

Καλλιεργώντας την Αξία της Ανεκτικότητας ενάντια στον Ρατσισμό!

Από την Ιωάννα Ρεϊζοπούλου, Ψυχολόγος, Μ.Σc- Οικογενειακή Ψυχολόγος



«Ούτε καλύτερος, ούτε χειρότερος, Απλά Διαφορετικός & Μοναδικός!»

Ανέχομαι σημαίνει ότι μπορώ να συναναστρέφομαι τους διαφορετικούς άλλους χωρίς συγκρούσεις και προβλήματα στις σχέσεις μου μαζί τους.

Αποδέχομαι σημαίνει κάτι περισσότερο, ότι φέρομαι με σεβασμό και επιθυμώ να φέρω το άτομο αυτό πιο κοντά μου συναισθηματικά, ότι συνεργάζομαι και νιώθω εγκαρδιότητα προς αυτό.

Με την βαθιά και περιεκτική έννοια, το ρήμα «ανέχομαι» σημαίνει παραδέχομαι τον πλουραλισμό, σέβομαι τις ιδιαιτερότητες, αντιμετωπίζω τις διαφορετικές απόψεις των άλλων σαν κάτι θετικό, που ευεργετεί και εμπλουτίζει.



ΣΕΒΟΜΑΙ τη Διαφορετικότητα

Είναι Αληθινά Ανεκτικός...

1. Αυτός που προσπαθεί να καταλάβει όσους, κατά την γνώμη του, κάνουν λάθος.
2. Αυτός που πλησιάζει όσους έχουν διαφορετικές απόψεις.
3. Αυτός που πιστεύει ότι όλοι οι άνθρωποι έχουν αρετές και ελαττώματα.
4. Αυτός που σκέφτεται: είμαστε όπως είμαστε από τύχη.
5. Αυτός που είναι πεπεισμένος ότι η ομορφιά βρίσκεται στην ποικιλία.
6. Αυτός που ψάχνει την αλήθεια στους άλλους.
7. Αυτός που θέλει να ακούει πραγματικά και να ρωτάει με γνήσιο ενδιαφέρον, δείχνοντας ενσυναίσθηση για την θέση του άλλου.

Οι γονείς για να διδάξουν την ανεκτικότητα στο διαφορετικό, πρέπει να αποδεχτούν πρώτοι θετικά, την διαφορετικότητα στην πράξη, λειτουργώντας ως πρότυπο σεβασμού και αποδοχής. Μια στάση ανεκτικότητας διδάσκεται καθημερινά με την στάση των γονέων, με τα σχόλια που κάνουν για τους "αλλιότικους" ανθρώπους, με τα σχόλια που κάνουν όταν ακούν τις ειδήσεις, με το πώς φέρονται στους οικείους αλλά και στους μη οικείους ανθρώπους στη ζωή τους. Οι γονείς πρώτοι θα πρέπει να μην προβαίνουν σε διακρίσεις εις βάρος των άλλων ατόμων, με την ελπίδα ότι τα παιδιά τους θα τους μιμηθούν. Αντί των διακρίσεων, είναι χρήσιμο η μαμά να προτρέπει το παιδί της να παίζει με όλα τα παιδιά στο διάλειμμα, ο πατέρας να ενθαρρύνει τον γιο του να διαλέγει στην ομάδα του και τους λιγότερο γρήγορους παίχτες, οι γονείς να προσκαλούν στο παιδικό πάρτι, όλους τους συμμαθητές των παιδιών τους.

Είναι Αληθινά Αδιάλλακτος αυτός που....

1. Αυτός που πιστεύει ότι ο ίδιος πάντα έχει δίκαιο και ότι οι άλλοι κάνουν λάθος.
2. Αυτός που Αποφεύγει όσους έχουν διαφορετικές απόψεις.
3. Αυτός που Ισχυρίζεται πως υπάρχουν φυλές ή πολιτισμοί ανώτεροι από άλλους.
4. Αυτός που Θέλει να σκέφτονται όλοι το ίδιο (το ίδιο με αυτόν, εννοείται!).
5. Αυτός που Λέει: μόνο εγώ είμαι καλός!
6. Αυτός που Λέει ότι υπάρχουν διάφοροι ακραίοι τρόποι σκέψης.
7. Αυτός που Πιστεύει ότι η ελευθερία κάνει κακό.
8. Αυτός που Δεν Θέλει να ακούει.



Πως αποτρέπουν την αδιαλλαξία οι γονείς;

Για να αποτρέψουν την αδιαλλαξία και τον ρατσισμό, οι γονείς θα πρέπει να προάγουν ταυτόχρονα και άλλες αξίες που εμπεριέχονται στην έννοια της ανεκτικότητας: τον διάλογο, τον σεβασμό, την καλοσύνη, το νοιάξιμο και την αγάπη προς τον συνάνθρωπο! Οι γονείς εκπαιδεύουν τα παιδιά τους καθημερινά, εκφράζοντας τις πεποιθήσεις τους, τόσο με τις πράξεις τους, όσο και με τις λεκτικές και μη λεκτικές εκφράσεις τους. Οπότε είναι σημαντικό να έχουν επίγνωση των δικών τους

συναισθημάτων και προκαταλήψεων, καθώς και την επίδραση που έχουν οι γονεϊκές πρακτικές στο ψυχισμό των παιδιών τους!

