

# ДОВІДНИК БЕЗБАР'ЄРНОСТІ

## Складові безбар'єрності

**Рівність.** Стосовно концепції рівності вирує багато дискусій. Дехто каже, що люди апріорі не можуть бути рівними, бо вже народжуються різними за набором характеристик, статтю, кольором шкіри тощо. У цьому і полягає різноманіття. Але воно не має стати на перешкоді розвитку потенціалу та якісному життю людини. Тож під рівністю мається на увазі те, що у кожної людини мають бути забезпечені рівні права і можливості в реалізації цих прав: навчатися, працювати, відпочивати, вступати в шлюб (якщо вона того хоче) тощо.

Наприклад, внутрішньо переміщені особи, які через військові дії були вимушені покинути свої домівки, досі відчувають нерівність — зокрема труднощі із вирішенням житлових питань. Часто такі люди стикаються з дискримінацією з боку орендарів: ті, або відмовляються здавати житло, дізнавшись про їхній статус, або необґрунтовано завищують ціни тощо.

**Безбар'єрність.** Чи задумувалися ви, з якими труднощами стикаються батьки маленьких дітей? Наскільки складно підтягнути дитячий візочок сходами одній людині без сторонньої допомоги, зайти з ним до магазину, де немає пологого входу чи пандуса, або у транспорт без спеціального пониження? Про цю проблему ми не замислюємось, поки самі не стаємо батьками чи поки в нашому близькому оточенні не з'являються діти. Усі ці сходишки, бордюри та високі пороги — це все бар'єри, які не дозволяють батькам чи опікунам вільно пересуватися з маленькими дітьми. Це також перепони, що ускладнюють пересування людям з інвалідністю, для яких більшість українських міст і сіл є архітектурно недоступними, а також людям старшого віку й іншим представникам маломобільних груп населення.

Є бар'єри ось такі — фізичні, просторові. Але є бар'єри економічні та освітні, коли у людини немає можливостей отримати гідну роботу чи доступ до якісної освіти через те, що вона якось відрізняється. Є бар'єри у ставленні до людини через певні ознаки (вік, стать, колір шкіри, мова), коли вона відчуває своє виключення із соціуму і не має можливості реалізувати свої амбіції та громадянські права.

Усі ці бар'єри шкодять не тільки певній групі людей, вони шкодять усьому суспільству. Адже ми втрачаємо величезний потенціал, відмовляючись взаємодіяти з різними людьми, у кожного з яких свій унікальний досвід. Втрачений потенціал — це втрачені можливості для всіх нас. Саме тому безбар'єрне та відкрите суспільство, де кожен відчуває, що до нього ставляться з повагою попри будь-які ознаки й статуси, і знає, що у нього є рівний доступ до можливостей, має перспективи для розвитку.

**Безбар'єрність як державна політика.** Уявіть собі, що три людини різного зросту дивляться спортивну гру через паркан. Одній видно все, другій потрібно трішки витягувати голову, щоб щось побачити, а третій через високий паркан нічого не видно. Як би ви розв'язали таку задачу, аби кожному було зручно спостерігати за грою? Підставили би другій та третій людині стільчики? Але тоді ви б оминули увагою першу людину, правда ж? Правильно було би прибрати паркан, щоб кожному з трьох було би комфортно дивитися гру. Але чому люди за парканом? Не знають де вхід? Немає коштів на квитки? Ми маємо позвати їх бути з нами, серед інших глядачів на трибунах. Це називається системним усуненням бар'єрів. І воно відбувається на рівні держави.

Як державна політика безбар'єрність означає формування такого підходу, за якого кожна людина в нашій країні може отримати вільний доступ до будь-якої сфери життя: навчання, будівництва кар'єри, спокійного пересування країною тощо. У квітні 2021 року була прийнята Національна стратегія зі створення безбар'єрного простору, яка була розроблена в межах ініціативи першої леді Олени Зеленської «Без бар'єрів» та на виконання Указу Президента України. Стратегія розрахована до 2030 року і передбачає усунення бар'єрів у шести основних напрямках.

Перший — фізичний, він включає розроблення єдиних архітектурних стандартів. Це означає, що все наше навколишнє середовище (будівлі, вулиці, тротуари, транспорт) має бути

фізично доступним для всіх людей, зокрема для маломобільних груп населення (люди з інвалідністю, люди старшого віку, батьки з маленькими дітьми тощо).

Другий — суспільний і громадянський, який передбачає створення рівних можливостей для активної участі людей у громадському житті. Це означає, що кожна людина за такого підходу має відчувати себе вільною у своєму самовираженні, що її не будуть засуджувати через якісь її ознаки. А, навпаки, різність кожного з нас вкупі посилюватиме й розвиватиме наше суспільство.

Третій — економічний. І це означає забезпечення таких умов, за яких людина може працевлаштуватись і відчувати себе захищеною від проявів дискримінації. Також у межах цього напрямку передбачається створення можливостей для отримання фінансових та інших ресурсів для того, щоб займатися підприємництвом.

Четвертий — освітній. З нього, певно, і варто було б почати, адже все починається з освіти: у кожній людині має бути вільний доступ до якісної освіти, причому впродовж усього її життя. Власне, якраз цим держава і буде опікуватися в межах цього напрямку.

П'ятий — цифровий, та сфера, без якої неможливо уявити наше життя у XXI столітті. Цифрова безбар'єрність передбачає доступ усіх соціальних груп до всіх послуг, що є онлайн, та власне до інтернету.

І шостий — інформаційний. У межах цього напрямку планується створити такі умови, за яких люди, незалежно від своєї мобільності, функціональних порушень чи комунікативних можливостей, зможуть отримувати доступ до інформації та користуватись усіма необхідними технологіями.

Усунення бар'єрів також передбачає роботу з міфами та стереотипами щодо тих чи інших груп населення. І, власне, цей довідник теж створений для цього.

**Інклюзивне планування** — це продумування заходів для забезпечення участі всіх людей у житті суспільства. Воно складається з декількох етапів. По-перше, усвідомлення і прийняття того факту, що всі люди різні і мають багато різних ознак: вік, стать, майновий стан, раса, мовні ознаки тощо. По-друге, це виявлення чинників та бар'єрів, які породжують дискримінацію і заважають різним людям включатись у життя громад. По-третє, створення умов для подолання цих бар'єрів.

Візьмемо приклад з працевлаштування. Отже, працедавець вирішує дотримуватись принципу інклюзії. Він організовує навчання своєї команди, далі переглядає політики компанії, описи вакансій (чи немає в них дискримінації), стандартний набір питань на співбесіді, оцінює на доступність приміщення тощо, і якщо він виявляє порушення чи бар'єри, то усуває їх: будує ліфт чи пандуси, облаштовує туалети, навчає весь свій персонал правильної комунікації для розуміння та прийняття людського різноманіття.

**Порушення** можуть виникати у функціях або структурах організму (органи, кінцівки та їх складові частини). Вони можуть бути тимчасовими або постійними, періодичними чи тривалими.

Порушення голосу та мовлення — це теж функціональні порушення, які так само бувають тимчасовими через різні захворювання чи обставини, як-от заїкання, або постійними. Трапляється так, що людина народжується з повною втратою слуху, а буває, що вона з роками може втрачати слух поступово. Так само, як, наприклад, втрата зору або кінцівки може виникнути внаслідок генетичної аномалії або травми.

Бувають порушення серцево-судинної, травної, дихальної, імунної й інших систем. Ці порушення на перший погляд не є очевидними, по суті вони «невидимі», але людина з ними живе якийсь період чи все життя.

