

Страх чужого

Почему мы боимся непохожих
и как рождается ксенофобия



и
Фёдор Северный

Фёдор Северный

Страх чужого. Почему мы боимся непохожих и как рождается ксенофобия

<https://litres.ru/74602778>

SelfPub; 2026

Аннотация

Почему незнакомая фамилия, акцент или привычка так быстро превращаются в повод для подозрений? Как отличить осторожность от предубеждения — и что делать, когда тревожный слух уже делит людей на «своих» и «чужих»?

Эта книга показывает, как рождается ксенофобия: от страха перед неизвестностью и групповых стереотипов до медийных образов, дискриминационных правил и привычного молчания. Она помогает отделять чувство от факта, проверять обобщения, говорить о различиях без унижения и вмешиваться в ситуацию безопасно и по делу. Вы узнаете, почему контакт не всегда снижает предубеждение, как кризисы усиливают поиск виноватых и какие прозрачные правила не позволяют превращать происхождение в меру доверия и права на помощь.

Для родителей, педагогов, руководителей и всех, кто хочет понимать причины вражды и не поддерживать её по инерции.

Вместо простых обвинений — ясная система вопросов и действий: заметить страх, проверить его и выбрать справедливый ответ.

Содержание

Кто для нас «чужой»: ксенофобия, предубеждение и границы понятия	6
Мозг перед неизвестным: страх, неопределенность и деление на «своих» и «чужих»	17
Как создается «мы»: идентичность, принадлежность и групповая солидарность	25
Когда различие кажется угрозой: конкуренция, безопасность и культурная тревога	35
Конец ознакомительного фрагмента.	42

Фёдор Северный

Страх чужого. Почему мы боимся непохожих и как рождается ксенофобия

**Страх чужого: Почему мы боимся непохожих и как
рождается ксенофобия**

Фёдор Северный

Кто для нас «чужой»: ксенофобия, предубеждение и границы понятия

В родительском чате было тихо, пока классная руководительница не написала: «С понедельника к нам присоединится новый ученик — Арсен. Семья недавно переехала. Помогите ему освоиться».

Через минуту кто-то спросил, откуда именно семья. Ещё через три сообщения другой родитель заметил, что у мальчика «непривычная фамилия». Потом вспомнили акцент, которого большинство участников чата ещё не слышало, но уже успело вообразить. «Надо выяснить, безопасно ли это», — написал кто-то. «Для кого “это”?» — спросила мама одной из одноклассниц. Ей ответили: «Не надо сразу навешивать ярлыки. Мы просто осторожны». Следом появилось слово «ксенофобия», и разговор свернул с вопроса о ребёнке на спор о том, кто здесь плохой человек.

Так часто и теряется точность. Одни называют ксенофобией любое беспокойство при встрече с незнакомым. Другие отказываются от этого слова, если человек не признался во враждебности. Между тем важно различать не только намерения, но и убеждения, действия, последствия. Если всё называть одним словом, оно перестанет объяснять. Если же требовать от каждого прямого признания в ненависти, можно

не заметить исключение и унижение, пока они не превратятся в правило.

Здесь нужен не приговор, а понятийная карта.

Сначала — то, чего мы не знаем

Непривычность — ещё не предубеждение. Учительница может растеряться, услышав новое имя, и переспросить, как его правильно произносить. Родитель может не знать, как устроен школьный перевод в другой класс, и задать неловкий вопрос. Человек может тревожиться, потому что не понимает, как будет организована поездка или кто заберёт детей после занятий. Во всех этих случаях есть неизвестность, а иногда и тревога, но пока не обязательно есть представление о целой группе и тем более желание кого-то отстранить.

Разумная осторожность привязана к конкретному обстоятельству и применяется одинаково. Если школа уточняет, кто имеет право забрать ребёнка, это нормальная процедура — при условии, что её проходят все семьи, а не только те, чьи фамилии кажутся кому-то необычными. Если нужно проверить разрешение на поездку, проверяют разрешение, а не происхождение ученика.

Вопрос меняется, когда сомнение строится не на поступке или проверяемом факте, а на принадлежности: «Они такие», «с такими семьями всегда проблемы», «от них неизвестно чего ждать». Слово «они» здесь работает как короткий путь: оно переносит воображаемое свойство группы на конкретного человека, которого мы почти не знаем.

Ксенофобия — страх, неприязнь или враждебность по отношению к тем, кого воспринимают как чужих, чужеземных, «не наших». Но «чужой» в этом смысле — не обязательно иностранец с другим паспортом. Им может стать человек, родившийся в той же стране, но говорящий с заметным акцентом, принадлежащий к другой этнической или религиозной общине, имеющий непривычное имя, одежду или семейные обычаи. Граница проводится не только документами. Её проводят слова и взгляды окружающих.

При этом ксенофобия не обозначает всякое неприятие всего нового и не объясняет любой конфликт между людьми. Если двое учеников поссорились из-за мяча, у нас пока есть ссора, а не основание заключать, что один ненавидит группу другого. Но если одному из них говорят: «С такими, как ты, никто играть не будет», принадлежность уже стала частью нападения. Это не исчерпывает вопроса о мотивах, но даёт веское основание назвать происходящее групповым унижением.

Карта: от ощущения к правилу

Чтобы не путать разные явления, удобно проследить путь, который иногда проходит тревога:

**непривычное ощущение → обобщающее убеждение
→ отношение к группе → действие или правило.**

Это не обязательная лестница: человек может перепрыгнуть ступень, а дискриминационное правило может действовать и без чьей-либо осознанной неприязни. Но карта помо-

гает увидеть, на каком этапе находится конкретный случай.

