеется, быть толерантным не означает безвольным, всепрощающим. Все хорошо в меру, иной раз надо проявить строгость, жесткость.