Головне, що варто запам'ятати: порушення не є вадами людини, вони не характеризують її як погану чи не гідну. Адже це те, на що людина ніяк не може вплинути. І до цього треба ставитися з розумінням.

Важливо також при цьому усувати ті бар'єри, які створюють обмеження життєдіяльності людини та можливості для її розвитку.

**Гендерна рівність** (рівність жінок і чоловіків) стосується рівних прав, відповідальності та можливостей жінок і чоловіків. Рівність не означає, що жінки та чоловіки стають

однаковими, проте свідчить, що права, відповідальність та можливості людей не мають залежати від того, народилися вони жінками чи чоловіками.

Гендерна рівність передбачає, що інтереси, потреби та пріоритети і жінок, і чоловіків беруться до уваги, визнається, що жінки є дуже різними між собою, як і чоловіки — між собою. Гендерна рівність — це не виключно жіноче питання, вона має стосуватися та повністю залучати чоловіків, так само, як і жінок. Рівність між жінками і чоловіками є питанням прав людини та умовою і показником сталого людиноцентричного розвитку.

**Соціальне відторгнення** протиставляють соціальному залученню, тобто інклюзії, і воно є проявом порушення базових прав людини. Соціальне відторгнення — процес, за якого різні групи людей не мають можливостей брати участь у житті суспільства, не мають доступу до освіти та ресурсів, відчувають дискримінацію.

Відторгнення відбувається з різних причин: через упереджене ставлення одних людей до інших чи внаслідок систематичної дискримінації людей через їхню сексуальну орієнтацію, стать, вік, інвалідність, статус мігранта тощо. Але соціальне відторгнення не зводиться лише до окремих форм дискримінації. Воно також може відбуватися через відсутність інфраструктури. Наприклад, люди, які живуть у віддалених сільських та гірських територіях, можуть не мати доступу до ресурсів через відсутність зв'язку, доріг і транспортного сполучення. Соціальне відторгнення дуже небезпечне, адже коли величезна кількість людей є відчуженими, країна не може досягти високого рівня розвитку.

**Прийняття** — це розуміння цінності того, що світ різний, і люди в ньому теж живуть різні. Кожен з нас має право на повагу і гідне ставлення.

Буває так, що це розуміння ще не означає факту прийняття існування різних соціальних груп. Наприклад, про ЛГБТ+ у нашому суспільстві можна почути таку думку: «Так, хай живуть собі, але краще нехай сидять по хатах, щоб їх ніхто не бачив». Тобто є усвідомлення факту, що в суспільстві є люди гомосексуальної орієнтації, але самого прийняття права цих людей жити своїм приватним життям немає.

Коли ж ми говоримо про прийняття в контексті побудови безбар'єрного суспільства, маємо на увазі готовність жити та взаємодіяти поруч з абсолютно різними людьми. Це може бути проілюстровано такою фразою: «Так, ти від мене відрізняєшся, але це нормально, я поважаю твої почуття, ціную тебе, бо ти така ж людина, як і я».

**Доступність** — це усунення фізичних бар'єрів і, навпаки, створення таких умов, за яких кожна людина буде почуватися комфортно у тому чи іншому просторі. Адже іноді людина, що використовує крісло колісне або спирається на милиці, елементарно не може пройти до магазину через високі бордюри або занадто крутий нахил пандуса. А повна доступність передбачає, що людина зможе користуватися навколишнім простором самостійно, тобто без сторонньої допомоги.

Доступність буває не тільки архітектурною, а й інформаційною: наприклад, викладення інформації шрифтом Брайля для людей з порушенням зору або використання жестової мови для нечуючих людей. Доступність стосується місць навчання і праці, житла, громадських закладів, транспорту, вулиць, — зрештою, всього, що нас оточує.

**Інклюзія** — це один зі стовпів безбар'єрності. Це процес збільшення ступеня участі всіх громадян у соціумі. Вона передбачає усунення бар'єрів та розробку і застосування конкретних рішень, які дозволять кожній людині рівноправно брати участь у суспільному житті. Один із ключових принципів інклюзії, про який ітиметься трохи нижче, — залучення всіх людей у всі сфери життя.

Що ж інклюзія означає на практиці? Наприклад, якщо працедавець говорить, що він дотримується принципів інклюзії, то всі суспільні групи та спільноти (різного віку, статі, переконань тощо) розуміють: тут їх не будуть дискримінувати через ці ознаки, а оцінюватимуть лише за компетенціями та професіоналізмом. Або коли якийсь заклад зі сфери послуг заявляє, що він інклюзивний, для всіх людей це слугує сигналом: «мені тут будуть раді і я почуватимусь комфортно, адже мої потреби враховують».

**Недискримінація** передбачає і гарантує рівне ставлення до різних людей. Це означає, що ніхто не може бути виключений або обмежений у своїх правах та можливостях через те, що він чи вона якимось відрізняється від інших. До цих ознак належать стать, вік, подружній статус,

мовні ознаки, раса, релігійні чи політичні переконання, походження і місце народження, сексуальна орієнтація та гендерна ідентичність тощо. Тобто ніхто не може вас звільнити з роботи тому, що ви — католик, наприклад, так само як ніхто не може заборонити вашій дитині, у якої темна шкіра, відвідувати дитячий садочок чи прийти на сеанс у кінотеатр.

І, до речі, в нашій державі захист людей за всіма цими та іншими ознаками передбачено Законом України «Про засади запобігання та протидії дискримінації в Україні».

**Комплексний гендерний підхід** - процес, за якого оцінюються можливі наслідки для жінок та чоловіків різник при впровадженні різних політик.

Одним із прикладів такого підходу є гендерно-орієнтоване бюджетування. Це інструмент, який дає можливість реалізовувати державну політику гарантування рівних прав і можливостей жінок і чоловіків за рахунок бюджетних коштів. Його фінальна мета полягає у тому, щоб у країні були прийняті й виконувалися бюджети і програми, в яких враховуються конкретні потреби чоловіків і жінок.

Тобто головна мета комплексного гендерного підходу – брати до уваги інтереси чоловіків та жінок, аби вони мали однакові переваги у різних сферах: політичній, економічній тощо.

**Інвалідність** — це соціальне явище, а не медична проблема людини.

Раніше інвалідність розглядали в контексті благодійництва, медичної проблеми чи взагалі особистої проблеми окремої людини. Ще пів століття тому людину з інвалідністю могли сприймати як вічного пацієнта лікарень, що не може дати собі ради й залежить від допомоги інших. Тому часто людей або жаліли, або надмірно героїзували.

Проте відтоді, як організації людей з інвалідністю почали масово з'являтися в усьому світі й голосно заявляти про свої права, озвучувати, що люди з інвалідністю є частиною суспільства, поняття інвалідності еволюціонувало.

Нині інвалідність — це результат взаємодії між людьми, які мають порушення здоров'я, і тими бар'єрами у суспільстві, що заважають їм брати активну участь у житті суспільства. Власне, саме бар'єри — стереотипи й судження, інституційні бар'єри, пов'язані з законами та політикою, економічні бар'єри тощо — це те, що виключає людей з інвалідністю із суспільного життя та ставить їх у становище, що принижує їхню гідність.

У цьому розділі просимо вас звернути увагу ось на що: людей, які мають інвалідність, ми називаємо саме «люди з інвалідністю», хоча, звісно, у випадку якоїсь конкретної людини і при особистому спілкуванні ви можете використовувати ту термінологію, яку вона вважає для себе прийнятною.