Ощущение. «Я не знаю, чего ожидать». Это может быть растерянность, настороженность, смущение. Чувство реально, но само по себе ещё не доказывает, что другой человек опасен. Полезно спросить: *что именно меня тревожит — конкретный поступок или то, что этот человек для меня непривычен?*

Стереотип. Это обобщённое представление о группе: «они не уважают правила», «им неинтересно учиться», «они все агрессивные». Стереотип может звучать как якобы нейтральное наблюдение, но он выдаёт широкое заключение за знание о конкретном человеке. Даже если кто-то ссылается на собственный опыт, несколько знакомых случаев не превращают описание целой группы в факт.

Предубеждение. Это оценочное отношение к человеку, основанное на его предполагаемой принадлежности: недоверие, неприязнь, презрение или заранее вынесенное решение, что он «хуже подойдёт». Предубеждение не всегда громкое. Оно может быть вежливым и даже заботливым на словах: «Не будем нагружать его выступлением, вдруг ему будет тяжело». Если за этой заботой нет разговора с учеником и понимания его возможностей, она способна незаметно превратиться в снисходительное ограничение.

Дискриминация. Это неравное обращение, которое лишает человека возможности или ставит его в худшее положение из-за принадлежности к группе: не берут в коман-

ду, не допускают к выступлению, предъявляют дополнительные требования, отказывают в услуге. Для описания дискриминации важно установить, что произошло и как человека ограничили. Не всегда можно сразу достоверно знать, что именно происходило у кого-то в голове. Но отсутствие доказанного злого умысла не стирает последствий и не делает неравное правило справедливым.

Наконец, **открытая враждебность** — это угрозы, оскорбления, призывы к изгнанию или насилию. Она заметна, но ксенофобия не обязана доходить до открытой ненависти. Иногда она проявляется как повторяющееся недоверие, отказ считать человека «своим», поддержка правил, которые оставляют некоторым группам меньше пространства.

Эти понятия связаны, но не тождественны. Стереотип — это прежде всего обобщающее убеждение, предубеждение — отношение, дискриминация — действие или практика. Ксенофобия описывает направленность страха и отвержения на тех, кого считают чужими. Она может питать все остальные звенья, но не каждое ошибочное убеждение о человеке является ксенофобией. И не всякая дискриминация объясняется именно ею: причины могут переплетаться.

Два эпизода — похожее беспокойство, разные ситуации

Представим, что один из родителей в том самом чате спрашивает: «Как школа будет проверять, кто забирает детей после кружка? Мы плохо знаем новые семьи». Вопрос

может звучать неловко, но он касается определённой процедуры. Учительница отвечает: «Для всех семей действует один порядок: список доверенных взрослых и письменное согласие». Родитель принимает ответ, а правила применяются одинаково к каждому. Здесь могут быть тревога и незнание. Возможно, стоило сформулировать вопрос точнее, но из самого вопроса ещё нельзя вывести ксенофобию.

А теперь другой эпизод. При распределении ролей на классной презентации учитель говорит: «Арсену лучше не выступать. Семьи такого происхождения обычно не поддерживают школьные занятия». Никто не спрашивает мальчика, хочет ли он выступить и что умеет. Его возможность участвовать ограничивают на основании обобщения о людях, к которым его причислили. Здесь есть стереотип, решение, которое повлияло на доступ к роли, и основание считать ситуацию дискриминационной. Даже если взрослый называет своё решение заботой, его последствия не становятся от этого нейтральными.

Различие не в том, что в первом эпизоде все безошибочны, а во втором кто-то непременно злодей. Различие — в основаниях и действиях. Проверяют ли факты? Применяют ли правило ко всем? Получает ли конкретный человек шанс ответить за себя? Или ему заранее приписывают качества группы и из-за этого закрывают дверь?

В жизни один случай может содержать несколько слоёв. Например, родители вправе беспокоиться о безопасности —

и одновременно использовать это беспокойство, чтобы требовать особого надзора только за «чужими» семьями. Поэтому точный вопрос не только «испытывал ли человек страх?», но и «что этот страх позволил ему сказать или сделать?».

Не путать диагноз и доказательство мотива

Ксенофобия пересекается с расизмом, религиозной нетерпимостью, этноцентризмом и национализмом, но не совпадает с ними. Расизм может связывать социальную иерархию с представлениями о расе, внешности и происхождении. Религиозная нетерпимость строится вокруг веры или её отсутствия. Ксенофобия сосредоточена на образе чужака — того, кого считают не принадлежащим «нашему» кругу. В реальном разговоре эти основания могут накладываться друг на друга: человека могут отвергать и за его происхождение, и за язык, и за религию.

Вот почему полезно описывать сначала слова и действия, а не уверенно объявлять мотив. Вместо «Он ксенофоб» можно сказать: «Он предположил, что мальчик опасен, сославшись только на фамилию». Вместо «В школе все настроены против приезжих» — «Трёх ученикам с одинаково выполненными заявлениями отказали, тогда как остальным разрешили участвовать; причины отказа пока неизвестны». Такие формулировки не обязательно мягче. Они точнее: в них видно, что наблюдали, что пока остаётся предположением и что нужно проверить.

Точность важна и в обратную сторону. Не следует тре-

бовать от пострадавшего, чтобы он доказал враждебный настрой каждого участника, прежде чем говорить о неравном обращении. Если решение снова и снова ограничивает возможности людей, которых считают «чужими», это серьёзно даже при отсутствии признаний вроде «я сделал это из ненависти». Намерение помогает понять ситуацию, но не является единственным мерилom вреда.

Социальная психология давно изучает, как люди делят окружающих на категории «свои» и «чужие». Категории позволяют быстро ориентироваться, но создают соблазн считать членов незнакомой группы более похожими друг на друга, чем они есть. Неопределённость и тревога могут сделать этот соблазн сильнее; повторяющиеся слухи способны придать ему видимость доказательства. Но это не означает, что враждебность неизбежна или «защита» в человека. Между первым впечатлением и поступком остаётся пространство для проверки и выбора.

