

ТЕОРИЯ И ИСТОРИЯ СОЦИОЛОГИИ



DOI: 10.24290/1029-3736-2026-32-1-7-33

РОЛЬ СОЦИАЛЬНЫХ СТЕРЕОТИПОВ В УПРАВЛЕНИИ ПОВЕДЕНИЕМ ЛИЧНОСТИ (Окончание)*

Н.Г. Осипова, докт. социол. наук, проф., зав. кафедрой современной социологии, декан социологического факультета МГУ имени М.В. Ломоносова, Ленинские горы, 1, стр. 33, г. Москва, Российская Федерация, 119234**

Настоящая статья завершает цикл статей “Роль социальных стереотипов в управлении поведением личности” — в ней детально рассматриваются этнические стереотипы — коллективное, эмоционально окрашенное, обобщенное и упрощенное представление одной этнической группы о самой себе или о другой этнической группе, сложившееся главным образом на уровне обыденного сознания. В основе этнического стереотипа лежат предубеждения, сформированные на базе ограниченной информации об отдельных представителях какого-либо этноса, что обычно порождает соответствующие обобщения, заслоняющие их реальные индивидуальные качества. Автор выделяет общие черты, которые характерны не только для этнических стереотипов, но и для всех других разновидностей стереотипов: упорядоченность, простота и однозначность; консервативность и т.п. Однако этнические стереотипы, более чем их другие виды социальных стереотипов, отличает оценочность и предвзятость, а также устойчивость и относительная стабильность содержащейся в них информации. Существенным признаком этнических стереотипов является согласованность, схожесть представлений достаточно большого числа людей определенной социальной общности.

В статье описан механизм формирования и закрепления этнических стереотипов, их структура и функции. При этом подчеркивается, что главной функцией этнических стереотипов является функция защиты этнической идентичности, которая функция осуществляется посредством защиты этнических границ, предпочтения соплеменников пришельцам, базирующегося на усилении чувства солидарности со “своими” и чувства вражды по отношению к “иным”. На практике эта функция чаще всего имеет многовекторный характер.

Автор детально рассматривает два вида этнических стереотипов — автостереотипы и гетеростереотипы, а также выделяет факторы, обуслав-

* Начало в № 2 за 2025 г.

** **Осипова Надежда Геннадьевна**, e-mail: ngo@socio.msu.ru

ливающие их формирование и инвариантность, а также приходит к выводу о том, что этнические стереотипы оказывают как позитивное, так и негативное воздействие на межкультурную и межэтническую коммуникацию.

Однако в целом социум достаточно хорошо осведомлен о существовании этнических стереотипов, их порой изначально предвзятом характере и располагает апробированным набором средств по их преодолению. По мнению автора, это нельзя отнести к одному, относительно недавно вошедшему в научный оборот виду стереотипов, аккумулирующих заведомо ложные представления о действенности тех способов лечения или, что существенно чаще, — инструментов здоровьесбережения, которые активно внедряются в общественное сознание. Этот вид стереотипов, на базе конкретных примеров, также детально рассматривается в настоящей статье.

В заключении приводится алгоритм борьбы со стереотипами, которые на самом деле мало помогают в познании социальной реальности, а чаще — наносят ощутимый вред человеку и обществу, явно или скрыто участвуя в управлении поведением личности, подталкивают людей к принятию непродуманных решений или неадекватному, а порой — и социально опасному поведению.

Ключевые слова: этнические стереотипы, этническая идентичность, автостереотипы, гетеростереотипы, этнонационализм, стереотипы в медицине, стереотипы здоровьесбережения, способы преодоления стереотипов.

THE ROLE OF SOCIAL STEREOTYPES IN THE MANAGEMENT OF PERSONAL BEHAVIOR (Ending)

Osipova Nadezda G., Doctor of Sociological Sciences, Professor, Dean of the Faculty of Sociology, Lomonosov Moscow State University, Leninsky Gory, 1-33, Moscow, Russian Federation, 119234, e-mail: ngo@socio.msu.ru

This article completes the series of articles “The role of social stereotypes in managing personality behavior”. It examines in detail ethnic stereotypes — a collective, emotionally colored, generalized and simplified view of one ethnic group about itself or another ethnic group, formed mainly at the level of everyday consciousness. The ethnic stereotype is based on biases formed on the basis of limited information about individual representatives of an ethnic group, which usually generates appropriate generalizations that obscure their real individual qualities. The author identifies common features that are characteristic not only of ethnic stereotypes, but also of all other types of stereotypes: orderliness, simplicity and unambiguity; conservatism, etc. However, ethnic stereotypes, more than their other types of social stereotypes, are distinguished by their evaluative nature and bias, as well as the stability and relative stability of the information contained in them. An essential feature of ethnic stereotypes is the consistency and similarity of ideas of a sufficiently large number of people in a certain social community.

The article describes the mechanism of formation and consolidation of ethnic stereotypes, their structure and functions. At the same time, it is emphasized that the main function of ethnic stereotypes is the function of protecting ethnic identity, which is car-

ried out by protecting ethnic borders, preferring fellow tribesmen to newcomers, based on strengthening a sense of solidarity with “their own” and feelings of hostility towards “others”. In practice, this function is most often multi-vector in nature. The author examines in detail two types of ethnic stereotypes — autostereotypes and heterostereotypes, and identifies the factors that determine their formation and invariance, and concludes that ethnic stereotypes have both positive and negative effects on intercultural and interethnic communication. However, in general, society is well aware of the existence of ethnic stereotypes, their sometimes initially biased nature, and has a proven set of tools to overcome them.

According to the author, this cannot be attributed to one type of stereotypes that has relatively recently entered scientific circulation, accumulating deliberately false ideas about the effectiveness of those methods of treatment or, more often, health-saving tools that are actively being introduced into the public consciousness. This type of stereotypes, based on specific examples, is also discussed in detail in this article. The conclusion provides an algorithm for combating stereotypes that actually do little to help in understanding social reality, but more often cause significant harm to a person and society, explicitly or covertly participating in managing personal behavior, pushing people to make ill-considered decisions or inappropriate, and sometimes socially dangerous behavior.

Key words: ethnic stereotypes, ethnic identity, autostereotypes, heterostereotypes, ethnonationalism, stereotypes in medicine, health-saving stereotypes, ways to overcome stereotypes.

Понятие “социальный стереотип” означает схематизированное, стандартизированное и, как правило, эмоционально окрашенное представление о социальном объекте, обладающее высокой устойчивостью. Существуют различные виды стереотипов, связанных с отдельными сферами социальной жизни. Самыми распространенными и наиболее обсуждаемыми из них являются гендерные стереотипы — устойчивые, эмоционально-оценочные представления об особенностях и поведении представителей разных полов, которым свойственна высокая степень единства и нормативность. Проводниками гендерных стереотипов являются такие социальные институты как религия, семья, образование, государство и т.п., а также СМИ. Во многом то же самое относится к еще одной разновидности социальных стереотипов, а именно — этническим стереотипам, которые имеют исторические корни, выполняют различные функции и широко распространены в современном мире.

Этнический стереотип — это коллективное, эмоционально окрашенное, обобщённое и упрощённое представление одной этнической группы о самой себе или о другой этнической группе, сложившееся главным образом на уровне обыденного сознания. В основе этнического стереотипа лежат предубеждения, сформированные на базе ограниченной информации об отдельных представи-

телях какого-либо этноса, что обычно порождает соответствующие обобщения, заслоняющие их реальные индивидуальные качества. Часто это опосредованные этнические представления, полученные из разнообразных вторичных источников, включая исторически накопленный опыт межэтнических контактов. Так, одной из причин появления этнических стереотипов ученые называют влияние рассказов первых путешественников, обращавших внимание на какие-либо странные черты облика или поведения встреченных ими “инородцев”, о которых изначально могло сложиться неполное или превратное представление.

Другой, более весомой причиной считаются отношения межэтнического взаимодействия, связанные с необходимостью более четко разграничивать “своих” и “чужих”.