**Гендер і стать.** Почнемо з пояснення, що таке стать. Отже, стать, або біологічна стать — це сукупність анатомо-фізіологічних ознак організму, яка дозволяє розрізнити у більшості організмів чоловічі й жіночі особини. Таке визначення можна прочитати у тлумачному словнику. Суспільство зазвичай каже нам, що є дві статі: чоловіча і жіноча. Однак деякі люди є інтерсекс-особами: з хромосомами, анатомією чи статевими ознаками, які не можна віднести до категорії виключно чоловіків чи жінок. Власне, стать поєднують з біологічними ознаками: набором хромосом, будовою статевих органів тощо.

Гендер належить до соціально-культурно сконструйованих очікувань щодо того, що означає бути жінкою чи чоловіком, включно з ролями, поведінкою, діяльністю та характеристиками, які певне суспільство вважає прийнятними для жінок та чоловіків (фемінінність і маскулінність). Фемінінність і маскулінність є набутими в процесі соціалізації і не описують сексуальну орієнтацію чи біологічну сутність. Люди навчаються відповідним нормам та поведінці — разом із тим, як вони повинні виглядати та взаємодіяти з іншими людьми. Коли окремі особи чи групи не відповідають усталеним гендерним нормам, вони часто стикаються зі стигмою, дискримінацією чи соціальною ізоляцією — все це негативно впливає на їхнє життя.

Дуже часто гендер плутають зі статтю, але між ними є різниця. Найкраще суть гендеру можна зрозуміти, якщо зайти в магазин іграшок, де є біло-рожева секція для дівчаток і різнокольорова для хлопчиків. У першій можна побачити ляльок, іграшкові будинки та кухні, дитячий посуд, візочки, у другій — різні машинки, літаки, пістолети, супергеройські костюми. Тобто дівчаткам з дитинства приписують те, що вони будуть майбутніми мамами,

займатимуться домогосподарством, а хлопчикам — ролі захисників, пожежників, військових тощо.

Ось ці соціально закріплені ролі, поведінка, діяльність і характерні ознаки, які певне суспільство вважає належними для жінок та чоловіків, і є гендер. Ці характерні ознаки, можливості та стосунки будуються соціально і засвоюються в процесі соціалізації. Вони залежать від контексту, часу і мають властивість змінюватися.

**Стереотипи** — це усталені шаблони мислення або так звані кліше. Шаблонне мислення провокує шаблонне ставлення до різних груп людей. Наприклад, є стереотип, що шульги — люди творчі, з особливим типом мислення. Це узагальнення може звучати позитивно та схвально, проте не має жодного наукового підтвердження. Однак стереотипи бувають і негативні. До прикладу, поширений гендерний стереотип про те, що «дівчатка мають бути ніжними й тендітними, а хлопчики не плачуть». Проте кожна людина має право на власне самовираження, а також на вираження своїх емоцій та почуттів.

Стереотипи за своєю суттю дуже небезпечно явище, адже створюють тло для стигматизації — «таврування» людей через якісь їхні ознаки. Стигматизація, своєю чергою, породжує дискримінацію — упереджене ставлення до людей, надання переваги одним та приниження й пригнічення інших. А там, де є місце дискримінації, є місце й агресії, а відповідно й насильству, що небезпечно для всіх людей.

**Толерантність** — повага, сприйняття та розуміння багатого різноманіття культур нашого світу, форм самовираження та самовиявлення людської особистості.

Бути толерантним не означає поступатися, потурати чи проявляти свою поблажливість і відмовлятися від якихось своїх переконань. Бути толерантним — це безконфліктно визнавати право людей відрізнятись, дотримуватись своїх переконань і визнавати таке право за іншими. Бути толерантним — це відмовитись від догматизму й абсолютизму і не нав'язувати свої погляди іншим людям. Бути толерантним — це сприяти утвердженню прав людини та демократії в нашому світі.

Звісно, що зі зростанням кількості населення на планеті, міграційними процесами, розвитком комунікацій толерантність набуває особливо важливого значення. Наші країни, регіони — різні, і цю багатокультурність необхідно приймати, інакше ж виникає загроза нетерпимості. А там, де нетерпимість, там розбрат, конфлікти та насильство. Тож толерантність — це важлива умова для нашого існування в злагоді та мирі.

**Інклюзія в освіті.** У всіх випадках, коли це тільки можливо, усі діти мають навчатися разом. Звісно, всі діти різні: комусь легше дається один матеріал, комусь — інший, у когось може бути дефіцит уваги, а в когось труднощі з пересуванням. Інклюзія в освіті передбачає, що, попри певні життєві обставини, в яких опиняється дитина, у неї має бути можливість і доступ до якісної освіти й підтримка з боку вчителів.

Цей пункт ми виділяємо окремо ще й для того, щоб наголосити: дуже важливо показувати дітям різноманіття нашого світу змалечку. Діти, які зростають із розумінням, що всі люди різні, але мають рівні можливості, у подальшому так само із розумінням та прийняттям ставляться до інших. А це зменшує ризики дискримінації та негативного ставлення до людей, які відрізняються за якимись ознаками, вже у дорослому житті.

**Універсальний дизайн** — це такий дизайн простору, будівель, предметів, а також послуг і програм, яким можуть користуватись абсолютно всі без якоїсь особливої адаптації. При цьому універсальний дизайн не виключає використання розумного пристосування. Останнє може застосовуватись, коли в особи виникає певна ситуація, що потребує втручання.

Один із принципів універсального дизайну — рівність у його використанні. Тобто плаский вхід у будівлю й відсутність сходинок оцінять і люди з інвалідністю, що пересуваються у кріслі колісному, і батьки з дитячими візочками, і люди, які подорожують і можуть користуватись важкими валізами. Інший приклад — це субтитри до відео, які дозволяють отримувати інформацію як людям із порушенням слуху, так і людям, які краще сприймають інформацію візуально або не мають можливості вмикати звук у певний момент.

**Підхід, заснований на правах людини.** Ця концепція обумовлює те, що будь-які програми, які створюються, будь-які будівлі, які будуються, будь-які організації, які працюють, за такого підходу — керуються базовим принципом, що права людини непорушні та мають

дотримуватися. Це означає прояв поваги до людини, відсутність дискримінаційного та упередженого ставлення і, навпаки, бажання допомогти і робити все прозоро. На практиці це ще й означає небайдужість і втручання в ситуації, у яких порушуються права людини.

Цей підхід також передбачає, що першочергові зусилля повинні бути спрямовані на поліпшення ситуації найбільш дискримінованих і вразливих груп, а всі дії мають здійснюватися прозоро, підзвітно і з прямою участю представників і представниць груп, інтереси яких вони зачіпають.

**Маломобільні групи населення.** Коли ми говоримо про маломобільні групи населення, у першу чергу спадає на думку образ людини з інвалідністю, яка пересувається в кріслі колісному. Для неї існує безліч бар'єрів — звичний магазин з високим порогом чи без пандуса стає недоступним. Але, насправді, до цієї категорії належить більше різних груп людей.

Маломобільні групи — люди, які відчувають труднощі при самостійному пересуванні, комунікації або одержанні якихось послуг. Це можуть бути люди з різними функціональними порушеннями (зору, слуху, опорно-рухового апарату тощо); люди, які отримали тимчасову травму або нині хворіють; діти до 7 років; люди, які супроводжують маленьких дітей (до 7 років); вагітні жінки; люди похилого віку.

Дуже часто вони відчувають складнощі через неналежну організацію громадського простору навколо. Просто пригадайте сцену в метро, коли мама чи тато намагаються спустити дитячий візочок сходами. Самим їм цього не зробити, і доводиться просити про допомогу сторонніх людей. Саме тому простір має бути організований таким чином, щоб будь-яка людина відчувала: для неї створені комфортні умови.