Мини-проверка перед тем, как назвать происходящее

Если в чате, школе или на работе возникло ощущение, что кого-то считают чужим, остановитесь на минуту и ответьте на четыре вопроса:

1. Что именно произошло? Запишите точные слова, решение или правило — без добавлений вроде «все они всегда».

2. Какую группу обозначили? По происхождению, язы-

ку, религии, гражданству, фамилии, одежде? Или это пока просто конфликт двух людей?

3. Какое убеждение проявилось? Человеку приписали опасность, нечестность, неспособность, нежелание соблюдать правила? Есть ли конкретные данные или только обобщение?

4. Было ли действие, ограничившее чьи-то возможности? Кого исключили, кому отказали, кому назначили особые условия? Если действия пока нет, что можно сделать, чтобы тревожное предположение не стало несправедливым правилом?

Эта проверка не заменяет расследование и не выдаёт автоматический вердикт. Она помогает увидеть, где факт, где толкование, а где уже следствие. Иногда после неё выясняется, что человек просто не знал, как произнести новое имя, и готов исправиться. Иногда обнаруживается вполне конкретное неравное решение, которое нужно оспаривать. Бывает и так, что данных пока недостаточно — и тогда честнее сказать именно это, не закрывая вопрос.

Вернёмся к чату

Спор родителей можно было бы продолжить иначе.

«У нас есть конкретные сведения о том, что этот ученик нарушал правила? Если нет, не будем связывать риск с фамилией. Давайте уточним у классной руководительницы общий порядок безопасности и применим его ко всем». Такая реплика не высмеивает тревогу, но и не позволяет превра-

тить происхождение ребёнка в подозрение.

Если же кто-то пишет: «Не надо сажать его к нашим детям — неизвестно, какие они», можно ответить прямее: «Ты связываешь опасность с группой, а не с поступком конкретного ученика. Это несправедливо. Если есть факт, назови его; если факта нет, не распространяй подозрение». А если школьное решение уже исключило Арсена из общего проекта, вопрос следует адресовать школе: на каком основании его не допустили и сможет ли он участвовать на равных?

Задача не в том, чтобы запретить людям испытывать тревогу или заставить всех мгновенно доверять незнакомцам. Задача — не выдавать чувство за доказательство, не переносить свойства воображаемой группы на отдельного человека и не позволять этому переносу отнимать у него права и возможности. Назвать ксенофобию точно — значит не приклеить человеку ярлык после неловкой фразы, а увидеть момент, когда «чужой» перестаёт быть просто незнакомцем и становится основанием для подозрения, исключения или неравного правила.

Когда мы различаем незнание, стереотип, предубеждение и дискриминацию, мы не оправдываем вред. Мы находим его источник и точнее понимаем, что нужно изменить: уточнить факт, оспорить обобщение, остановить унижение или пересмотреть правило. И тогда спор о слове может снова стать разговором о людях — и о том, как не позволить условной границе «мы — они» решить за них, кто достоин доверия.

Но у этого различия есть предел: в жизни незнание, предубеждение и дискриминация могут поддерживать друг друга. Человек, которого называют «чужим», не обязательно чужой по своей сути — часто это позиция, отведённая ему внутри границы «мы — они». Поэтому важно смотреть не только на то, какие слова мы выбираем, но и на то, какие ожидания, решения и правила за ними стоят.

Увидеть эту границу — ещё не значит сразу перестать её проводить. Но можно спросить себя, что именно вызывает тревогу: реальная опасность или неопределённость, непривычность, привычка делить людей на знакомых и незнакомых. Чтобы понять, почему такое деление возникает так быстро и почему неизвестное порой кажется угрозой, стоит обратиться к тому, как устроено наше восприятие.

Мозг перед неизвестным: страх, неопределенность и деление на «своих» и «чужих»

В вагоне пахнет мокрой шерстью и железом. Поезд качает, за окном мелькают темные тоннели. Напротив сидит мужчина с дорожной сумкой, а у дверей двое пассажиров говорят на языке, которого вы не знаете. Они говорят быстро; один смеется, другой резко вскидывает руку. Вы замечаете, что прислушиваетесь. Потом — что перестали читать сообщение на телефоне. И вот уже внутри складывается версия: они спорят. Может быть, ссорятся. Может быть, сейчас что-то произойдет.

«Почему они так громко говорят? Почему тот смотрит сюда?»

Вы не знаете ответа. Но воображение, кажется, уже знает. С этой секунды важно удержать две мысли одновременно. Первая: тревога реальна — вы действительно ее чувствуете. Вторая: тревога сама по себе еще не доказывает, что рядом опасность. Между сигналом и приговором есть промежуток. В нем можно заметить, что именно вы увидели, проверить, что додумали, и выбрать действие, не превращая незнакомого человека в обвиняемого.

Когда неизвестность просит объяснения

Человеческое восприятие — не видеокамера, которая беспристрастно записывает всё происходящее. Мы замечаем одни детали и пропускаем другие, связываем их в историю и постоянно уточняем эту историю по мере поступления новых сведений. Обычно это помогает: услышав скрип за дверью, мы пытаемся понять, есть ли там кто-то. Но иногда данных мало, а решение хочется принять немедленно. Тогда особенно легко принять догадку за факт.

В вагоне наблюдение звучит так: «Двое пассажиров разговаривают на незнакомом мне языке; один поднял руку». А версия — уже совсем другое: «Они сердятся», «они обсуждают меня», «они могут быть опасны». Первая фраза описывает то, что можно было бы записать на камеру. Вторая приписывает людям намерения, которых мы не знаем.