Действительно, осознать специфику своей собственной этнической группы люди могли только через сопоставление ее с другими или же противопоставление им. Образ чужой этнической группы в сознании какого-либо этноса определялся, прежде всего, характером его собственных исторических взаимоотношений с этой группой. Там, где между двумя этническими группами складывались отношения сотрудничества и кооперации, вырабатывалась в основном положительная установка друг к другу, предполагающая терпимое отношение к существующим различиям. Там, где отношения между группами были далекими, не затрагивающими жизненных интересов, люди были склонны относиться друг к другу без враждебности, но и без особой симпатии с присутствием взаимного любопытства¹. В то же время, когда имели место столкновения с другими этническими группами, часто перерастающие в вооруженные баталии, начинали формироваться предубеждения, заранее клеймившие потенциальных врагов. Тем самым “является очевидным то, что появление этнических стереотипов носит исторический характер и основано на конкретных фактах”².

Как отмечают исследователи, этнические стереотипы являются важнейшим компонентом массового сознания, роль которого активизируется в условиях непосредственных или опосредованных межэтнических коммуникаций. Будучи, как правило, упрощенным образом или набором представлений о конкретной этнической группе,

¹ Золотарева Т.А. Влияние этнических стереотипов на становление личности и их функции // Международный научно-исследовательский журнал. 2020. № 12 (102). Ч. 4. С. 134–137.

² Корочкина П.С. Этнизация и способы формирования этнических стереотипов // Человек в мире культуры. 2017. № 2–3. С. 175–178.

они позволяют человеку с минимальным уровнем социальной рефлексии самопозиционироваться по отношению к своей и другим этническим группам в целом и к их отдельным представителям³. В этнических стереотипах, как правило, зафиксированы приоритетные оценочные суждения о психологических особенностях и поведении своей или другой этнической группы, ее моральных, умственных или физических качествах. Но в них также может присутствовать предписание к действию в отношении людей конкретной этнической принадлежности.

Для этнических стереотипов характерны общие черты, присущие любой разновидности социальных стереотипов.

Во-первых, упорядоченность, простота и однозначность: этнические стереотипы обобщают весь спектр информации о группе в единый образ, который дает односложную, однозначную оценку сообществу и его поведению, закрепляясь за представителями именно этой, а не иной группы.

Во-вторых, консервативность: этнические стереотипы усваиваются с раннего детства в процессе социализации личности, а многократное воспроизведение посредством различных источников (семья, система образования, СМИ) закрепляет их в сознании индивидов.

В-третьих, будучи идеальным конструктом социальности человека, этнические стереотипы являются элементами его сознания, но они вовсе не сводятся к “совокупности мифических представлений”, а имеют материальное выражение и всегда отражают некоторую объективную реальность, которую, пусть в искаженном и трансформированном виде, моделируют и организуют⁴.

Однако этнические стереотипы, более чем их другие виды социальных стереотипов, отличает оценочность и предвзятость: часто они проявляются не только в чувствах людей, что способно продуцировать различные аффективные реакции, но и в реальных действиях. Например, стереотип враждебности в отношении индивидов или групп определенной этнической принадлежности сопровождает соответствующая модель поведения — от оскорблений и физического насилия⁵ до межэтнического конфликта.

³ Реутов Е.В. Влияние украинского кризиса на этнические стереотипы россиян // Власть. 2015. № 6. С. 145–149.

⁴ Закирова А.Ж. Этнические стереотипы: к пониманию сущности // Вестник Томского государственного университета. Философия. Социология. Политология. 2025. № 83. С. 39–48.

⁵ Суходольская Н.П. Социальный стереотип в жизнедеятельности людей // Философия и общество. 2007. № 3 (47). С. 156.

Исследователи выделяют ряд значимых свойств, которыми обладают этнические стереотипы. Неотъемлемым признаком этнических стереотипов считается устойчивость и относительная стабильность содержащейся в них информации. Но при поступлении новых данных или при трансформации отношений между этническими группами содержание стереотипов может меняться, так как стереотипы основываются на эмоционально оценочной базе и зависят от пристрастий и настроений людей. Существенным признаком этнических стереотипов является согласованность, схожесть представлений достаточно большого числа людей определенной социальной общности⁶.

Как правило, этнические стереотипы имеют гораздо более долгую жизнь, чем факторы их породившие. Даже если в действительности уже нет ни реального прообраза стереотипа, ни, например, дезинформации, подпитывающей ложные представления, он продолжает бытовать в обществе не одно десятилетие⁷.

Важным свойством этнических стереотипов является их обусловленность внешним обликом индивида, несущим в себе информацию о его этнической принадлежности. На уровне обыденного сознания этот внешний облик чаще всего связывается с определенными психическими и поведенческими характеристиками этноса, на базе которых формируются устоявшиеся модели межэтнического общения.

Механизм формирования и закрепления этнических стереотипов исследователи описывают следующим образом. “У каждой культуры, у каждого народа есть свой способ категоризации и концептуализации мира в общем, и у каждого, в частности. У любого народа, любой нации имеются свои собственные представления об окружающем мире, о представителях иных культур. Впоследствии, мы повсеместно сталкиваемся с заранее сформированными представлениями о других культурах и их представителях, хотя в большинстве своем, не осознаем этого. Субъективное отношение к их коллективным и индивидуальным особенностям приписывается целой социальной группе, определяя свойства характера или манеру поведения. Данные, заранее принятые представления, и становятся стереотипами”⁸. Кроме того, “в процессе толкования поведенческих

⁶ Стефаненко Т.Г. Этнопсихология. М., 1999. С. 236–244.

⁷ Золотарева Т.А. Влияние этнических стереотипов на становление личности и их функции // Международный научно-исследовательский журнал. 2020. № 12 (102). Ч. 4. С. 134–137.

⁸ Манцаева А.Н., Батаева Д.Н. Этнические стереотипы в межкультурной коммуникации // Балтийский гуманитарный журнал. 2019. Т. 8. № 2 (27). С. 218.

реакций представителя одной культуры представителями другой, содержание ассоциативных признаков в большинстве своем обусловливается стереотипными представлениями каждой из сторон о другой — это представления об образе жизни, обычаях, традициях, нравах, привычках, этнических и культурных признаках народа. Базой подобных взглядов становятся упрощенные информационные потоки, утрирующие сходство качеств между определенной группой людей, игнорирующие их различия”⁹.

Этнические стереотипы имеют структуру, а также выполняют целый ряд функций. В структуре этнических стереотипов выделяют ядро — относительно устойчивые представления о внешнем облике представителей этноса, его историческом прошлом, особенностях образа жизни, трудовых навыках, образующих в совокупности когнитивный компонент этнического стереотипа. В структуре этнического стереотипа также присутствует ряд изменчивых суждений относительно коммуникативных и моральных качеств данного этноса, т.е. его инвариантная часть, когда вместе с меняющейся ситуацией в отношениях между государствами или территориями, на которых проживает та или иная этническая общность, трансформируются и отдельные суждения о ней.

Кроме того, в структуре этнического стереотипа выделяют ценностный компонент, который обычно включает в себя эмоции, чувства симпатии или антипатии к реальному или символическому объекту, этносу, его представителям, культуре¹⁰. В совокупности эти компоненты подразумевают или определяют модель поведения, специфический характер действий, совершаемых или не совершаемых индивидом относительно представителей той этнической группы, в отношении которой и был сформирован стереотип. Определенная модель поведения может воплощаться в доброжелательном или враждебном отношении, ожидании тех или иных поступков, а также задает характер взаимодействия с представителями данного этноса¹¹.

Этнические стереотипы выполняют ряд функций — коммуникативную, социальной причинности, познавательную, информационную и ориентирующую.

⁹ Манцаева А.Н., Батаева Д.Н. Указ. соч. С. 219.

¹⁰ Шихирев П.Н. Современная социальная психология в Западной Европе. М., 1985. С. 170.

¹¹ Закирова А.Ж. Этнические стереотипы: к пониманию сущности // Вестник Томского государственного университета. Философия. Социология. Политология. 2025. № 83. С. 39–48.

Посредством коммуникативной функции этнический стереотип задает характер коммуникативного процесса, складывающегося между представителями разных этносов. Коммуникативная функция этнических стереотипов служит для осуществления обмена информацией между резидентами “своего” сообщества (помогая распознать “своего” из числа “чужих” и “чужого” среди “своих”), а также прогноза поведения иноэтнического собеседника в межкультурном общении. Эта функция опирается на поведенческий компонент этнической идентичности, который представляет собой реальный механизм поведения в различных ситуациях внутригруппового и межгруппового взаимодействия. В основном он обнаруживается, когда отличия между своей и чужими этническими группами делаются зримыми и существенными для индивида и он начинает реагировать на других людей с позиций своего группового членства, а не с позиций своей личности.