**Множинна дискримінація.** Це ситуація, коли особа стикається з більш ніж однією формою дискримінації. Наприклад, деякі групи людей, крім того, що вони вже страждають від дискримінації через колір шкіри, також можуть зазнавати численних форм дискримінації через додаткові підстави, такі як вік, інвалідність чи сексуальна орієнтація. Ці форми дискримінації підсилюють одна одну, тим самим створюючи для людини все більше перешкод і опускаючи її нижче соціальними сходами.

**Бар'єри** — це ті перепони, які заважають різним людям отримати доступ до можливостей, і через це не дають їм повністю реалізувати свій потенціал. Дуже часто бар'єри створюють самі люди внаслідок незнання, стереотипів та упереджень. Через це виникає неправильний та незручний дизайн, дискримінаційні процедури і негативне ставлення.

Бар'єри можуть проявлятися по-різному. Наприклад, фізичні — це ті, що перешкоджають пересуванню у просторі: круті сходи, відсутність ліфтів та пандусів як альтернативи, високі пороги й тротуари тощо.

Бувають бар'єри інформаційні. На жаль, сьогодні дуже маленький відсоток інформації подається з урахуванням того, що її сприйматимуть різні люди (наприклад, з порушеннями зору чи слуху). Брак коректної інформації теж можна віднести до цієї категорії.

До психологічних бар'єрів можна зарахувати якраз негативне ставлення, яке часто формується через страхи, упередження та стереотипи. Наприклад, з відкриттям інклюзивних класів серед батьків поширився страх, що більше уваги буде приділятися дитині з особливими освітніми потребами, тоді як інші діти будуть нею обділені. Хоча підстав для таких страхів і не було — вчитель користується спеціальною методикою викладання, яка враховує потреби різних учнів. Психологічні бар'єри бувають і внутрішніми. Зокрема вони досить поширені серед літніх людей, які залишили ринок праці. Без звичної роботи, яка була джерелом мотивації та спілкування, людина стикається з низкою психологічних труднощів – відчуття пригніченості, покинутості, самотності, які можуть переходити у депресію та апатію.

Економічні бар'єри стосуються ситуацій, коли людині відмовляють у працевлаштуванні через упереджене ставлення: наприклад, що людина якогось конкретного віку не впорається з певною роботою. Хоча насправді страхи та побоювання працедавця не мають жодного стосунку до компетенцій кандидата. Також економічні бар'єри — це ще й про брак коштів на такі базові речі, як одяг, побутові товари, комунальні послуги чи навіть їжу. З такими бар'єрами може зіткнутися будь-хто, хто опинився в складній фінансовій ситуації або не може знайти роботу, джерело заробітку.

Існують також інституційні бар'єри, коли закони, нормативні документи та послуги не завжди враховують потреби різних людей або ж узагалі обмежують право доступу. Наприклад, до 2017 року для жінок в Україні наказом № 256 МОЗ, який дістався нам у спадок від Радянського Союзу, були заборонені більше 450 професій. Фактично цей наказ забирав у жінок свободу обирати собі будь-яку професію і ставив їх у нерівне становище із чоловіками.

**Залучення.** Основний принцип залучення звучить як «нічого для нас без нас». Якщо, наприклад, ми вирішили зробити сайт своєї компанії доступним для людей з порушеннями зору, можна звернутися до організації, яка розробляє рішення веб-доступності для людей з порушеннями зору, аби отримати консультацію експертів. Або ж якщо ми розробляємо програму підтримки для внутрішньо переміщених осіб, також маємо залучити представників цієї групи, аби з перших вуст дізнатися про їхні проблеми, а не керуватися здогадками.

Отже, залучення передбачає такий підхід: коли ми приймаємо рішення, щодо певної групи людей, необхідно з цією групою проконсультуватись і запропонувати долучитися до подальшого процесу, аби все було зроблено з урахуванням їхніх рекомендацій.

У більш широкому сенсі залучення означає, що кожен і кожна має право на голос, має право на місце за спільним столом, має право говорити та бути почутими. І суспільство має докладати зусиль, щоб всі люди відчували себе залученими у суспільне життя.

**Різноманіття** — це факт і реальність, у якій ми живемо. Озирніться довкола — і ви побачите, що кожна людина унікальна, з індивідуальним набором ознак і характеристик. У когось яскравий одяг та макіяж, у когось сивина у волоссі, хтось пересувається кріслом колісним, хтось носить окуляри, а хтось потребує супроводу на вулиці.

Ознак може бути безліч: вік, стать, раса, зовнішність, сексуальна орієнтація, наявність інвалідності, релігійні переконання тощо. Деякі ознаки можуть бути видимими, як-от зріст, колір шкіри чи волосся, деякі ні — сексуальна орієнтація, стан здоров'я. Інклюзивне та відкрите суспільство завжди виграє, адже люди в ньому відчують свою значущість і отримують можливості для розкриття свого потенціалу.

## **Захворювання, порушення, синдроми та розлади**

### **Дитина з бульозним епідермолізом**

Правильно

Дитина з бульозним епідермолізом

Неправильно

«Дитина-метелик»

Часто в медіа журналісти можуть використовувати термін «діти-метелики» з метою красивої і поблажливої метафори. Але для більшості людей такий термін буде незрозумілим, тому ліпше використовувати конкретний діагноз.

Крім того, будь-яка романтизація станів, хвороб і розладів також розвиває і провокує стигму. І вона так само принижує і ображає, акцентує увагу на стані, виокремлює людину через діагноз, звужує сприйняття особистості до її діагнозу та дуже шкодить формуванню рівного інклюзивного ставлення.

### **Людина / дитина з синдромом дефіциту уваги та гіперактивністю (СДУГ)**

Правильно

Людина / дитина з синдромом дефіциту уваги та гіперактивністю (СДУГ)

Неправильно

СДУГшник / СДВГшник

У побутових розмовах можна почути «СДУГшник» чи ще частіше — «СДВГшник» (калька з російської). Інколи у текстах ці слова пишуть узагалі з маленьких літер, і люди можуть навіть не розуміти, що СДУГ — це аббревіатура, що позначає конкретний синдром, а не якась вичерпна характеристика людини. Коректно говорити і писати: «людина з синдромом дефіциту уваги з гіперактивністю» або «людина зі СДУГ».

### **Людина з біполярним афективним розладом (БАР)**

Правильно

Людина з біполярним афективним розладом (БАР)

Неправильно

Біполярник, БАР-ник

Коли люди кажуть про когось, що в нього чи неї «біполярка», вони здебільшого мають на увазі різкі зміни настрою людини. Але біполярний афективний розлад — це назва конкретного психічного розладу. Тому всі похідні від «біполярочки», на кшталт «біполярник» чи «БАР-ник» теж бажано не використовувати.

### **Людина з інтелектуальними порушеннями**

Правильно

Людина з інтелектуальними порушеннями

Неправильно

Імбецил, Олігофрен, Кретин, Дебіл

Раніше це були офіційні медичні діагнози. Сьогодні навіть з медицини ці визначення прибрали, замінивши на більш коректні варіанти.

### **Людина з ПТСР**

Правильно

Людина з ПТСР, Людина з посттравматичним стресовим розладом

Неправильно

ПТСР-ник, Травматик

І «ПТСР-ник», і «травматик» — слова, що патологізують людину, нібито говорячи нам: «обережно з цією людиною, бо вона травмована». Такі вислови й ставлення є неприпустимими та образливими для людини з травматичним досвідом.

### **Людина з шизофренією**

Правильно

Людина з шизофренією

Неправильно

Шизофренік, Шизоїд, Шизік

Як і у випадку з використанням слова «даун», «шизоїд», «шизік» та «шизофренік» уже давно стали образливими і використовуються не на позначення людини з діагнозом, а як лайка.