Неопределенность неприятна именно тем, что оставляет несколько объяснений сразу. Резкий жест может быть частью спора, рассказа, шутки или попыткой показать направление. Громкая речь — признаком раздражения, но также привычной манерой разговора, радостным обсуждением или необходимостью перекрыть шум поезда. В незнакомой ситуации мы не всегда можем различить эти варианты. И чем сильнее хочется поскорее поставить точку, тем соблазнительнее выбрать первую историю, которая кажется убедительной.

У мозга нет отдельной кнопки «чужой опасен», которая одинаково срабатывает у всех и во всех обстоятельствах. На восприятие угрозы влияют прошлый опыт, усталость, на-

строение, внимание, усвоенные нормы и то, что происходит вокруг. Люди могут быть настороженными в непривычной обстановке, но сама настороженность не предопределяет ни неприязнь, ни поступок. Один человек заметит незнакомую речь и вернется к книге; другой решит пересесть; третий начнет сердито требовать говорить «нормально». Разница не сводится к одному врожденному инстинкту.

К тому же мозг реагирует не только на опасность, но и на ее вероятность — или на то, что ему кажется вероятностью. Если в прошлом человек слышал, что определенная группа «склонна к агрессии», эти утверждения могут повлиять на то, какие детали он заметит и как объяснит неоднозначное поведение. Повышенный голос запомнится, спокойное лицо останется незамеченным; жест покажется угрозой, хотя похожий жест знакомого человека, возможно, был бы принят за обычную выразительность. Это не означает, что у всех людей неизбежно срабатывает один и тот же механизм. Но это помогает понять, почему ожидания способны направлять внимание и окрашивать интерпретацию.

Групповая граница усиливает этот эффект. Мы часто быстро замечаем сходство с теми, кого считаем «своими», и отличия от тех, кого относим к «чужим». Язык, акцент, одежда, имя или обычай могут стать заметными маркерами. Сами по себе они ничего не говорят о намерениях человека. Но в определенном социальном контексте их начинают связывать с опасностью, нечестностью или неполноценностью.

Так рождается не просто реакция на незнакомое, а обобщение: отдельную тревожную версию переносят на целую группу.

Именно здесь проходит важная граница. Испугаться — не то же самое, что унижить или обвинить. Автоматически возникшая мысль — не поступок и не признание в собственной враждебности. Однако чувство не освобождает от ответственности за то, что мы делаем дальше. Страх объясняет, почему хочется отодвинуться или насторожиться; он не оправдывает коллективное подозрение, оскорбление или требование, чтобы незнакомцы доказывали свою безопасность лишь потому, что они «не такие, как мы».

Маленький опыт: что дорисует воображение

Представьте сцену: вечерняя платформа, тусклый свет. Человек стоит чуть в стороне; лицо не разглядеть. Одна рука у него в кармане, другая держит телефон. Он смотрит в вашу сторону.

На несколько секунд остановитесь. Что вы подумали первым?

Возможно: «Он следит за мной». Или: «Он чего-то ждет». А может быть: «Наверное, просто смотрит на табло». Теперь разделите сцену на две колонки. В первой — только наблюдаемое: «человек стоит на платформе», «лицо плохо видно», «рука в кармане», «смотрит в мою сторону». Во второй — версии: «следит», «нервничает», «опасен».

Спросите себя: какие еще объяснения подходят к тем же

фактам? Человек может ждать поезд, проверять расписание или задуматься. Можно ли узнать больше, не вторгаясь в его личное пространство и не подвергая себя риску? Иногда — да: поезд прибывает, и человек входит в него вместе со всеми; иногда — нет. И это нормально. Проверка не всегда дает полную уверенность. Ее задача — не угадать чужие мысли, а не выдавать догадку за доказательство.

Неоднозначность не делает все версии одинаково вероятными и не обязывает игнорировать реальные угрозы. Если человек перекрывает выход, преследует вас или угрожает, это конкретные поведенческие признаки, на которые разумно реагировать. Но цвет кожи, акцент или язык сами по себе не являются такими признаками. Важно смотреть на действия, а не подменять их происхождением.

Практика «Факт — догадка — проверка — действие»

Вернемся к вагону. Попробуйте пройти четыре шага — на бумаге или мысленно. Они полезны не только в метро, но и в любом моменте, когда тревожная версия начинает казаться несомненной.

1. Факт. Что я действительно наблюдал? Например: «Двое людей говорят на незнакомом мне языке. Один поднял руку. Они громче разговаривают, чем пассажир рядом». Из списка пока исчезают слова «злятся», «угрожают» и «говорят обо мне». Эти слова могут оказаться верными, но пока это не наблюдения, а толкования.

2. Догадка. Что я добавил к фактам? «Они ссорятся», «они опасны», «громкая речь означает агрессию», «раз я не понимаю слова, разговор может быть обо мне». Назвать догадку вслух — не значит обесценить тревогу. Напротив, так становится видно, из чего она состоит: из реального ощущения и предположения о чужом намерении.

3. Проверка. Какие данные могли бы подтвердить или ослабить мою версию? Есть ли направленная угроза, попытка приблизиться, преследование, блокирование прохода? Или пока есть только громкая речь и жесты? Есть ли другое объяснение, которое не требует считать людей опасными? Проверка — это не допрос и не наблюдение за человеком до последней станции. Не нужно выяснять его имя, записывать на видео или провоцировать разговор. Достаточно спросить себя, есть ли конкретные основания для тревоги и что можно установить безопасно.