За счет функции социальной причинности этнические стереотипы могут выступать оправданием действий, совершаемых или планируемых против определенных этнических групп. Особую остроту этнические стереотипы приобретают в контексте миграции, когда к культурным аспектам добавляются политические и экономические факторы¹².

Познавательная функция этнических стереотипов базируется на когнитивном компоненте этнической идентичности — это знание этнодифференцирующих признаков, позволяющих конструировать у индивида представление о каком-либо этносе и о своем отношении к нему. Точное понимание этнодифференцирующих свойств предоставляет вероятность наиболее непосредственно почувствовать взаимосвязь с собственным этносом. Объективными признаками, позволяющими ощутить принадлежность к этнической группе, являются антропологические (внешность), место рождения и проживания, язык и др. Не менее значимыми, а зачастую даже и более значимыми, выступают для индивида такие этнодифференцирующие признаки как культурные ценности (верования, обычаи, традиции, историческая память и многое другое)¹³.

Этнические стереотипы, выполняя информационную функцию, также представляют первичную, правдивую или ложную, ин-

¹² Дмитриев А.В. Стереотипизация мигрантов как социальная проблема // Власть. 2014. № 11. С. 27.

¹³ Золотарева Т.А. Влияние этнических стереотипов на становление личности и их функции // Международный научно-исследовательский журнал. 2020. № 12 (102). Ч. 4. 134–137.

формацию о каком-либо этносе. Данная функция может быть также названа адаптивной, поскольку, предлагая первичную информацию в короткие сроки, стереотипы ускоряют процессы адаптации к условиям окружающей среды. Стереотипы позволяют упрощать и интерпретировать информационные потоки, что особо актуально в современных условиях в контексте развития информационного общества, когда информации настолько много, что индивиду крайне сложно в ней ориентироваться. В данной ситуации стереотип выступает как упрощенный образ группы, позволяющий определить в кратчайшие сроки отношение к представителям народа, выбрать определенную модель поведения¹⁴. Эту функцию дополняет функция передачи относительно достоверной информации, основанная на процессе обобщения, возникающем в результате наблюдения за поведением и образом мыслей представителей другой этнокультурной группы.

Ориентирующая функция стереотипов позволяет с помощью стереотипизации строить упрощенную матрицу окружающего мира, благодаря которой формируется дифференциация людей по группам на основе стереотипных признаков, что позволяет ожидать от них определенного поведения и разделить социальное окружение на обозримые и понятные группы, упростив сложность незнакомо-го культурного окружения¹⁵.

Но, и это важно подчеркнуть, главной функцией этнических стереотипов является функция защиты этнической идентичности или идентифицирующая функция. Эта функция осуществляется посредством защиты этнических границ, предпочтения соотечественников (соплеменников) пришельцам (например, мигрантам), базирующегося на усилении чувства солидарности со “своими” и чувства вражды (подчас непримиримой) по отношению к “иным” (этническим группам)¹⁶. Другими словами, имеет место процесс создания и сохранения положительного образа “мы”, хотя часто его результатом является внутригрупповой фаворитизм, заключающийся в исключительно благоприятном, даже протекционистском отношении к собственной этнической группе и ее членам, что при-

¹⁴ Чеснокова Л.В. Стереотипы в межкультурной коммуникации // Концепт: науч.-метод. электрон. журн. 2015. № 4. С. 91–95. URL: <http://e-koncept.ru/2015/15107.htm> (Дата обращения: 07.08.2025).

¹⁵ Синицына Т.А. О роли стереотипов в межкультурной коммуникации // Актуальные вопросы современной лингвистики. Материалы научно-практической конференции, посвященной 85-летию МГОУ и 70-летию ИЛиМК. М., 2017.

¹⁶ Старченко В.В. Этнические стереотипы в межэтническом взаимодействии в поликультурном регионе // Наука и современность. 2016. № 49. С. 45.

водит к ущемлению интересов или даже прав представителей других этнических групп.

На практике эта функция чаще всего имеет многовекторный характер. Так, вектор является позитивным, если этнические стереотипы содействуют сохранению традиционной системы ценностей как по отношению к своему сообществу, так и по отношению к сообществам “других”. Конструктивная роль здесь отводится позитивной этнической идентичности, которая выражается в положительных чувствах и установках, удовлетворенности человека членством в своей этнической группе, гордостью за свой этнос¹⁷. Для этнической идентичности по типу “нормы” также характерна высокая толерантность и стремление к межэтническим контактам. Однако здесь важным обстоятельством является сохранение единства и неповторимости этнической общности в этнокультурном многообразии мира¹⁸.

Отклонения от “нормальной” этнической идентичности могут осуществляться в виде этнической индифферентности, или в виде гипоидентичности или этнонигилизма. Индивиды, у которых самосознание трансформировалось по типу гипоидентичности, характеризуются тем, что их этнонигилистические тенденции отражают неготовность сохранять и поддерживать собственные этнокультурные ценности, выражаются в ощущении этнической неполноценности, ущемленности, стыда за представителей своего этноса, в некоторых случаях негативизма по отношению к ним, а также сложностях в общении¹⁹.

Исследователи выделяют два вида этнических стереотипов — автостереотипы (в некоторых источниках — аутостереотипы) и гетеростереотипы. К автостереотипам относят совокупность суждений, оценок о собственной этнической общности, которые в основном имеют положительную эмоциональную окраску. Комплекс суждений о других народах, которые в зависимости от опыта взаимодействия могут быть и позитивными, и негативными, называются гетеростереотипами.

Особенностью этнических автостереотипов является стремление этнической общности внести в их содержание нечто от идеала,

¹⁷ Золотарева Т.А. Влияние этнических стереотипов на становление личности и их функции // Международный научно-исследовательский журнал. 2020. № 12 (102). Ч. 4. 134–137.

¹⁸ Там же.

¹⁹ Муха В.Н., Литовка В.А. Теоретические аспекты практик поддержания этнической идентичности // Международный научно-исследовательский журнал. 2016. № 12–4 (54). С. 151–153.

подчеркнуть наиболее самобытные черты национального характера. Поэтому, автостереотипы могут привести к этноцентризму — сознательному и бессознательному предпочтению своего народа и своей культуры перед чужими. Иногда среди этнических автостереотипов встречаются и отрицательные оценки, но в целом они имеют сбалансированность положительных и отрицательных элементов. При формировании автостереотипа большую роль играет история этноса, включающая информацию об исторических событиях и национальных героях. Кроме того, на формирование автостереотипов влияют фольклор, мифы, легенды, а также особенности культуры народа: искусство, народное творчество, традиции, обычаи, религия²⁰.

Как утверждают исследователи, исторически первым вербальным выражением автостереотипа англичан является Джон Буль, ироничный образ-персонификация которого существует с начала XVIII в. В течение веков этот образ эволюционировал, пройдя несколько этапов в своем развитии, превратившись из простоватого фермера в темно-желтом жилете и синем сюртуке в мелкопоместного дворянина — сквайра. На передней части его жилета, подчеркивающего выпирающее брюшко, изображен британский флаг. Психологический портрет Джона Буля был дан американцем — романистом В. Ирвингом — это простой, открытый, честный, лишенный фантазии, скорее прозаически, нежели романтически настроенный человек. Ему свойствен юмор, а не остроумие. Его нельзя назвать веселым, но он всегда находится в хорошем расположении духа. Для него не характерна замкнутость, мрачность, угрюмость, правда, иногда он бывает раздражительным. Его легко можно расстрогать до слез и довести до смеха. Ему не присущи сентиментальность и галантность. Он может быть прекрасным собутыльником в том случае, если ему позволяли шутить и говорить только о себе. Он всегда заступится за друга в ссоре и выручит его деньгами, несмотря ни на какие угрозы. Джон Буль всегда пользовался популярностью у своих соотечественников, но поистине он прославился благодаря комедийной пьесе Бернарда Шоу “Другой остров Джона Буля”, созданной в 1912 г. И вскоре это имя стало олицетворением Великобритании вообще и Англии в частности²¹.