### **Людина із суїцидальними думками**

Правильно

Людина із суїцидальними думками, Людина зі скоєними спробами суїциду

Неправильно

Суїцидник

Груба й безтактна помилка називати людину, що намагалася скоїти самогубство, суїцидником. Адже, можливо, це сталося під час депресивного стану або у момент відчаю, і зараз людина пропрацьовує ситуацію з терапевтом. Тому не варто ставити тавро на людині, ніби це єдине, що її відрізняє.

### **Захворювання, що передаються статевим шляхом (ЗПСШ)**

Правильно

Захворювання, що передаються статевим шляхом (ЗПСШ)

Неправильно

Венеричні захворювання

Слово «венеричні» міфологізоване та не відповідає суті, адже буквально це означало «захворювання, що спричинила любов», бо Венеру вважали богинею кохання. Також це слово застаріле, адже ще у 1982 році Всесвітня організація охорони здоров'я запропонувала змінити цей термін на ЗПСШ — захворювання, що передаються статевим шляхом.

### **Людина в термінальному стані**

Правильно

Людина з (і уточнити діагноз), Людина на термінальній стадії захворювання / в термінальному стані

Неправильно

Людина зі смертельним діагнозом

Людина із різними ступенями хвороби може прожити не один рік. Тому дуже дивно, коли говорять «смертельний діагноз». Які терміни маютьесь на увазі? Чи всі 100 % людей помирають від такого «смертельного діагнозу»? І крім того, словосполучення «смертельний діагноз» звучить як вирок для людини.

Проте існує поняття «термінальний стан» — остання стадія життя, коли відбувається різке пригнічення життєвих функцій.

### **Людина з діабетом**

Правильно

Людина з діабетом, Людина, яка має діабет

Неправильно

Діабетик

Коли ми називаємо людину «діабетиком», ми ставимо у центр уваги її захворювання, що є неетичним. Керуємось у цьому випадку знову ж таки принципом «спочатку людина, а потім захворювання», якщо нам таки потрібно зачепити саме тему стану здоров'я.

### **Людина з когнітивними порушеннями**

Правильно

Людина з когнітивними порушеннями, Людина, яка має деменцію

Неправильно

Маразматик, Божевільний

Спектр когнітивних порушень досить широкий — від легких до важких (деменція). Ніхто з людей не застрахований від того, що з роками в нього чи неї не проявляться ці порушення в тій чи іншій стадії. І це, безперечно, може вплинути і на якість життя самої людини, і на життя людей, що її оточують. Проте не слід таврувати особу через її хворобу і називати образливими словами, яких вона може навіть не розуміти.

### **Людина з розладом харчової поведінки (РХП)**

Правильно

Людина з розладом харчової поведінки (РХП)

Неправильно

Анорексик / анорексичка, Булемік / булемічка

Розладів харчової поведінки досить багато: це й анорексія, і булімія, і компульсивне переїдання, яке людина не може контролювати. Тому, коли ми називаємо людину, в якій є РХП, анорексиком, це неправильно з медичної точки зору. З етичної так теж говорити некоректно, адже у словах «анорексик» чи «анорексичка» відчувається зневажливий тон, мовляв, «нема чого робити, їсти вони не хочуть». Але цей розлад — це стан, спровокований збоєм психічного здоров'я, роботи мозку, а не примхи чи забаганки людини, які вона здатна контролювати.

### **Людина зі спінальною м'язовою дистрофією**

Правильно

Людина зі спінальною м'язовою дистрофією, Людина з СМА

Неправильно

СМА-шник

У цьому випадку так само дотримуємося принципу «спочатку людина, а потім назва захворювання». Назву захворювання можна писати повністю чи аббревіатурою. Використовуючи слово «СМА-шник», ми ж фокусуємось на захворюванні, але аж ніяк не людині, що вкрай неприпустимо.

### **Людина, яка хворіє на рак / має рак**

Правильно

Людина, яка хворіє на рак / має рак, Людина, яка має онкологічне захворювання, Людина з онкологічним захворюванням, Людина, у якої (і уточнюємо діагноз), Онкопацієнт, Людина з історією раку / «cancer survivor»

Неправильно

Людина, що хворіє на онкологію, Онкохворий, Раковохворий, Метастазник, Онкоодужуючий

У першому випадку ми маємо помилку, адже людина не може хворіти онкологією, бо онкологія — це розділ медицини. Тому коректно говорити «хворіє на рак» або називати конкретний діагноз.

Щодо слів «онкохворий» / «раковохворий»: у них є дещо песимістичний настрій, також у кожній людині треба бачити насамперед саме людину, а не статус чи хворобу. Тому бажано говорити «онкопацієнт», якщо мається на увазі людина, яка перебуває на лікуванні.

«Онкоодужуючий» — теж не опція, хоча може здаватись прикладом термінології позитивного мислення. Так, когось таке слово надихає, наприклад, людей, лікування яких проходить успішно. Але для пацієнтів, які перебувають на паліативній терапії, це може бути додатковим болючим тригером. Адже такі пацієнти не можуть одужати цілковито, а сама терапія — це можливість контролювати хворобу та поліпшувати якість життя людини з нею.

Відомий також англомовний вираз «cancer survivor». Люди, які пройшли крізь лікування онкологічної хвороби, а також активісти радять перекладати цей термін як «людина з історією раку». Такий термін можна використовувати як щодо пацієнтів, яким щойно поставили діагноз, так і для пацієнтів, які довго лікуються, перебувають в ремісії або у паліативній терапії.

### **Люди з розладами / порушеннями аутистичного спектра**

Правильно

Люди з розладами / порушеннями аутистичного спектра, Люди з РАС, Люди в спектрі аутизму, Люди з аутизмом (допустимий варіант)

Неправильно

Аутисти (з невеликим виключенням), «Люди дощу»

Дуже популярним є словосполучення «люди з аутизмом», але існує широкий спектр порушень, які відносяться до цієї групи, тому використовують саме такий термін — розлади аутистичного спектру. Проте, якщо людина в спектрі просить називати його «аутистом», варто з повагою ставитися до такого його бажання.

Щодо словосполучення «людина дощу», то ця метафора стала активно вживаною після відомого однойменного фільму. Але у побутовій та професійній сферах краще такі метафори не використовувати, а дотримуватися коректної термінології.

### **Людина з ампутованими кінцівками**

Правильно

Людина з ампутованими кінцівками

Неправильно

Безногий, Безрукий, Одноногий, Однорукий, Ампутант, Людина з ампутацією, Інвалід-ампутант

Якщо важливо акцентувати увагу на тому, яку саме інвалідність має людина, в даному випадку ампутацію кінцівок, так і говоримо. Але дотримуючись принципу «спочатку людина».

### **Людина з епілепсією**

Правильно

Людина з епілепсією

Неправильно

Епілептик

«Епілептик» також ставить у фокус уваги не людину, а її хронічний розлад.

## Людина з паралічем

Правильно

Людина з паралічем, Людина, яка має параліч

Неправильно

Паралітик, Каліка, Параліченько, Паралізований

«Каліка», «паралітик» — образливі та грубі форми. «Параліченько» звучить зверхньо та жалібно. А «паралізований» зводить опис людини до однієї характеристики — в даному випадку це параліч.

Головне — завжди бачити в людині найперше людину.

## Людина з розумовими або інтелектуальними психічними (ментальними) порушеннями

Правильно

Людина з розумовими або інтелектуальними психічними (ментальними) порушеннями

Неправильно

Людина, яка страждає на психічні розлади, Неадекватний, Ненормальний, Не при собі, Психічно хворий, Людина з проблемами психічного здоров'я, Психічно неврівноважений, Псих, Розумово відсталий, Загальмований, Людина із розумовими відхиленнями

Не знаючи конкретного діагнозу, люди можуть говорити «психічно хворий» або ще грубіше: «псих», «ненормальний» чи «неадекватний». Але ці слова неприйнятні для опису психічного стану людини, бо звучать і використовуються як лайка.