4. Действие. Как поступить разумно, не обвиняя целую группу? Если есть непосредственная угроза, можно отойти к другим пассажирам, перейти в другой вагон, обратиться к сотруднику транспорта или в экстренную службу. Для этого не требуется сначала доказывать себе, что опасность абсолютно несомненна. Если конкретных признаков нет, можно спокойно вернуться к своему делу, сохраняя обычную осмотрительность. Можно выбрать место, где вам комфортнее, — но не превращать личный шаг в правило о том, кто «всегда опасен».

Этот алгоритм не предписывает подавлять страх. Он предлагает дать ему точное имя и не поручать ему одному выносить решение. Если сердце колотится, можно сделать медленный выдох и заметить: «Я тревожусь, потому что не понимаю разговора. Это чувство есть; доказательства угрозы пока нет». Иногда такой фразы достаточно, чтобы вернуть себе несколько секунд выбора.

Если тревога сильная, не нужно заставлять себя оставаться рядом или демонстрировать особую смелость. Безопасность важна. Но и безопасное действие не обязано быть унижительным: отойти можно без обвинений, сообщить о конкретном поведении — без домыслов о происхождении, попросить помощи — не объявляя подозрительной целую группу.

Снова в вагоне

Вагон качается. Двое пассажиров по-прежнему говорят на незнакомом вам языке. Теперь вы замечаете: факт — они разговаривают; догадка — они сердятся и могут представлять опасность. Что могло бы подтвердить эту догадку? Например, угрожающие действия. Пока их нет. Вы не понимаете слов и не обязаны понимать. Неопределенность осталась, но стала чуть менее всесильной.

Один из пассажиров освобождает проход, чтобы пропустить женщину с коляской. Этот жест не доказывает, что человек безопасен во всех обстоятельствах, — да и не должен. Он просто добавляет к картине еще одно наблюдение. Исто-

рия в голове больше не единственная версия происходящего.

Вы не подавили тревогу и не выдали неизвестность за дружбу. Вы сделали более скромную и важную вещь: не позволили первому ощущению превратиться в приговор людям, которых не знаете. Иногда разумный выбор — отойти. Иногда — продолжить путь. В обоих случаях можно опираться на поведение, а не на принадлежность к группе.

Мы неизбежно замечаем различия и ищем объяснения. Но между «я насторожился» и «они опасны» лежит работа внимания; между внутренней версией и поступком — возможность остановиться. Ксенофобия начинается не с каждого вздрогнувшего сердца. Она крепнет там, где догадки раз за разом принимают за факты, отдельный случай — за свойство группы, а тревогу используют как оправдание неравного отношения.

Когда мы делаем паузу, спрашиваем себя, что именно знаем, и выбираем действие по конкретным признакам, неизвестный перестает быть пустым экраном для наших страхов. Он остается незнакомым человеком — не более предсказуемым и не более опасным, чем позволяют заключить реальные обстоятельства. А чтобы понять, почему одни люди особенно легко становятся «чужими», нужно разобраться, как вообще возникает чувство «мы» — и какую силу дает человеку принадлежность к группе.

Как создается «мы»: идентичность, принадлежность и групповая солидарность

В три часа ночи двор пах мокрой золой и горячей штукатуркой. Пожарные уже уехали, но в окнах квартиры Лидии Петровны еще стояли темные провалы. Кто-то вынес из подъезда одеяла. Кто-то поставил чайник в консьержной. Сосед с пятого этажа нашел ночлег для хозяйки и ее внучки; женщина из соседнего дома принесла сухую одежду, хотя до того они виделись только у лифта.

В ту ночь никто не спрашивал, кто сколько лет живет в доме, чей у кого акцент и кто кому родственник. Было ясно: случилась беда, и рядом есть люди, которым можно помочь.

Утром жители создали чат «Соседи». Несколько человек собрали деньги на временное жилье и ремонт, другие разбирали обгоревшую мебель. Обсуждая произошедшее, вспоминали прежние истории: как зимой лопнула труба, как вместе искали пропавшую собаку, как сажали у подъезда каштаны. Постепенно выяснилось, что у этого двора есть не только адрес, но и память. Люди почувствовали: «Мы здесь друг за друга».

А через месяц в том же чате появилось сообщение: у семьи Азизовых, поселившейся в доме всего полгода назад,

прорвало батарею. Кипяток залил пол, в квартире был маленький ребенок. Нужны были срочный мастер и временный обогреватель.

— Резерв-то собирали мы, — написал один из жильцов. — Сначала надо помогать своим. Они здесь недавно.

Тишина в чате продлилась дольше, чем в ту ночь после пожара.

Так работает граница принадлежности: сначала она почти незаметна, а потом обнаруживается там, где решают, кому достанутся время, деньги, внимание и право голоса.

Из чего складывается «мы»

Принадлежность редко возникает из одного большого явления. Чаще она строится из повторяющихся мелочей: здороваться на лестнице, знать, кому оставить ключ, вместе чистить дорожку от снега, помнить, чья бабушка сидит у окна и кому нельзя звонить после десяти. Общность похожа на ткань: ее держат не только яркие нити — общие праздники, песни и символы, — но и невидимые узлы повседневных обязательств.

Так люди узнают в соседях не просто незнакомцев, а тех, с кем разделяют пространство и некоторые заботы. Появляется местная идентичность: «мы — этот двор». У другой группы может быть своя: «мы — семья», «мы — команда», «мы — люди одного языка», «мы — граждане одной страны». Эти принадлежности не обязательно конкурируют. Один человек может быть одновременно родителем, соседом, верую-

щим, болельщиком, специалистом своего дела и участником волонтерского проекта. Какая сторона становится особенно заметной, зависит от ситуации.