²⁰ Закирова А.Ж. Этнические стереотипы: к пониманию сущности // Вестник Томского государственного университета. Философия. Социология. Политология. 2025. № 83. С. 39–48.

²¹ Смотри подробнее: Миньяр-Белоручева А.П., Покровская М.Е. Этнические стереотипы в англоязычном пространстве: визуальные образы персонификации

Первым автостереотипом американцев был брат Джонатан — вымышленный персонаж, ставший воплощением Соединенных Штатов Америки после окончания Войны за независимость. Несмотря на то, что на политических карикатурах и патриотических плакатах его изображали как типичного американского революционера в треуголке и длинной военной форме, имя Джонатан ассоциировалось с жителями глубинки, занимавшимися сельским хозяйством.

В период наполеоновских войн 1812–1815 гг. в США было создано словосочетание “дядя Сэм”, имеющее, согласно традиции, непосредственное отношение к мяснику Сэмюэлю Уилкинсу, который поставлял провиант на нью-йоркскую военную базу, маркируя бочки с мясом буквами U.S., имея в виду Соединенные Штаты. Затем именем “дядя Сэм” все чаще стали называть образ, известный как “брат Джонатан”. Гражданам СССР был широко знаком по карикатурам визуальный образ “дяди Сэма”, созданный художником Т. Настом, — немолодой человек с тонкими чертами лица, с тонкой бородкой, в цилиндре, раскрашенном в цвета американского флага, в синем фраке и полосатых панталонах²².

Содержание этнических гетеростереотипов определяется тремя группами факторов:

- 1) спецификой стереотипизируемой группы, т.е. особенностями этнической группы, закрепленными в культуре и обыденном сознании ценностями, выработанными в ходе общественно-исторического развития;
- 2) социально-политическими и экономическими условиями развития этнических групп и особенностями взаимоотношений между ними, сложившимися на данный момент;
- 3) длительностью и глубиной исторических контактов с другими этносами.

Гетеростереотипы как типичное, устоявшееся описание чужого этноса хорошо отражаются в таких суждениях как, например, “галантность французов”, “чопорность англичан”, “пунктуальность немцев”. Подобные суждения настолько укоренились в общественном сознании, что можно говорить об этнической типичности, выраженной через определенный набор характеристик, которые далеко не всегда соответствует истине.

Этнические гетеростереотипы могут формироваться также на основе ассоциации народа с конкретным животным, например,

и вербальные образы-антропонимы // Вестник московского университета. Серия 14. Психология. 2013. № 1 С. 52–65.

²² Смотри подробнее: Миньяр-Белоручева А.П., Покровская М.Е. Указ. соч.

русских с медведем, испанцев с быком, американцев с орлом, индийцев — со слоном. Подобные устойчивые стереотипы связаны с длительным процессом межкультурного взаимодействия народов друг с другом, они наследуются, передаются из поколения в поколение и отличаются особой живучестью²³.

Однако устойчивость этнических стереотипов не является абсолютной. Они способны с течением времени постепенно трансформироваться, преломляя в своем содержании существенные перемены в облике объекта стереотипизации. Этнические стереотипы также могут меняться в зависимости от изменения характера межэтнических отношений, с сокращением или учащением межэтнических контактов. Социально-культурный, политический, экономический контекст, текущие условия и обстановка, новые события и явления непосредственно влияют на процессы этнической стереотипизации.

Кроме того, динамика изменения этнокультурных стереотипов в основном определяется двумя факторами. Во-первых, тем, что скорость обновления информации становится более быстрой, особенно в электронно-цифровую эпоху: каждый день человек получает поток информации посредством интернета, книг, журналов и рекламы и т.д. Во-вторых, на отношение между странами влияет политика: так, восприятие китайцев русскими сильно изменилось в связи с развитием социально-политических процессов.

Например, сравнение результатов исследований “Китайцы глазами русских”, проведенного ФОМ в 2007 г., и данных, полученных другим исследователем в 2017 г., показало следующее.

Этнокультурные стереотипы включают положительную и отрицательную оценку китайского народа, однако положительные качества упоминаются примерно в 80% случаев (%): трудолюбивые (26/50)²⁴, мудрые (5/10), целеустремленные (4/16), сдержанные (3/16), дисциплинированные (2/20), ответственные (2/6). В числе отрицательных качеств: хитрые (4/6), нечистоплотные (1/4). Данная группа составляет ядро содержания стереотипа о китайцах.

Многочисленность (%) (5/6) представляет собой постоянный признак, входящий в содержание стереотипа о китайцах. Таким же постоянным признаком является и маленький рост. Периферия содержания стереотипа представлена характеристиками китайцы лю-

²³ См.: Шишова Н.В., Волкова Д.В., Новиков А.Ю., Тончий И.В. Культурология. Словарь-справочник. Ростов н/Д., 2009.

²⁴ Первая цифра означает процент всех ответов в 2007 г., вторая — процент ответов в 2017 г.

бят здоровый образ жизни, китайцы не бросают родину, китайцы чтут традиции и т.д.

Интересным моментом является то, что в 2017 г. испытуемые упомянули такое качество китайцев, как шумные (18%). Безусловно, это связано с тем, что межкультурная коммуникация становится более интенсивной и русские все ближе знакомятся с особенностями обыденного поведения китайского народа²⁵.

На стереотипы могут влиять и возрастные параметры, а также аккумуляция социального опыта. В данной связи интерес представляют исследования, касающиеся восприятия “типичного американца” россиянами разных поколений. Так, для американцев, по мнению более молодых россиян, типичными являются следующие черты: стремится к успеху; обладает чувством собственного достоинства; деловитый; прогрессивный; эмоциональный; предприимчивый; энергичный, конкурирующий; адаптирующийся, гордый; независимый; трудолюбивый. В группе двадцатилетних посчитали, что меньше всего, из предложенного списка качеств, американцам свойственна подавленность²⁶.

По мнению более взрослых россиян, типичный американец обладает чувством собственного достоинства, стремится к успеху, прогрессивный, конкурирующий, оптимистичный, деловитый, гордый, независимый. Респонденты старше сорока лет считают, что американцам не хватает терпения. Таким образом, стереотипные представления о национальном характере американцев у двух разных поколений россиян очень похожи. Различий в том, как представляют себе личность и характер типичного американца и типичного русского респонденты разного возраста не много. Эти представления скорее согласуются, чем противоречат друг другу. Хотя, важно отметить, что эти тенденции статистически нельзя назвать достоверными, они требуют дальнейшего исследования²⁷.

Следует отметить, что этнические стереотипы оказывают как позитивное, так и негативное воздействие на межкультурную и межетническую коммуникацию.

²⁵ См. подробнее: Чжан Ж. Устойчивость и вариативность содержания этнокультурных стереотипов (на материале ассоциативного эксперимента “китайцы глазами русских”) // Вестник РУДН. Серия: Вопросы образования. Языки и специальность. 2018. Т. 15. № 1. С. 59–66.

²⁶ Углова Т.В., Алеева Ю.А., Беляева Т.Б. Стереотипные представления о типичном русском и типичном американце у россиян разных поколений // Вестник Новгородского государственного университета. 2017. № 4 (102). С. 109.

²⁷ Углова Т.В., Алеева Ю.А., Беляева Т.Б. Указ. соч. С. 112.

С одной стороны, этнические стереотипы способствуют закреплению традиций и привычек, выступают как средство защиты психического мира личности или как средство ее самоутверждения. При соответствующих социально-политических условиях активизируется эффективное влияние этнических стереотипов на консолидацию этнической группы, психологическое единение ее членов. Будучи одним из эффективных психологических регуляторов межэтнических отношений, этнические стереотипы отражают содержание и динамику этих отношений, выступают чутким индикатором их состояния, диагностируют возникновение напряженности во взаимоотношениях, либо указывают на их стабильность и благополучность.

В частности, исследователями было установлено, что стереотипное представление субъекта об особенностях различных народов влияет на характер суждений о человеке и поведении в отношении него. Однако, чем больше он взаимодействует с этническими группами, к которым принадлежат оцениваемые им люди, тем реже выносит стереотипные суждения и тем адекватнее, осознаннее дает им характеристики. Под влиянием различных форм совместной деятельности и эмоционально насыщенного общения на равных началах изменяется характер взаимоотношений, что, в свою очередь, приводит к ослаблению или изменению социальных стереотипов и влияет на вектор оценочных суждений²⁸.