Раніше дуже поширеним було використання терміну «проблеми психічного здоров'я». Проте не бажано вживати цей вислів «люди з проблемами...» відносно будь-якої групи. Бо таким чином ми одразу тавруємо людей як таких, в яких не все гаразд, в яких є проблеми.

Не варто також говорити, що «люди страждають на психологічні розлади». Страждання — це філософська категорія, яка не має нічого спільного з тими чи іншими фізичними станами. Людина може бути абсолютно здоровою і страждати, а може мати якийсь розлад або діагноз і бути щасливою. Визначати душевний стан людини за ознакою діагнозу — неприпустимо. Якщо ви близькі з людиною, краще запитати в неї, що робить її щасливою або спричиняє страждання чи дискомфорт, але точно не клеймувати тими чи іншими станами на власний розсуд. А співчувати людині виключно з причини своїх особистих уявлень про її «ненормальність» — принизливо і негідно.

## Людина із синдромом Дауна

Правильно Людина із синдромом Дауна, Дитина із синдромом Дауна

Неправильно Даун, Даунята, «Сонячні люди»

Слово «даун» уже давно стало образливим, якщо не лайливим. «Даунята» — таке слово можна почути про дітей із синдромом Дауна, люди можуть вживати його без злого наміру. Але пам'ятаймо, що таким чином ми акцентуємо увагу на одній ознаці людини, що є неправильним. «Сонячні люди» — популярна метафора, що часто вживається в ЗМІ. Краще за все говорити просто — людина / дитина із синдромом Дауна.

## Раса, етнічна чи національна належність

### Азійці

Правильно

Азійці (або називати конкретну країну походження)

Неправильно

Вузькоокі / Косоокі, Монголоїди (залежить від контексту), Азіати

Прикметники «вузькоокі» та «косоокі» — це образа. Монголоїди — це одна з людських рас. І з точки зору використання терміну у значенні соціального конструкту це може бути прийнятно, тож у цьому випадку все залежить від контексту. Якщо ми розуміємо, що тут щось не так, то краще відмовитися від вживання такої термінології. Щодо слова «азіати»: по-перше це русизм. По-друге, цей термін уже використовують на позначення некультурних людей. Тому краще сьогодні вживати термін «азійці» або називати конкретну країну походження: в'єтнамець, кореець тощо.

### Роми

Правильно

Роми, Рома

Неправильно

Цигани

Слово «цигани» набуло асоціацій з чимось незаконним. Навіть похідне дієслово «вициганити» означає «добути, настирливо просячи, вимагаючи» або «задурити людині голову так, аби щось забрати в неї». Проте подібні узагальнення — ніщо інше, як дискримінація за етнічною ознакою. Серед ромів є різні люди, так само як і серед українців, американців чи корейців, але національна чи етнічна належність ніяк не впливають на характер чи дії людини. Тому краще уникати слова «цигани» і похідних, хоча, звісно, ми можемо побачити їх у культурній сфері, наприклад, у понятті «циганський театр».

Але роми — це народ, якій набагато більше, ніж стереотипне уявлення про нього. Як і серед будь-якого іншого народу, серед ромів можна зустріти абсолютно різних людей. Назва ж народу «роми» походить від грецького «гомаіоі» — «ромеї» і використовується для позначення групи народів індійського походження, що проживає у багатьох країнах світу, зокрема в Україні.

### Євреї

Правильно

Євреї

Неправильно

Жиди, Жидовки

Слово «жид» та похідні від нього вважаються застарілими та образливими. Навіть тлумачний словник української мови визначає його як негативне. Називати євреїв «жидами» — так само неприйнятно, як називати українців «хохлами».

## Темношкіра людина

Правильно

Темношкірий чоловік, Темношкіра жінка

Неправильно

Чорний, Негр, Кольоровий

І «чорний», і «кольоровий» — знеособлені слова, які зневажливо підкреслюють одну конкретну рису. «Негр» у нашій мові було досить нейтральним словом. Але в останні роки воно стало образливим у англomовному світі, а на тлі рухів за права людини, і зокрема Black Lives Matter, і поготів. Для темношкірих американців це нагадування про минуле, в якому їхні предки були рабами, а нам, як країні, яка роками була закріпачена, це має бути добре зрозуміло.

Бажано узагалі не фокусуватись на такій зовнішній ознаці, як колір шкіри. Але якщо, наприклад, ви пишете статтю на дотичну тему, то краще використовувати такий термін.

## Народи Кавказу

Правильно

Народи Кавказу

Неправильно

Хач, Хачик, Особа кавказької національності

«Хач», «хачик» така ж образлива форма, як «жид» стосовно єврея чи «хохол» — українця.

«Особа кавказької національності» — термін неправильний, тому що немає такої національності, як кавказька. На Кавказі живуть десятки різних народів зі своїми мовами, культурними особливостями, релігіями тощо.

Коли нам необхідно позначити походження людини, краще за все називати конкретні національності: «вірменин», «грузин», «азербайджанець» або «уродженець Вірменії / Грузії / Азербайджану» тощо.

## Інвалідність

### Жестова мова

Правильно

Жестова мова

Неправильно

Мова жестів, сурдопереклад

Мову жестів, насправді, використовує кожен з нас, коли щось пояснює, говорить, сміється та використовує жести й міміку. А от жестова мова — це мова, яку використовують люди з порушеннями слуху, у неї своя структура, правила та словник. Поняття ж “сурдопереклад” наразі вважається застарілим.

### Людина з порушенням сприйняття кольору

Правильно

Людина з порушенням сприйняття кольору

Неправильно

Дальтонік

Термін «дальтонік» уже давно набув зневажливого забарвлення, і так сьогодні звертаються навіть до людей, які не мають такого діагнозу, а, наприклад, замислились і переплутали кольори. І подібні висловлювання є неприпустимими.

Коли нам потрібно акцентувати, що людина має порушення сприйняття кольору, ми так і говоримо.

### **Людина з порушеннями слуху**

Правильно

Людина з порушеннями слуху, Людина з повною / частковою втратою слуху, Нечуючий / нечуюча

Неправильно

Глухий, Глухонімиий

Люди з повною втратою слуху (до прикладу, внаслідок травми, через стан здоров'я або вікових змін) зберігають здатність мовлення. Навіть ті діти, які народжуються з порушенням слуху, можуть навчитися говорити, але їхня вимова відрізнятиметься від вимови тих, хто має слух. Тому говорити «глухоніми» некоректно.

Серед спільноти людей з порушеннями слуху частина вважає термін «глухий» припустимим, інша — ні. Краще використовувати той термін, який прийнятний для всіх, а саме «людина з порушеннями слуху».

І в самій спільноті, і в медіа можна побачити ще один поширений термін — «нечуючий», хоча його і не схвалюють мовознавці. Проте мова — гнучка субстанція, і з часом терміни, які нам незвичні, люди починають активно вживати.

### **Має порушення рухових функцій**

Правильно

Має порушення рухових функцій

Неправильно

Прикутий до крісла / ліжка

У слові «прикутий» є пасивний відтінок, нібито людину кайданами прикували до колісного крісла чи ліжка. Але це не так, і, наприклад, людина, що користується кріслом колісним самостійно, здатна сама вирішувати, куди їй прямувати. Тож, якщо нам все ж таки потрібно акцентувати на тому, що людина має порушення рухових функцій, то так і говоримо.