Παράδειγμα: Κυκλοφορώντας στα μέσα μαζικής μεταφοράς μαζί με τα παιδιά τους, το να κάθονται με απόλυτη φυσικότητα -δίπλα σε άτομα διαφορετικής φυλής, άτομα με σωματικές ή ψυχικές αναπηρίες... ή ασυνήθιστα χαρακτηριστικά- είναι μια στάση ανεκτικότητας. Αν οι γονείς φέρονται στα « διαφορετικά άτομα» με ευγένεια και καλοσύνη, δηλαδή με τον ίδιο τρόπο που φέρονται και σε όλους τους άλλους ανθρώπους, ζητούν κάποια πληροφορία, απευθύνουν τον λόγο ή ένα χαμόγελο στην κατάλληλη στιγμή, παραχωρούν την σειρά ή τη θέση τους, αν χρειαστεί, τότε διδάσκουν με το παράδειγμα τους τον σεβασμό.



Βοηθητική στάση των γονέων που προάγει την ανεκτικότητα

π.χ. Μια αρνητική αναφορά σε ένα συμμαθητή του παιδιού τους θα ήταν «Αυτός είναι χαζούλης, μην κάνεις παρέα μαζί του», «ο καημένος», ο «στραβός»/ ο «τρελός» κ.α. Αυτές είναι ακατάλληλες εκφράσεις, που ενισχύουν τον ρατσισμό.

Αν θέλουμε οι γονείς να δημιουργήσουν ένα κλίμα ανεκτικότητας, χρειάζεται να αποφεύγουν τέτοιου είδους επικριτικές φράσεις. Αντί για αυτές, να ενσωματώσουν στο καθημερινό τους λεξιλόγιο, πιο θετικές φράσεις, εκφράσεις που εστιάζουν στις θετικές πλευρές των άλλων και δείχνουν αποδοχή.

Θετικές εκφράσεις σεβασμού θα ήταν: Άτομο με αναπηρία, άτομο με διαταραχή όρασης, άτομο με κινητική δυσκολία κ.α.. Επίσης, είναι χρήσιμο για τους γονείς να αμφισβητούν τις αρνητικές εκφράσεις των παιδιών τους και να τις αντικαθιστούν με

πιο θετικές. π.χ «Δεν τον έχω φίλο αυτόν το «χονδρό/ γυαλάκια/ φύτουλα». Προτείνω οι γονείς να προσκαλούν τα παιδιά τους να «βλέπουν πέρα από την επιφάνεια, πέρα από τις διαφορές με τα άλλα παιδιά και να διατυπώνουν μια άλλη οπτική, εκτιμώντας και άλλα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας των ατόμων, π.χ. «Ο συμμαθητής σου ο Νίκος, είναι πολύ ικανός στην μουσική, πέρα από τον σωματότυπο του».

Άλλη βοηθητική στάση θα ήταν: « Υπάρχουν άνθρωποι που έχουν πρόβλημα όρασης και χρειάζονται γυαλιά, όπως και πολλοί άλλοι άνθρωποι που χρειάζονται ακουστικό για να ακούνε καλύτερα, κ.α. Οι γονείς να τονίζουν ότι οι άνθρωποι έχουν ομοιότητες αλλά και πολλές διαφορές και είναι όλες απόλυτα σεβαστές. Να αντιληφθούν ότι όλοι μεγαλώνουμε με προκαταλήψεις και στερεότυπα που μας εμποδίζουν να κατανοούμε την θέση του άλλου. Αλλά μέσα από την καλλιέργεια της συναισθηματικής νοημοσύνης, όλοι μπορούμε να μάθουμε να συνδιαλεγόμαστε με τους άλλους με ενσυναίσθηση, αλληλοκατανόηση και σεβασμό!

Τέλος, είναι καλή ιδέα, τόσο για γονείς όσο και για εκπαιδευτικούς, να χρησιμοποιούν ιστορίες & παραμύθια, που μιλούν για την διαφορετικότητα και μπορούν να αποτελέσουν μια αφορμή για συζήτηση και αναστοχασμό που θα οδηγήσουν στην ευαισθητοποίηση και αποδοχή του άλλου!

Άλλωστε, ούτε καλύτερος, ούτε χειρότερος, Απλά Μοναδικός!

Βιβλιογραφικές Πηγές:

- Τριλίβα Σ.-Αναγνωστοπούλου Τ.- Χατζηνικολάου Σ. (2008),«Ούτε καλύτερος, ούτε χειρότερος, Απλά Διαφορετικός!», Εκδόσεις Gutenberg (για εκπαιδευτικούς)
- Εστέβε Πουχόλι Πονς & Ινές Λουθ Γκονθάλεθ,(2002),«Μάθετε στα παιδιά σας 20 Αξίες της Ζωής», Εκδόσεις Άγκυρα. (για γονείς & εκπαιδευτικούς)