Социальные психологи называют такой процесс социальной категоризацией: мы группируем людей и себя, чтобы понимать сложный мир. Категории помогают ориентироваться — например, помнить, кому можно позвонить, если сломался лифт. Но они могут менять и то, как мы воспринимаем других. В классических экспериментах людей распределяли по группам почти случайным образом, а затем предлагали распределить награды. Даже условная граница порой побуждала участников предпочитать «своих». Это не значит, что всякая группа неизбежно превращается во враждебный лагерь. Скорее, принадлежность легко становится значимой, особенно если вокруг принято постоянно сравнивать, кто важнее и кому положено больше.

Когда жители собирались после пожара, их объединяли не происхождение и даже не давняя дружба. Их связывала общая ситуация и понятная задача: помочь человеку, потерявшему дом. Они действовали вместе — и в совместном действии усилилось чувство «мы». Важная часть солидарности именно в этом: она рождается не только из сходства, но и из взаимозависимости. Мы можем быть непохожи, но зависеть от одной лестницы, одного двора, одной безопасной улицы — и вместе отвечать за то, что происходит вокруг.

Тепло своих и опасность закрытого круга

Принадлежность нужна людям не только для удобства. Она дает ощущение опоры: есть те, кто заметит отсутствие, разделит радость, подхватит тяжелую сумку или поможет пережить беду. Общие ритуалы и память связывают сегодняшнюю встречу с прошлыми: мы не просто стоим у подъезда — мы продолжаем что-то, начатое другими. Отсюда берется привлекательная сила «нашего»: в нем есть близость, смысл и ответственность.

Проблема начинается не тогда, когда людям дорог свой язык, двор или семейные традиции. Культурная привязанность — это «мне дорого то, что я получил и сохраняю». Групповая солидарность — «мы готовы поддерживать друг друга и разделять ответственность». Ни то ни другое само по себе не требует презрения к остальным. Иное начинается там, где появляется убеждение, что свои по происхождению, вере или культуре ценнее и потому заслуживают больше прав, защиты и сочувствия.

Граница между «нашими» и «остальными» способна незаметно сдвигаться. Сначала «свои» — это жильцы одного подъезда. Потом — те, кто давно живет в доме. Затем — те, кто участвует в общих сборах. И наконец, «своими» оказываются только похожие на большинство. При этом правила не всегда объявляют прямо. Иногда человеку просто не пересылают сообщение о собрании; иногда его предложение выслушивают последним; иногда помощь называют взаимной, но взаимностью считают только вклад тех, кого давно

признают частью круга.

У этой перемены есть бытовая маскировка. «Мы просто осторожны». «Сначала надо узнать человека». «Пусть докажут, что они такие же». Осторожность бывает разумной, а ресурсы действительно могут быть ограничены. Но стоит спросить: одинаково ли мы применяем эту осторожность ко всем? Если давний сосед ошибся, его поступок объясняют обстоятельствами; если новый — объявляют чертой всей его группы. Так «они все такие» вытесняет конкретного человека, а принадлежность превращается в удобный пропуск к доверию.

Кому достается право быть своим

Вернемся к сообщению семьи Азизовых. Они приехали из другой страны, говорили по-русски, но на общих собраниях иногда теряли нить разговора. В ночь пожара они принесли погорельцам термос с чаем. Один из жильцов потом похвалил заботу; другой сказал, что «они, наверное, просто хотят произвести хорошее впечатление». Один и тот же поступок оказался прочитан по-разному — отчасти потому, что новые соседи еще не были привычной частью дворовой истории.

Теперь семье требовался мастер. Несколько жильцов возражали не из желания причинить вред. Вера Сергеевна боялась, что небольшой резерв быстро иссякнет: после пожара денег осталось мало, а в доме были и другие пожилые жильцы. Это серьезная тревога. Но к ней примешалось неоговоренное правило: помощь предназначалась тем, кто «вложил-

ся», — хотя до этого никто не решал, кто именно считается вложившимся. Семья Азизовых о резерве не знала и участвовать в его создании не могла.

В таком конфликте полезно различать три вопроса. Первый: сколько у сообщества ресурсов и на что их хватит? Второй: по каким правилам помощь выдают? Третий: кто участвовал в создании этих правил? Если ответить только на первый, спор о дефиците легко превращается в спор о том, кто достоин. Если прояснить все три, появляется возможность обсуждать не чье-то происхождение, а конкретные, одинаковые для всех условия.

Например, жильцы могли решить, что резерв выделяют при срочной угрозе здоровью или безопасности, если расходы соответствуют возможностям фонда. Помощь можно ограничить суммой, открыто сообщать о решениях и предусмотреть добровольные взносы. Но добровольный вклад не должен становиться тайным вступительным испытанием — особенно если новичков не позвали к столу, за которым его придумали. Время, деньги и навыки важны; способности вносить их у людей различаются. А при экстренной беде право на человеческое участие не должно зависеть от того, успел ли человек заслужить симпатию знакомством или подражанием большинству.

Жителям понадобился вечер, чтобы понять, что они не столько спорят о батарее, сколько пытаются определить, что значит выражение «соседи друг за друга». В итоге они дого-

ворились сохранить резерв и сформулировать условия: деньги можно выделять на неотложные бытовые ситуации; решения о помощи и остатке публикуют в чате; любой житель может прийти на обсуждение; если денег не хватает, сначала ищут дополнительные способы помочь — мастера, временный обогреватель, свободную комнату, — а не автоматически исключают того, кто недавно приехал.

Семья Азизовых получила помощь на срочный ремонт. На следующем собрании Малика предложила разместить в подъезде короткую памятку с телефонами аварийных служб и правилами фонда. Она же обратила внимание, что объявления для новых жильцов лучше дублировать в чате понятным языком. И это оказалось полезным не только для одной семьи: контактыгодились пенсионеру с третьего этажа, а памятка — нескольким соседям, которые прежде не знали, куда звонить.