### **Крісло колісне**

Правильно

Крісло колісне

Неправильно

Інвалідний візок, візок, візочок, інвалідне крісло

Візок люди використовують у супермаркеті, коли купують товари та продукти. Форму «інвалідне крісло» краще не вживати у мовленні, тому що вона, як і «інвалід», також зводить людину до однієї ознаки — інвалідності. Тому коректно говорити «крісло колісне».

## **Людина з порушеннями / порушеннями функцій**

Правильно

Людина з порушеннями / порушеннями функцій

Неправильно

Людина з вадами / недоліками / дефектами

Слово «вади», як і «недоліки», досить поширене й сьогодні, багато людей вживають його без усілякого наміру когось образити. Однак у самому слові є негативний відтінок, адже під вадами характеру, наприклад, ми маємо на увазі риси, які не найкраще характеризують людину. Тоді як поняття «порушення функції» просто констатує, яку функцію людина може чи не може виконувати.

## **Людина, яка користується кріслом колісним**

Правильно

Людина, яка користується кріслом колісним, Людина, яка пересувається за допомоги коляски / крісла колісного

Неправильно

Колясочник, Візочник

Слово «візок» та «коляска» не можуть слугувати визначенням певної людини або групи осіб. І «колясочник», і «візочник» є жаргонними виразами, мають негативне забарвлення та є образливими.

Пам'ятаємо, що у таких випадках у мовленні керуємося принципом «спочатку людина», а потім ознака, яку необхідно вказати.

Варто мати на увазі також і те, що людина, яка пересувається колісним кріслом, «іде», а не «їде».

## **Маломобільні групи населення**

Правильно

Маломобільні групи населення

Неправильно

Маломобільні люди і люди з інвалідністю

Коли ми використовуємо сполучник «і», ми ніби виокремлюємо дві групи, але люди з інвалідністю є частиною маломобільних груп населення. Але в цю групу також входять люди, які відчують складнощі під час самостійного пересування через незручне й недоступне середовище. А це:

- люди з якимись тимчасовими фізичними порушеннями;
- люди старшого віку;
- вагітні жінки;
- діти до 7 років з батьками або особами, що їх супроводжують;
- люди зі значно більшою або меншою за середню масою тіла, значно вищі або нижчі за середній зріст.

## **Людина з інвалідністю**

Правильно

Людина з інвалідністю, Людина з фізичними / сенсорними / психічними / інтелектуальними / ментальними порушеннями, Людина з порушеннями опорно-рухового апарату, Людина з порушеннями рухової функції

Неправильно

Інвалід, Людина з обмеженими можливостями / людина з обмеженими фізичними можливостями, Людина з особливостями, Людина з особливими потребами, Каліка, Людина з нюансами, Особлива людина, Неповноцінний, Неповносправний, Недіездатний, Страждає на інвалідність, Інклюзивні люди

Єдиним коректним терміном сьогодні є «людина (особа) з інвалідністю». Коли ми говоримо «інвалід», ми ніби навіщуємо на людину тавро. Але інвалідність — це тільки одна з ознак людини, при цьому вона може бути чиєюсь дружиною, донькою, сином чи братом, з темним чи рудим волоссям, професіоналом у якійсь справі, спортсменом, з купою досягнень і т. ін. Тому коректно в такому випадку дотримуватися принципу «person first language», тобто пам'ятати, що на першому місці завжди людина, а вже потім її ознака, якщо це необхідно вказати.

Стосовно терміна «обмежені можливості», який дуже часто використовують на заміну: він теж є некоректним, адже у кожної людини є якісь обмежені можливості, наприклад, фізично ми не здатні підняти 500 кг ваги або пробігти 300 км без перерви.

Так само у кожного з нас є свої особливості та особливі потреби. Наприклад, хтось більш ефективно працює з самого ранку, а у когось продуктивність прокидається пізно ввечері. У когось особливо чутливі очі в сонячну погоду і він чи вона не можуть обійтися без сонцезахисних окулярів. А пандус чи ліфти — це давно вже не особливі потреби, а базова інфраструктурна потреба для всіх людей, адже ними користуються не тільки люди з інвалідністю, а й батьки з дитячими візочками, пасажери з валізами на колесах.

Термін «неповносправність» використовується в судових рішеннях, що також є неприпустимим, адже цей термін є калькою з польської мови і не визнаний юридично визнаним в Україні. Крім того, більшість людей з інвалідністю не є неповносправними, вони такі ж, як і решта людей, і так само можуть працювати, навчатись, народжувати та виховувати дітей. А слова «каліка», «візочник», «колясочник» узагалі є грубими і дуже образливими.

### **Людина з порушеннями зору**

Правильно

Людина з порушеннями зору, Людина з повною / частковою втратою зору, Незрячий / незряча (допустимий варіант)

Неправильно

Сліпий, Підсліпуватий, Людина з вадами зору

Слово «сліпий» ви можете бачити і в медіа, і в українських законах, але воно некоректне, тому що таврує людину за ознакою однієї дисфункції. Крім того, воно несе в собі вже деяку метафоричність. Ми говоримо «сліпа любов» або «сліпі люди», коли маємо на увазі, що хтось не помічає очевидних речей. Але не через порушення зору, а через небажання чи обставини.

Якщо ми говоримо про людину з повною втратою зору, можна вживати термін «незряча людина».

## **Людина, яка спілкується за допомогою альтернативних засобів комунікації, наприклад, жестовою мовою, спеціальних картинок тощо**

Правильно

Людина, яка спілкується за допомогою альтернативних засобів комунікації, наприклад, жестовою мовою, спеціальних картинок тощо, Людина, яка не говорить (не розмовляє)

Неправильно

Німий

Якщо людина користується жестовою мовою чи іншими альтернативними засобами комунікації, краще не називати її «німою», адже вона може донести свої думки. А крім того, як і «сліпий», слово «німий» теж є метафоричним, коли мають на увазі мовчазну людину, і в цьому випадку воно теж може бути образливим.

## **Різні соціальні групи**

### **Бездомна людина / особа**

Правильно

Бездомна людина / особа, Людина без постійного місця проживання, Людина без домівки

Неправильно

Бомж, Безхатько, Безхатченко

Спочатку слово «бомж» було російськомовною аббревіатурою, яка означала «без определенного места жительства». З роками це слово набуло негативного і образливого відтінку. «Безхатько» чи «безхатченко» звучить так, ніби людина ніколи не жила у приміщенні, не мала роботи, сім'ї, ніби це той спосіб життя, який її влаштовує. В цих словах також простежується дещо грайливий відтінок, якась легковажність, що не стосується ситуації, коли людина опинилась без даху над головою.

Стосовно слів «бездомна людина» і «безпритульна людина»: обидва є коректними. Проте «бездомна людина» — термін більш широкий і позначає людину, у якої немає житла, придатного для проживання. До бездомних осіб зараховують безпритульних людей, які проживають на вулиці, в парках, у підвалах — місцях, не призначених для проживання, а також людей, які мають притулок.

### **Дитина-сирота**

Правильно

Дитина-сирота, Дитина, позбавлена батьківського піклування

Неправильно

Сирітка, Дітдомовець

«Дітдомовець» таврує тих дітей, які виростають у дитячих будинках, нібито це якось визначає їхнє подальше життя. Слово «сирітка» несе в собі зневажливе та зверхнє ставлення до дитини, чий батьки померли або загинули. Крім того, інколи воно використовується на позначення соціального сирітства, коли батьки живі, але відмовилися від дитини. Але для цього є коректний термін «дитина, позбавлена батьківського піклування».

