«Тобі просто не пощастило?»

Як розпізнати дискримінацію і не залишатися з нею наодинці

«Тебе не взяли, бо ти не підходиш», «дівчатам це складніше», «ти ж не місцевий/місцева», «з такою мовою тобі взагалі краще мовчати», «він має інвалідність, тому зрозуміло, чому…», «у нас усі однакові, тому ніякої дискримінації немає».

Але чи справді всі ситуації, коли до людини ставляться інакше, є просто випадковістю? І де проходить межа між **звичайною відмінністю у ставленні** та дискримінацією?

Що таке дискримінація?

Дискримінація - це ситуація, коли людина або група людей через певні ознаки зазнає обмеження у визнанні, реалізації або користуванні своїми правами та свободами. Законодавство України серед таких ознак називає, зокрема, расу, колір шкіри, політичні чи релігійні переконання, стать, вік, інвалідність, етнічне та соціальне походження, громадянство, сімейний і майновий стан, місце проживання, мову та інші ознаки.

Положення ДУЕТ також прямо визначає дискримінацію та поширює механізм врегулювання конфліктних ситуацій на такі випадки.

Дискримінація - це не завжди щось очевидне. Іноді її легко помітити. Наприклад, людині відмовляють у можливості через її стать, походження або інвалідність.

А іноді все набагато тонше. Однакове правило формально стосується всіх, але фактично створює гірші умови для певної групи. Або людина регулярно стикається з образливими коментарями, натяками чи приниженням через певну ознаку.

Якою може бути дискримінація?

Пряма дискримінація - коли до людини в аналогічній ситуації ставляться менш прихильно через певну ознаку.

Непряма дискримінація - коли формально однакове правило або вимога фактично створює менш сприятливі умови для певної людини чи групи.

Також у законодавстві розглядаються такі прояви, як утиск та підбурювання до дискримінації.

Як це може виглядати?

• зневажливі висловлювання через стать, вік, походження або мову;

• нерівне ставлення до студентів у порівнянних ситуаціях через певну ознаку;

• принизливі жарти або коментарі щодо зовнішності, інвалідності, походження чи інших особистих характеристик;

• створення ворожої або принизливої атмосфери;

• виключення людини з навчальної чи соціальної взаємодії саме через певну ознаку.

Але важливо: **не кожна неприємна ситуація або конфлікт є дискримінацією.** Саме тому іноді важливо не поспішати з висновками, а розібратися:

- що саме сталося?
- чому до мене поставилися інакше?
- чи є зв’язок між цим ставленням і певною ознакою?
- чи порушуються мої права?

Чому ми не завжди помічаємо дискримінацію?

Тому що до нерівного ставлення можна звикнути. «Так тут завжди було». «Нічого не зміниш». «Краще не висовуватися». «Просто потерпи». Але нормальність ситуації не визначається тим, наскільки давно вона існує.

Що робити, якщо тобі здається, що ти зіткнувся/зіткнулася з дискримінацією?

1. Зупинися і подивись на ситуацію фактами.

Не лише «мені було неприємно», а:

• що саме було сказано або зроблено;

• коли це відбулося;

• хто був присутній;

• чим це відрізнялося від ставлення до інших;

• які наслідки це мало для тебе.

2. За можливості збережи докази.

Повідомлення, листування, скріншоти, документи, свідчення очевидців - усе, що може допомогти відновити послідовність подій.

3. Якщо тобі потрібна психологічна підтримка - звернися до практичного психолога Центру.

Іноді спочатку потрібно просто розкласти ситуацію по поличках.

4. Якщо ти вважаєш, що твої права порушено, ти можеш подати офіційну заяву.

У ДУЕТ діє Комісія з врегулювання конфліктних ситуацій, яка розглядає питання, пов'язані з дискримінацією.

Заява подається голові Комісії у письмовій формі - до канцелярії університету або електронно. Положення, передбачає конфіденційність інформації, зазначеної у заяві.

Для врегулювання передбачені **неформальна та формальна процедури**. Якщо обирається формальна процедура, Комісія розглядає заяву у визначені Положенням строки.

І ще одна важлива річ - не кожен конфлікт потрібно одразу називати дискримінацією. Але й кожну ситуацію, яка може бути дискримінаційною, не варто автоматично списувати на: «Так вийшло». Ти маєш право **поставити запитання, отримати пояснення та звернутися по допомогу**.

Іноді найважливіший крок - не довести комусь свою правоту, а перестати переконувати себе, що те, що відбувається, «нормально».

Потрібна допомога?

Якщо ви зіткнулися з булінгом, дискримінацією, насильством або сексуальними домаганнями, можете звернутися до психолога Центру психологічної допомоги та соціальної адаптації. Психологічна консультація є конфіденційною.

Якщо ви хочете подати **офіційну заяву про порушення ваших прав**, звернення розглядається відповідно до Положення про врегулювання конфліктних ситуацій у ДУЕТ.