С другой стороны, исследования показывают, что большую часть — 60% составляют отрицательные стереотипы, не всегда соответствующие действительности, а положительные и нейтральные (30% и 10% соответственно)²⁹. Основная опасность этнических стереотипов состоит в том, что они способствуют появлению национальных предрассудков — неоправданно негативного мнения и отношения к чужому этносу или отдельным его членам, склонность негативно действовать по отношению к его представителям. Предрассудки в свою очередь провоцируют дискриминацию, которая предполагает осуждение и предубеждение против человека исключительно на основе его идентификации с определенной этнической группой. Предубеждение — это негативная, неблагоприятная установка к группе или ее индивидуальным членам, которая

²⁸ Закирова А.Ж. Этнические стереотипы: к пониманию сущности // Вестник Томского государственного университета. Философия. Социология. Политология. 2025. № 83. С. 39–48.

²⁹ Манцаева А.Н., Батаева Д.Н. Этнические стереотипы в межкультурной коммуникации // Балтийский гуманитарный журнал. 2019. Т. 8. № 2 (27). С. 221.

вытекает больше из внутренних процессов своего носителя, чем из фактической проверки свойств группы, о которой идет речь. Отсюда следует, что речь идет об обобщенной установке, ориентирующей на враждебное отношение ко всем членам определенной этнической группы, независимо от их индивидуальных качеств. Иррациональность предубеждения состоит не только в том, что оно может существовать независимо от личного опыта, оно даже противоречит ему. Когда люди объясняют свое враждебное отношение к какой-либо этнической группе, они обыкновенно называют какие-то конкретные отрицательные черты, свойственные, по их мнению, данной группе. Однако те же самые черты, взятые безотносительно к данной группе, вовсе не вызывают отрицательной оценки или оцениваются гораздо мягче.

Этнические предубеждения существенно ограничивают сферу общения между представителями разных этнических групп, вызывают настороженность с обеих сторон или же отчужденность, что, в свою очередь, затрудняет контакты и порождает новые недоразумения³⁰, которые приводят к явному ущемлению интересов определенных этнических групп или же к откровенной их дискриминации, особенно, если последние находятся в меньшинстве.

Ученые доказали, что важную роль в процессе этнической стереотипизации играют средства массовой информации. И хотя воздействие СМИ оценивается преимущественно как “потенциальное”, при определенных обстоятельствах оно может усилить ложные этнические установки.

Так, исследования С.Л. Макаровой показали, что в прессе утверждение негативных этнических стереотипов происходит с помощью сообщений специально отобранных фактов о жизни этносов; распространения этнических образов; конструирования негативных этнических идей; создания конфликтной мифологии о прошлом, настоящем и будущем этноса; использования конфликтной лексики и провоцирующих изображений³¹. Другие, хотя и более ранние исследования показали, что этнические меньшинства в СМИ всегда “представлены как проблема”. В частности, такие авторы как П. Хартман и С. Хазбенд предположили, что “если у человека по каким-либо причинам уже сформировалось негативное восприятие

³⁰ См. об этом: Кон И.С. Психология предрассудка (О социально-психологических корнях этнических предубеждений // Новый мир. 1966. № 9.

³¹ Макарова С.Л. Язык вражды и конструирование “образа врага” в центральных и нижегородских СМИ // Язык современных СМИ: проблемы языковой культуры: материалы круглого стола “Язык СМИ”. Н. Новгород, 2004. С. 54.

какой-либо этнической группы, то он найдет в СМИ массу материала, подтверждающего или усиливающего данное представление”³².

В целом ученые выявили, что проблема этнических меньшинств, так, как ее трактуют СМИ, основана на узких и часто необоснованных стереотипах. Не обязательно следует то, что этот факт обязательно усиливает “расистские” установки, но, в то же время, абсолютно ничего не делается для того, чтобы их изменить”³³. Таким образом, введение этнических стереотипов в публичный дискурс может привести к спонтанным или управляемым коллективным действиям в широком диапазоне конвенциональности — от отстаивания прав или усиления влияния отдельных этносов до этнических чисток.

Как правило, этнические стереотипы редко проявляются на поведенческом уровне при отсутствии явной враждебности в отношениях между группами, но в условиях напряженности или конфликта эти же стереотипы становятся определяющими детерминантами, которые слабо поддаются модификации и управлению. Они ужесточаются, заостряются и начинают играть доминирующую роль в реальном поведении индивидов, вплоть до откровенной враждебности. Тогда и активизируется еще одна, а именно — мобилизационная функция этнических стереотипов, а сами они начинают играть более существенную роль в нарастании межэтнической и даже просто социальной напряженности.

Стереотипизированное мышление подвергает объективную действительность произвольной селекции, “сложные причинно-следственные связи заменяются простым, примитивным и инфантильным объяснением, апеллирующим к эмоциональной сфере”³⁴. Они в значительной степени способствует усилению архаичных элементов массового сознания, дихотомического деления мира на “своих” и “чужих”, что, в свою очередь ведет к политизации этничности и усилению этнонационалистических настроений.

Этнический национализм (этнонационализм) основан на убеждении в том, что нация является высшей формой этнической общности, имеющей исключительное право на государственность, включая институты, ресурсы и культурную систему”³⁵. В свою

³² Hartmann P., Husband C. *Racism and the Mass Media*. L., 1974.

³³ Осипова Н.Г. *Социология массовой коммуникации: учебник*. М., 2025. С. 158–191.

³⁴ Садохин А.И. *Этносоциология*. М., 2001. С. 251.

³⁵ Тишков А.А. *Национализм* // Новая философская энциклопедия: В 4 т. М., 2001. Т. 3. С. 39.

очередь, этнический национализм может носить культурный характер, если нацелен на сохранение целостности и самобытности определенной этнической общности, пропаганду ее исторического наследия, и не содержит негативной направленности против представителей других этносов или призывов к культурной изоляции. Если же имеет место так называемая “политизация этничности” или “этнизация политики”, т.е. процесс существенного повышения значимости в политике или политическом управлении этнического фактора³⁶, то этнонационализм получает выраженный политический характер. Как свидетельствует историческая практика, обычно этнические группы борются за ценности, которые формируют материальные и статусные позиции политических субъектов. Это контроль над территорией, доступ к участию в процессе принятия решений в рамках государственной системы или, напротив, за политическую автономию³⁷.

Очень часто политически ориентированный этнонационализм направлен не только на экспансию представителей одной этнической группы в сферу государственной власти и управления³⁸, но и на укрепление шовинистских и расистских идеологем, создание неонацистских конструкторов. Ярким примером тому служит украинский национализм праворадикального толка, характерными чертами которого “всегда были приоритет интересов украинской нации, русофобия, антикоммунизм, антилиберализм, культ силы. При этом для всех украинских радикал-националистов характерны этническая трактовка нации, стремление к созданию моноэтничного Украинского государства, негативное отношение к России и русским”³⁹.

На наш взгляд, не нуждается в доказательстве факт, что с этническими стереотипами необходимо целенаправленно и систематически бороться. Активное межэтническое общение, совместная деятельность помогают разрушать этнические стереотипы, хотя и не всегда. Лучшее средство — создание благоприятной информационной среды — людям важно понимать, в чем особенности каждой культуры, откуда берут истоки народные традиции и нра-

³⁶ *Баршитолец К.П.* Этничность и политика (некоторые тенденции и результаты развития современных прикладных исследований) // Вестник Московского университета. Серия 18. Социология и политология. 1999. № 4. С. 4.

³⁷ *Essman M.J.* Ethnic Politics. L., 1994; *Horowitz D.L.* Ethnic Groups in Conflict. Berkeley, 1985; *Gurr T., Harff B.* Ethnic Conflict in World Politics. N.Y., 1994.

³⁸ *Тишков А.А.* Национализм // Новая философская энциклопедия: В 4 т. М., 2001. Т. 3. С. 40.

³⁹ *Работяжев Н.В.* Правый радикализм на Украине: история и современность // Проблемы постсоветского пространства. 2020. Т. 7. № 4. С. 516.