Так «мы» не исчезло и не стало менее настоящим. Напротив, общность получила более ясные очертания: теперь было проще понять не только, кого защищают, но и почему.

Упражнение: карта принадлежности

Попробуйте увидеть собственное «мы» на бумаге. Возьмите лист и нарисуйте на нем несколько пересекающихся кругов. Подпишите их: семья, район, язык, гражданство, профессия, класс или команда, дружеский круг, общее дело. Добавьте те общности, которые важны лично вам. Не обязательно делать круги одинаковыми или рисовать их один

внутри другого: принадлежности часто переплетены, но не подчиняются одной простой лестнице.

Рядом с каждым кругом запишите, из чего он состоит на деле. Не только «мы соседи», но и: здороваемся, пользуемся общими помещениями, зовем мастера, обсуждаем расходы. Не только «мы одной культуры», но и: говорим на языке, празднуем, храним семейные истории, читаем одни и те же сказки. Это поможет отличить живую связь от ярлыка, который мы просто прикрепили к группе.

Затем отметьте людей, которые входят сразу в несколько кругов. Соседка может говорить на другом языке, но вместе с вами заботиться о детской площадке. Коллега может не разделять ваших традиций, но разделять профессиональные обязанности. Такие пересечения напоминают: границы между группами не всегда совпадают.

Наконец, нарисуйте круг принятия решений. Кто входит в чат, получает новости, может прийти на собрание, предложить правило, попросить о помощи? Кого обычно не видно? Иногда люди присутствуют физически, но не участвуют: не знают языка обсуждения, не понимают местных неписаных правил, боятся показаться навязчивыми. Спросите себя: существуют ли общие дела, где они могли бы высказаться? А если нет — кто и почему установил эту границу?

Для проверки правил пригодятся четыре вопроса:

- Можно ли объяснить критерий конкретной задачей, а не происхождением человека?

●Применили бы мы его так же, если бы поменялись ролями?

●Могут ли новые участники узнать правило и повлиять на него?

●Сохраняет ли оно разумную границу ресурсов, не превращая прошлое участие в единственную меру человеческой ценности?

Это не упражнение в том, чтобы объявить каждую границу плохой. Общим делам нужны правила: жильцы не могут бесконечно тратить общий резерв, а команда — обходиться без распределения обязанностей. Но правила достойны доверия, когда их можно объяснить, проверить и пересмотреть, а не только передать новичку как условие: «Сначала стань своим, потом мы выслушаем».

Общность, которую можно расширить

У каждого «мы» есть история. Важно не стирать ее и не стыдиться того, что люди дорожат общей памятью, местом или языком. Вопрос в том, как эта память используется. Она может говорить: «Мы прошли через трудное вместе — значит, знаем цену поддержке». А может: «Мы были здесь раньше — значит, решать можем только мы». Одно и то же чувство близости способно вести к разным правилам.

После пожара жители по-прежнему вспоминали ночь с мокрой золой. Они сохранили общее название чата, каштаны у подъезда и привычку проверять, все ли вернулись домой. Но к этой истории добавилась другая: однажды в доме

решили, что помощь определяется не тем, кто приехал раньше, а тем, кому она нужна и что общими силами возможно сделать. В маленьком изменении правила оказалось больше, чем в красивом лозунге о гостеприимстве.

Принадлежность не требует враждебности к другим. «Мы» можно строить вокруг общих обязанностей и ценностей — заботы, справедливости, взаимной ответственности, — не делая чье-то происхождение условием доступа к сочувствию. Самый честный вопрос, который может задать себе любое сообщество, звучит просто: одинаковы ли наши правила для всех — и могут ли новые люди участвовать в их создании?

Когда различие кажется угрозой: конкуренция, безопасность и культурная тревога

У проходной бывшего завода пахло мокрым картоном и остывшей гарью. Цех закрыли месяц назад, и объявления о работе в городе стали читать так, будто это сводки с фронта. На стене у центра занятости висела вакансия: один наладчик оборудования в новом логистическом центре. К обеду на неё откликнулись тридцать человек.

Нина, проработавшая на заводе двадцать лет, сказала соседке:

— Раньше хотя бы знали, кому достанется место. Теперь берут приезжих.

Она ещё не знала, что вакансию откроют повторно: первый кандидат не согласился на ночные смены, второй не подошёл по квалификации. Но в тот момент эти подробности казались мелкими рядом с большой переменной: закрылись знакомые ворота, исчез привычный заработок, а в городе появилось много людей, чьи имена и речи Нина пока не умела различать.

Мысль «они занимают наши места» звучит убедительно именно тогда, когда место и правда одно, а желающих много. Ошибка начинается не с признания дефицита. Она начина-

ется, когда из этого наблюдения делают вывод о коллективной вине: будто нехватку создали люди, которые заметны, а не решения тех, кто распределяет работу, жильё и услуги.

Одно место — несколько разных причин

Представим вымышленный Лесогорск. Цифры в этом учебном случае придуманы, но сами ситуации типичны для городов, переживающих экономический спад и быстрые перемены.

После закрытия крупного предприятия работы лишились 360 человек. В центре занятости зарегистрированы 142 безработных, а на ближайший квартал заявлено 38 постоянных вакансий и 64 временные. Новый логистический центр набирает людей, но значительную часть оформляет через подрядчика: это позволяет заказчику быстрее менять численность смен и не брать на себя все обязательства работодателя.

На собрании жителей звучит утверждение: «Все места отдали приезжим». Его произносит Олег, бывший мастер цеха. Он не ищет повода для травли: он полгода перебивается случайными подработками, а его дочь ездит за работой в соседний район. Его тревога реальна. Но само утверждение пока не факт.