вы, а также то, что “у каждого народа есть достойные и даже выдающиеся представители”⁴⁰. В то же время следует отметить, что активная деятельность со стороны государства и его институтов по нивелированию этнических стереотипов имеет достаточно положительные результаты — далеко не каждый человек в своем поведении руководствуется стереотипными этническими представлениями, большинство предпочитает опираться на опыт личных контактов с представителями тех или иных этносов. В целом социум достаточно хорошо осведомлен о существовании этнических стереотипов, их порой изначально предвзятом характере и располагает апробированным набором средств по их преодолению.

К сожалению это нельзя отнести к одному, относительно недавно вошедшему в научный оборот виду стереотипов, — медицинских стереотипов, — ложных представлений о действенности тех способов лечения или, что существенно чаще — инструментов здоровьесбережения, которые активно внедряются в общественное сознание представителями как медицинского сообщества, так и другими заинтересованными организациями псевдомедицинского или иного профиля.

Причина в том, что многих врачей не интересует глубокое изучение медицины, им просто хочется заниматься медициной, прилагая к этому минимум усилий. Поэтому они с готовностью принимают любые новые рекомендации, публикуемые медицинскими сообществами или официальными организациями здравоохранения, которые выработаны на “базе научных исследований”. Но проблема заключается в том, что ученые часто подгоняют выводы исследований под собственные мысли о том, что должна (или не должна) показать их работа. Или, что еще хуже, выводы искажаются из-за требований крупных фармацевтических или пищевых корпораций, финансировавших исследование⁴¹. Более того, достаточно широко распространена практика проведения псевдонаучных исследований, выводы которых по определению не могут быть достоверными⁴². Так о том, что результаты и выводы какого-либо исследования, выдаваемого за научное, являются сомнительными, свидетельствует наличие следующих признаков:

⁴⁰ Золотарева Т.А. Влияние этнических стереотипов на становление личности и их функции // Международный научно-исследовательский журнал. 2020. № 12 (102). Ч. 4.

⁴¹ См. подробнее: *Berry K. Lies my doctor told me. Medical myths that can harm your health.* N.Y., 2019.

⁴² *Осипова Н.Г. Социология.* М., 2024. С. 178.

1) объявление какой-либо факта истиной, без учета тех данных, которые свидетельствуют против него;

2) наличие слишком общих и крайне неопределенных утверждений, содержание которых, в силу этого, не может быть ни подтверждено, ни опровергнуто;

3) постоянное обращение к “недавним исследованиям” или использование словосочетания “ученые говорят...”, без указания на конкретное исследование или на фамилии тех ученых, высказывания которых используются⁴³.

Более того, пациент получает помощь только от тех инструментов, которые известны врачу и которые тот решает применить, поскольку любой доктор использует инструменты, с которыми ему комфортнее всего работать. Эти врачи не считают каждого пациента уникальной личностью и не ищут новые (или старые) инструменты, которые могут работать лучше, чем нынешние.

Медицинская ложь обычно не начинается как ложь, но именно так родились некоторые мифы, довольно быстро превратившиеся в устойчивые и широко распространенные представления, т.е. стереотипы. Суть в том, что когда эксперт говорит медицинскую ложь — будь то врач, или представитель известного медицинского сообщества, — пациенты обычно слепо ей верят. А потом повторяют и повторяют ее еще многие годы — даже после того, как эксперты уже ее опровергли и перестали распространять сами. Эксперты очень редко заявляют, а практически никогда не заявляют публично о своей неправоте, когда их высказывания опровергаются дальнейшими исследованиями. Они просто перестают распространять информацию, ставшую ложной, и продолжают карьеру, словно ничего не случилось⁴⁴.

Так, «мы привыкли верить, что чеснок укрепляет иммунитет, а антибиотики губят все живое, что глютен — это яд, а поливитамины (или пищевые добавки) — панацея, нас приучили к тому, что ежедневно надо проходить десять тысяч шагов и выпивать восемь стаканов воды. Социальные сети внедрили в сознание новые стереотипы “красоты” или “здорового образа жизни”»⁴⁵, — пишет отечественный исследователь А. Сазонов.

⁴³ *Taverne D. The March of Unreason. Science, Democracy and the New Fundamentalism. N.Y., 2006. P. 143.*

⁴⁴ *Berry K. Lies my doctor told me. Medical myths that can harm your health. N.Y., 2019.*

⁴⁵ *Сазонов А. Опровергая мифы о медицине. Вся правда о нашем организме. М., 2022. С. 2.*

Чаще всего лукаво манипулируют информацией в так называемой “науке о питании”, которую неправомерно отождествляют с “медициной” и которую около ста лет продвигает пищевая промышленность с главной целью — повышения прибыли⁴⁶. Результатом таких весьма изощренных манипуляций являются широко распространенные представления, которые хотя и возводятся в ранг научных рекомендаций — на самом деле и представляют собой довольно примитивные и заведомо ложные стереотипы, причиняющие серьезный вред как индивидуальному, так и социальному здоровью.

Одним из таких стереотипов является необходимость (правильность) питания по “гемокоду”, т.е. соответствии с группой крови, что предполагает полное исключение из рациона целой группы продуктов и активное включение другой, существенно меньшей группы. По сути, идет сравнение невероятно сложно устроенного и пока еще недостаточно изученного человеческого организма с автомобилем, который будет плохо ехать, если его заправить бензином не той марки.

На стереотипах основана практика отождествления вегетарианства и здорового питания, поскольку “продукты растительного происхождения содержат больше полезных веществ, чем животные продукты и они лучше усваиваются человеческим организмом и содержат много клетчатки”. Однако клетчатка в больших количествах может ухудшить усвоение некоторых витаминов и минералов, вызывать чрезмерное образование газов, боли в животе и т.п.

Еще одним стереотипом является необходимость “разгрузочных” дней, которые представляются как выгодный и удобный способ похудеть и оздоровиться, если всего один день в неделю ограничить себя в еде или просто от нее отказаться. Однако “с точки зрения физиологии разгрузочный день — это злостное и, что хуже всего, — систематическое нарушение режима питания, в результате которого повышается риск возникновения гастрита, колита, понижается рефлекторная выработка пищеварительных соков к определенному времени”⁴⁷.

Однако самых часто встречающимися стереотипами в этой области являются стереотипы о необходимости “постоянного поддержания водного баланса” и “калориях”, на которых основаны практически все модные в настоящее время “диеты”.

⁴⁶ Медицина или медицинская наука основана на научном методе, который включает в себя наблюдения, гипотезы проверки, выводы и осторожное применение результатов (с их постоянной перепроверкой).

⁴⁷ Сазонов А. Указ. соч. С. 244.

Суть первого такова: “для того, чтобы организм не страдал от обезвоживания, необходимо выпивать не менее восьми стаканов воды в день, иначе возникнут проблемы со здоровьем”. Важность регулярного приема воды настолько возводится в степень, что помощь “забывчивым” созданы специальные мобильные приложения, которые ведут подсчет выпитым стаканам и напоминают о том, что “настало время пить воду”. Как отмечают исследователи, в этом случае совершенно игнорируется такой механизм саморегуляции водного баланса организма как жажда. Этот миф (кусочек истины) родился в США в 1945 г., когда Совет по продовольствию опубликовал рекомендации, согласно которым мужчинам следовало получать 2,5 литра воды в день, а женщинам — 2 литра. Однако в рекомендациях говорилось о том, что часть этой необходимой организму воды человек получает с продуктами питания и другими жидкостями. Но в массовом сознании эта информация не отразилась, а отпечаталось только восемь стаканов воды, хотя избыток воды никому на пользу не идет⁴⁸.

Стереотип “о калориях” задает стандарты ежедневного потребления определенного количества калорий для того, чтобы достичь или поддержать параметры “идеального веса”, причем тот факт, что продукты, имеющие равную калорийность, совершенно по-разному усваиваются организмом в расчет не принимаются. Как, впрочем, и другие важные особенности человеческого организма. Однако “никакими способами и уловками нельзя заставить организм тратить больше калорий, чем это необходимо, поскольку организм — это во многом саморегулирующаяся система. Невозможно добиться того, чтобы организм увеличил расход энергии, не имея в этом надобности”⁴⁹.

Примерами до сих пор бытующих, но уже давно научно опровергнутых стереотипов являются стереотипы о вреде “глютена” и “холестерина”.