В зале спорят люди с разным опытом. Нина хочет знать, почему уволенным не предложили переобучение. Рустам, недавно переехавший в Лесогорск, рассказывает, что устроился на склад через агентство, но получает меньше, чем ожидал, и не уверен, продлят ли договор. Владелица небольшо-

го кафе Марина говорит, что ей трудно найти работников на вечерние смены. Представитель администрации напоминает, что город не решает, кого нанимает частная компания. Каждый говорит о настоящей части проблемы — и ни одна часть сама по себе не объясняет происходящее целиком.

В социальной психологии различают как минимум два переживания угрозы. **Реалистическая угроза** связана с конкретными благами: работой, жильём, безопасностью, местом в очереди к врачу. **Символическая угроза** — с тревогой о привычном укладе, нормах и ощущении общего мира: «город становится неузнаваемым», «нас перестают понимать», «решения принимают не для таких, как мы». Эти тревоги могут усиливать друг друга, но не взаимозаменяемы. Страх за зарплату нельзя опровергнуть словами о культурном разнообразии; беспокойство о переменах не доказывает, что кто-то отнял зарплату.

Есть и третье явление — **восприятие конкуренции**. Оно может совпадать с реальным дефицитом, а может преувеличивать его. Когда люди не знают правил найма, бюджета поликлиники или списка получателей жилья, пробел заполняют догадки. Если при этом рядом появляется заметная новая группа, догадка получает лицо. А безликие причины — решение закрыть завод, условия договора с подрядчиком, нехватка муниципального жилья — остаются за кадром.

Это не значит, что материальные интересы всегда выдуманы или что всякое недовольство объясняется предрас-

судком. Напротив: если вакансий меньше, чем соискателей, конкуренция существует. Вопрос в том, **кто именно конкурирует, за какой ресурс и по каким правилам**. Человек может действительно проиграть другому кандидату. Но из этого ещё не следует, что его обошли именно из-за происхождения этого кандидата или что вся группа «забирает» работу.

Проверять не людей, а утверждение

На собрании кто-то показывает на Рустама:

— Вот, они же работают в центре. Значит, наши остались за дверью.

Рустам отвечает, что на его смене трудятся и местные, и приехавшие, а часть работников приходит через агентство. Спор можно было бы продолжать до ночи, если бы Марина не предложила разложить вопрос на составляющие: «Сначала выясним, сколько вообще есть постоянных мест и кто задаёт условия».

Для этого и нужна простая таблица:

Ресурс

Подтверждённый дефицит

Источник данных

Кто принимает решения

Справедливая мера

Постоянная работа

В городе зарегистрированы 142 безработных и заявлены 38 постоянных вакансий; отдельно есть временные работы

Центр занятости, сведения работодателей, условия договоров

Работодатель и подрядчик; город влияет на обучение и посредничество в трудоустройстве

Публиковать понятные критерии и оплату, различать постоянные и временные вакансии, расширить переобучение

Доступное жильё

267 заявителей стоят в очереди на 18 муниципальных квартир

Реестр жилищной очереди, правила её ведения

Муниципалитет; также собственники и застройщики

Открытая очередь, проверяемые правила, план увеличения доступного фонда

Приём в поликлинике

Медианное ожидание записи к семейному врачу выросло с 11 до 18 дней

Записи на приём, данные поликлиники о штатах и нагрузке

Руководство учреждения и органы, отвечающие за финансирование и кадры

Публиковать нагрузку и свободные ставки, искать дополнительные часы приёма

Безопасность улиц

Жалоб на шум стало больше, но сами жалобы не подтверждают рост тяжких преступлений

Раздельно — обращения жителей, зарегистрированные правонарушения, результаты расследований

Полиция, муниципальные службы, владельцы помещений и организаторы мероприятий

Проверять конкретные инциденты, улучшать освещение и доступные каналы обращения, применять общие правила ко всем

У каждой строки есть границы. Данные центра занятости показывают зарегистрированных безработных, но не всех, кто ищет работу: не каждый обращается туда. Число заявленных вакансий не говорит, насколько они соответствуют квалификации людей, удобны ли по графику и достаточно ли оплачиваются. Сведения работодателя о найме могут показать, сколько людей приняли напрямую, а сколько — через агентство; сами по себе они не объяснят, почему выбрали конкретного кандидата. Для этого нужны прозрачные критерии, а при подозрении на дискриминацию — законная и бережная проверка процедуры, а не догадки о происхождении сотрудников.

Так же и с жильём. Число людей в очереди подтверждает нехватку доступных квартир, но не доказывает, что её созда-

ли новые жители. Чтобы установить, кому и на каком основании достаются квартиры, нужны правила распределения и данные о том, как их применяют. Подсчёт соседей «на глаз» — плохая замена реестру.

Обращения в полицию тоже требуют осторожности. Рост числа жалоб на шум важен: люди имеют право спокойно спать, а правила должны действовать для всех. Но количество жалоб — не то же самое, что число подтверждённых преступлений, а отдельный инцидент ничего не говорит о целой группе. Проверять надо поступок, обстоятельства и доказательства. Если сообщения о преступлениях изменились, стоит выяснить, что именно выросло, за какой период и в расчёте на какое население. Иначе громкий эпизод легко становится «доказательством» общего характера людей, к нему не причастных.

Данные не заменяют человеческого опыта. Нина может справедливо сказать: «Я отправила десять резюме и не получила ответа». Таблица не отменит её разочарования. Но она поможет задать следующий вопрос: «Сколько соискателей получили ответ? Есть ли требования, которых не было в объявлении? Кто проводит собеседование? Можно ли получить короткий курс, чтобы соответствовать вакансии?» Такой вопрос оставляет возможность найти несправедливость — и одновременно не назначает виновных заранее.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.