Как отмечают специалисты, «если бы все, что говорится о глютене (который содержится в пшеничной муке) было бы правдой, то у каждого человека неизбежно бы развивался энтероколит — одновременное воспаление слизистой оболочки тонкой и толстой кишок, с того момента, когда ребенок переходит от грудного вскармливания к манной каше. Тем не менее, все то, что говорят противники глю-

⁴⁸ Там же. С. 231–233.

⁴⁹ См. подробнее: *Бронникова С.* Интуитивное питание: как перестать беспокоиться о еде и похудеть. М., 2020; *Попова М.* Темная сторона ЗОЖ. Как не заболеть, пытаясь стать здоровым. М., 2020.

тена, характерно для заболевания, которое называется “целиакией” или “мучной болезнью” и встречается в развернутом виде примерно у 05 — 1% населения нашей планеты»⁵⁰.

Если говорить о холестерине, то давно принято считать, что “холестерин — виновник всех бед”. Несмотря на то, что холестерин выполняет целый ряд важнейших функций в организме, много лет назад его объявили самым вредным веществом на свете на том основании, что он способствует развитию атеросклероза. Однако подтверждением этому тезису служат “лукавые” данные, когда вывод о вредном влиянии холестерина и его отсутствии основывался на разнице в 1%. Исследования показали, что атеросклероз, как общий, так и коронарных артерий, наблюдается у людей с нормальным, несколько не повышенным содержанием холестерина в крови⁵¹. Многочисленные, масштабные, долговременные исследования, которые проводили специально для того, чтобы раз и навсегда доказать, что употребление в пищу жиров вредно, раз за разом показывали, что между употреблением жиров и повышенным риском сердечного приступа или инсульта нет никакой связи⁵².

Как же следует бороться со стереотипами, которые на самом деле мало помогают в познании социальной реальности, а чаще — наносят ощутимый вред человеку и обществу, явно или скрыто участвуя в управлении поведением личности, подталкивают людей к принятию непродуманных решений или неадекватному, а порой — и социально опасному поведению?

Советы по преодолению стереотипов, не только медицинских, но и любых других, сводятся к процедуре или алгоритму тщательной проверки информации, в ходе которой можно отличить правдивую информацию от ложной. Примерная схема (шаги) этого алгоритма, которая близка к научному познанию, такова.

Первый шаг — оценка количества источников — чем больше источников — тем достовернее информация. Однако достоверные источники — это не публикации в сетях, а научные статьи и монографии, опубликованные от имени научных учреждений или известных в этой области ученых.

Второй шаг — оценка качества источников, т.е. речь идет о репутации научного учреждения и его компетентности в конкретном вопросе.

⁵⁰ Сазонов А. Указ. соч. С. 136–137.

⁵¹ Там же. С. 123.

⁵² См.: *Berry K. Lies my doctor told me. Medical myths that can harm your health.* N.Y., 2019; *Краснова С.А., Селезнева Т.Д., Абрамович О.Д., Кузнецова Ю.В. и др. Диеты-убийцы.* Ростов-н/Д., 2012.

Третий шаг — оценка качества информации, полученной из “качественных” источников, особенно когда речь идет о результатах исследований. Так, различают исследования научные (проведенные в соответствии с критериями научности) и псевдонаучные, признаки которых также достаточно хорошо известны. При этом очень важно не доверять тем исследованиям, авторы которых явно или скрыто рекламируют свои результаты, или подстраивают их под конкретного заказчика.

Всегда важно вникать в суть какого-либо, пусть даже не совсем понятного сначала явления или процесса. Важно не верить тому, что “все говорят”, не стоит бездумно следовать за модными течениями или поддаваться коллективным интенциям (все побежали, и я побежал). Необходимо как можно чаще задавать вопрос “Почему?” и никогда не принимать сразу на веру то, что кажется вполне логичным. Хотя на первый взгляд многие ложные утверждения и кажутся логичными и достоверными, на самом деле они являются продуктом не научного мышления, а обыденного сознания, т.е. социальными стереотипами.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Боришопец К.П. Этничность и политика (некоторые тенденции и результаты развития современных прикладных исследований) // Вестник Московского университета. Серия 18. Социология и политология. 1999. № 4.

Бронникова С. Интуитивное питание: как перестать беспокоиться о еде и похудеть. М., 2020.

Дмитриев А.В. Стереотипизация мигрантов как социальная проблема // Власть. 2014. № 11.

Закирова А.Ж. Этнические стереотипы: к пониманию сущности // Вестник Томского государственного университета. Философия. Социология. Политология. 2025. № 83. С. 39–48.

Золотарева Т.А. Влияние этнических стереотипов на становление личности и их функции // Международный научно-исследовательский журнал. 2020. № 12 (102). Ч. 4. С. 134–137.

Кон И.С. Психология предрассудка (О социально-психологических корнях этнических предубеждений // Новый мир. 1966. № 9.

Корочкина П.С. Этнизация и способы формирования этнических стереотипов // Человек в мире культуры. 2017. № 2–3. С. 175–178.

Краснова С.А., Селезнева Т.Д., Абрамович О.Д., Кузнецова Ю.В. и др. Дие-ты-убийцы. Ростов-н/Д., 2012.

Макарова С.Л. Язык вражды и конструирование “образа врага” в центральных и нижегородских СМИ // Язык современных СМИ: проблемы языковой культуры: материалы круглого стола “Язык СМИ”. Н. Новгород, 2004.

Маницаева А.Н., Батаева Д.Н. Этнические стереотипы в межкультурной коммуникации // Балтийский гуманитарный журнал. 2019. Т. 8. № 2 (27).

Миньяр-Белоручева А.П., Покровская М.Е. Этнические стереотипы в англоязычном пространстве: визуальные образы персонификации и вербальные образы-антропонимы // Вестник московского университета. Серия 14. Психология. 2013. № 1. С. 52–65.

Муха В.Н., Литовка В.А. Теоретические аспекты практик поддержания этнической идентичности // Международный научно-исследовательский журнал. 2016. № 12–4 (54). С. 151–153.

Осипова Н.Г. Социология массовой коммуникации: Уч. М., 2025.

Осипова Н.Г. Социология. М., 2024.

Попова М. Темная сторона ЗОЖ. Как не заболеть, пытаясь стать здоровым. М., 2020.

Работяжев Н.В. Правый радикализм на Украине: история и современность // Проблемы постсоветского пространства. 2020. Т. 7. № 4.

Реутов Е.В. Влияние украинского кризиса на этнические стереотипы россиян // Власть. 2015. № 6. С. 145–149.

Садохин А.И. Этносоциология. М., 2001.

Сазонов А. Опровергая мифы о медицине. Вся правда о нашем организме. М., 2022.

Синицына Т.А. О роли стереотипов в межкультурной коммуникации // Актуальные вопросы современной лингвистики. Материалы научно-практической конференции, посвященной 85-летию МГОУ и 70-летию ИЛиМК. М., 2017.

Старченко В.В. Этнические стереотипы в межэтническом взаимодействии в поликультурном регионе // Наука и современность. 2016. № 49.

Стефаненко Т.Г. Этнопсихология. М., 1999. С. 236–244.

Суходольская Н.П. Социальный стереотип в жизнедеятельности людей // Философия и общество. 2007. № 3 (47).

Тишков А.А. Национализм // Новая философская энциклопедия: В 4 т. М., 2001. Т. 3.

Углова Т.В., Алеева Ю.А., Беляева Т.Б. Стереотипные представления о типичном русском и типичном американце у россиян разных поколений // Вестник Новгородского государственного университета. 2017. № 4 (102).

Чеснокова Л.В. Стереотипы в межкультурной коммуникации // Концепт: науч.-метод. электрон. журн. 2015. № 4. С. 91–95. URL: <http://e-koncept.ru/2015/15107.htm> (дата обращения: 07.08.2025).

Чжан Ж. Устойчивость и вариативность содержания этнокультурных стереотипов (на материале ассоциативного эксперимента “китайцы глазами русских” // Вестник РУДН. Серия: Вопросы образования. Языки и специальность. 2018. Т. 15. № 1. С. 59–66.

Шихирев П.Н. Современная социальная психология в Западной Европе. М., 1985.

Шишова Н.В., Волкова Д.В., Новиков А.Ю., Тончий И.В. Культурология. Словарь-справочник. Ростов н/Д., 2009.

REFERENCES

Berry K. Lies my doctor told me. Medical myths that can harm your health. N.Y., 2019.

Borishpolec K.P. Etnichnost' i politika (nekotorye tendencii i rezul'taty razvitiya sovremennykh prikladnykh issledovaniy) [Ethnicity and Politics (Some Trends and

- Results of Modern Applied Research)] // Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 18. Sociologiya i politologiya. 1999. N 4 (in Russian).
- Bronnikova S.* Intuitivnoe pitanie: kak perestat' bespokoit'sya o ede i pohudet' [Intuitive Eating: How to Stop Worrying About Food and Lose Weight]. M., 2020 (in Russian).
- Chesnokova L.V.* Stereotipy v mezhkul'turnoj kommunikacii [Stereotypes in Intercultural Communication] // Koncept: nauch.-metod. elektron. zhurn. 2015. N 4. S. 91–95. URL: <http://e-koncept.ru/2015/15107.htm> (data obrashcheniya: 07.08.2025) (in Russian).
- Chzhan Z.H.* Ustojchivost' i variativnost' soderzhaniya etnokul'turnyh stereotipov (na materiale associativnogo eksperimenta "kitajcy glazami russkih") [Stability and Variability of the Content of Ethnocultural Stereotypes (Based on the Associative Experiment "The Chinese Through the Eyes of Russians")] // Vestnik RUDN. Seriya: Voprosy obrazovaniya. Yazyki i special'nost'. 2018. T. 15. N 1. S. 59–66 (in Russian).
- Dmitriev A.V.* Stereotipizaciya migrantov kak social'naya problema [Stereotyping Migrants as a Social Problem] // Vlast'. 2014. N 11 (in Russian).
- Essman M.J.* Ethnic Politics. L., 1994.
- Gurr T., Harff B.* Ethnic Conflict in World Politics. N.Y., 1994.
- Hartmann P., Husband C.* Racism and the Mass Media. L., 1974.
- Horowitz D.L.* Ethnic Groups in Conflict. Berkeley, 1985.
- Kon I.S.* Psihologiya predrassudka (O social'no-psihologicheskikh kornyah etnicheskikh predubezhenij [Psychology of Prejudice (On the Socio-Psychological Roots of Ethnic Prejudice)] // Novyj mir. 1966. N 9 (in Russian).
- Korochkina P.S.* Etnizaciya i sposoby formirovaniya etnicheskikh stereotipov [Ethnicization and Methods of Forming Ethnic Stereotypes] // Chelovek v mire kul'tury. 2017. N 2–3. S. 175–178 (in Russian).
- Krasnova S.A., Selezneva T.D., Abramovich O.D., Kuznecova Yu.V. i dr.* Diety-ubijcy [Killer Diets]. Rostov-n/D., 2012 (in Russian).
- Makarova S.L.* Yazyk vrazhdy i konstruirovaniye "obraza vraga" v central'nyh i nizhegorodskih SMI [Hate Speech and the Construction of the "Enemy Image" in Central and Nizhny Novgorod Media] // Yazyk sovremennyh SMI: problemy yazykovoj kul'tury: materialy kruglogo stola "Yazyk SMI". N. Novgorod, 2004 (in Russian).
- Mancaeva A.N., Bataeva D.N.* Etnicheskie stereotipy v mezhkul'turnoj kommunikacii [Ethnic Stereotypes in Intercultural Communication] // Baltijskij gumanitarnyj zhurnal. 2019. T. 8. N 2 (27) (in Russian).
- Min'yar-Belorucheva A.P., Pokrovskaya M.E.* Etnicheskie stereotipy v angloyazychnom prostranstve: vizual'nye obrazy personifikacii i verbal'nye obrazy-antropimiy [Ethnic Stereotypes in the English-Speaking Space: Visual Images of Personification and Verbal Images-Anthroponyms] // Vestnik moskovskogo universiteta. Seriya 14. Psihologiya. 2013. N 1. S. 52–65 (in Russian).
- Muha V.N., Litovka V.A.* Teoreticheskie aspekty praktik podderzhaniya etnicheskoy identichnosti [Theoretical Aspects of Ethnic Identity Maintenance Practices] // Mezhdunarodnyj nauchno-issledovatel'skij zhurnal. 2016. N 12–4 (54). S. 151–153 (in Russian).
- Osipova N.G.* Sociologiya massovoj kommunikacii: uchebnik [Sociology of Mass Communication: A Textbook]. M., 2025 (in Russian).
- Osipova N.G.* Sociologiya [Sociology]. M., 2024 (in Russian).

Popova M. Temnaya storona ZOZH. Kak ne zabolet', pytayas' stat' zdorovym [The Dark Side of a Healthy Lifestyle. How to Avoid Getting Sick While Trying to Become Healthy]. M., 2020 (in Russian).

Rabotyazhev N.V. Pravyj radikalizm na Ukraine: istoriya i sovremennost' [Right-Wing Radicalism in Ukraine: History and Modernity] // Problemy postsovetskogo prostranstva. 2020. T. 7. N 4 (in Russian).

Reutov E.V. Vliyanie ukrainskogo krizisa na etnicheskie stereotipy rossiyan [The Impact of the Ukrainian Crisis on Ethnic Stereotypes of Russians] // Vlast'. 2015. N 6. S. 145–149 (in Russian).

Sadohin A.I. Etnosociologiya [Ethnosociology]. M., 2001 (in Russian).

Sazonov A. Oprovergaya mify o medicine. Vsyaya pravda o nashem organizme [Refuting Myths about Medicine. The Whole Truth About Our Body]. M., 2022 (in Russian).

Shihirev P.N. Sovremennaya social'naya psihologiya v Zapadnoj Evrope [Modern Social Psychology in Western Europe]. M., 1985 (in Russian).

Shishova N.V., Volkova D.V., Novikov A.Yu., Tonchij I.V. Kul'turologiya. Slovar'-spravochnik [Culturology. A Dictionary and Reference Book]. Rostov n/D., 2009 (in Russian).

Sinicyna T.A. O roli stereotipov v mezhkul'turnoj kommunikacii [On the Role of Stereotypes in Intercultural Communication] // Aktual'nye voprosy sovremennoj lingvistiki. Materialy nauchno-prakticheskoy konferencii, posvyashchennoj 85-letiyu MGOU i 70-letiyu ILiMK. M., 2017 (in Russian).

Starchenko V.V. Etnicheskie stereotipy v mezhetnicheskom vzaimodejstvii v polikul'turnom regione [Ethnic Stereotypes in Interethnic Interaction in a Multicultural Region] // Nauka i sovremennost'. 2016. N 49 (in Russian).

Stefanenko T.G. Etnopsihologiya [Ethnopsychology]. M., 1999. S. 236–244 (in Russian).

Suhodol'skaya N.P. Social'nyj stereotip v zhiznedejatel'nosti lyudej [Social Stereotype in People's Lives] // Filosofiya i obshchestvo. 2007. N 3 (47) (in Russian).

Taverne D. The march of unreason. Science, democracy and the new fundamentalism. N.Y.; Oxford, 2006.

Tishkov A.A. Nacionalizm [Nationalism] // Novaya filosofskaya enciklopediya: V 4 t. M., 2001. T. 3 (in Russian).

Uglova T.V., Aleeva Yu.A., Belyaeva T.B. Stereotipnye predstavleniya o tipichnom russkom i tipichnom amerikance u rossiyan raznykh pokolenij [Stereotypical Notions of the Typical Russian and the Typical American Among Russians of Different Generations] // Vestnik Novgorodskogo gosudarstvennogo universiteta. 2017. N 4 (102) (in Russian).

Zakirova A.Zh. Etnicheskie stereotipy: k ponimaniyu sushchnosti [Ethnic Stereotypes: Understanding Their Essence] // Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta. Filosofiya. Sociologiya. Politologiya. 2025. N 83. S. 39–48 (in Russian).

Zolotareva T.A. Vliyanie etnicheskikh stereotipov na stanovlenie lichnosti i ih funkcii [The Influence of Ethnic Stereotypes on Personality Development and Their Functions] // Mezhdunarodnyj nauchno-issledovatel'skij zhurnal. 2020. N 12 (102). Ch. 4. S. 134–137 (in Russian).