## **Людина з ВІЛ-позитивним статусом**

Правильно

Людина з ВІЛ-позитивним статусом, Людина, яка живе з ВІЛ/ СНІД,  
Людина з ВІЛ/СНІД

Неправильно

ВІЛ-інфікований, Носій ВІЛ

«Носій ВІЛ» говорити некоректно, цей термін поглиблює стигму навколо людей, що живуть з ВІЛ.

Поняття «ВІЛ-інфікований» досить поширене, але воно об'єктивує людину і перетворює її виключно на носія інфекції.

## **Постраждала / постраждалий від насильства**

Правильно

Постраждала / постраждалий від насильства, Потерпіла / потерпілий від насильства

Неправильно

Жертва насильства

Слово «жертва» таврує людину. Насильство має довготривалі наслідки, але воно не визначає життя та майбутнє тих, хто його пережив. Тому варто казати «постраждала чи постраждалий» або «потерпіла чи потерпілий».

Але тут є суттєва різниця. Постраждала чи постраждалий — це особа, яка зазнала насильства, а потерпіла чи потерпілий — людина, що вже перебуває у кримінальному процесі.

## **Внутрішньо переміщена особа**

Правильно

Внутрішньо переміщена особа, Людина, яка переїхала з тимчасово окупованих територій, Вимушений переселенець (допустимий варіант), ВПО (допустимий варіант)

Неправильно

Біженець (у значенні «внутрішньо переміщена особа»)

Люди, які були вимушені покинути свої домівки з початком війни у 2014 році, одразу отримали безліч назв, які здебільшого неправильні чи образливі по своїй суті. Адже «біженцями» називають людей, які вимушено переїжджають в іншу країну. Тому, якщо йдеться про застосування цього слова до внутрішнього переміщення в Україні, яке пов'язане з війною та окупацією Криму, тут воно некоректне. Слово «переселенець» — дуже широкий термін, який позначає в цілому людей, що змінили місце життя, але може бути використане.

## **Люди старшого віку**

Правильно

Люди старшого віку, Люди третього віку, Люди літнього віку, Літні люди,  
Люди у віці 60+ / 75+

Неправильно

Люди у віці, Старі, Бабусі та дідусі, Люди пенсійного віку / пенсіонери,  
Люди поважного віку

Прикметником «старі» можна зачепити ту групу людей, яка себе так не ідентифікує, хоча цей варіант може часто траплятися в медіа та українському законодавстві. Крім того, з урахуванням загальносвітової тенденції подовження життя, стає неочевидним, людей якого віку зараховувати до цієї категорії. До речі, згідно з класифікацією Всесвітньої організації охорони здоров'я, літнім вважається вік 60-75 років, а старечим — 75-90 років. Тих, хто досягли 90 років і більше, прийнято називати довгожителами.

«Бабуся», «дідусь» вживаємо лише, коли треба вказати на родинні зв'язки.

Термін «пенсіонери» також бажано використовувати, залежно від контексту. Адже цей термін в першу чергу характеризує людей, що отримують пенсію безвідносно до віку. Бо пенсія може бути також призначена, наприклад, дитині або іншій особі по втраті годувальника тощо.

Якщо нам все ж таки потрібно позначити різницю у віці того покоління, про яке ми говоримо чи пишемо, можна говорити «старше покоління», «люди старшого віку», «старші люди». Також сьогодні в українському законодавстві використовується такий термін, як «люди похилого віку», а от в Європі, наприклад, про людей, що вийшли на пенсію, кажуть «люди третього віку».

### **Мати, яка самотійно виховує дитину**

Правильно

Мати, яка самотійно виховує дитину, Батько, який самотійно виховує дитину, Одинокa мати / одинокий батько (допустимий варіант)

Неправильно

Мати-одиначка / батько-одинак, Покритка

Термін «мати-одиначка» вже давно стало тавром в у нашому суспільстві і сприймається як той, що описує жінку, яку залишили саму з дитиною / дітьми. Насправді, причин, чому жінки, а також чоловіки, виховують дітей самотійно безліч: втрата партнера, самотійне усиновлення тощо. А на застаріле та досить образливе слово «покритка» бажано натрапляти лише в українській літературі XIX ст.

### **Сім'я у складній життєвій ситуації**

Правильно

Сім'я у складній життєвій ситуації, Сім'я у складних життєвих обставинах

Неправильно

Неблагополучна сім'я

Раніше цілком прийнятно було говорити «неблагополучна родина», сьогодні ж таке словосполучення таврує сім'ю раз і назавжди. Але ситуація, у якій опинилась якась конкретна родина, цілком може бути вирішена.

### **Дитина з особливими освітніми потребами**

Правильно

Дитина з особливими освітніми потребами (ООП)

Неправильно

Особлива дитина, Інклюзивна дитина, Дитина з інклюзією, Інклюзятко

Кожна дитина і доросла людина унікальні та особливі по-своєму, а тому в кожного з нас є власні індивідуальні потреби: комусь потрібно приймати вітаміни, комусь ховатись від сонця через алергію або не їсти полуниці, комусь потрібна тиша для концентрації, а комусь — класична музика. Якщо ми маємо на увазі саме

інклюзивну освіту, то правильно говорити саме «діти з особливими освітніми потребами». І це, до речі, єдиний випадок, коли коректно говорити «особливий». Маємо акцентувати, що дитина з особливими освітніми потребами — це людина до 18 років, що потребує додаткової підтримки в освітньому процесі. Хто це може бути:

- діти з інвалідністю;
- діти з родин, що опинились у складних життєвих обставинах;
- безпритульні діти;
- діти, які живуть із ВІЛ/СНІД;
- діти-сироти;
- діти з дислексією (порушення, за якого людині важко читати), дисграфією (порушення, за якого людині складно писати) чи дискалькулією (порушення, виражене в нездатності людини до рахунку, розв'язання математичних задач);
- діти, позбавлені батьківського піклування та інші.

Дитина, яка на деякий час випала з освітнього процесу через хворобу чи інші причини, теж стає дитиною з особливими освітніми потребами, бо може потребувати додаткового часу, аби наздогнати однолітків.

#### **Люди, які залежні від психоактивних речовин**

Правильно

Люди, які залежні від психоактивних речовин, Люди, які залежні від алкоголю, Люди, які залежні від наркотичних речовин / наркотиків

Неправильно

Наркоман, Наркозалежний, Алкоголік, Алкозалежний

І «алкоголік», і «наркоман», а також усі слова, де у будові є «манія» (наприклад, «ігроман») — це слова, які наскрізь просякнуті стигмою та негативним ставленням до людей, що живуть із такими видами залежностей.

Слова «алкозалежний» чи «наркозалежний» також краще виключити, тому вони що змушують фіксувати тільки цю одну характеристику людини та знеособлюють її, а цього варто уникати.

#### **Підліток / дитина, яка має девіантну поведінку**

Правильно

Підліток / дитина, яка має девіантну поведінку

Неправильно

Важкий підліток / важка дитина

«Важкий підліток» — ще одне поширене слово-тавро. Будь-який підліток і дитина не застраховані від ситуацій, в яких можуть проявити себе не найкращим чином. Окрім того, причинами такої поведінки може бути СДУГ (синдром дефіциту уваги та гіперактивність), психічні порушення, фізіологічні та гормональні зміни, складні життєві обставини, з якими підліток чи дитина не можуть упоратись самотійно.

#### **Ув'язнений / в'язень**

Правильно

Ув'язнений / в'язень, Людина, яка відбула покарання, Людина, яка перебуває в місцях позбавлення волі, Людина, яка отримала вирок без

позбавлення волі , Людина, яка повернулася з місць позбавлення волі, Людина, яка перебуває під слідством (з позбавленням волі чи без, але якій не висунуто вирок)

Неправильно

Зек / зечка / зека

«Зек» та похідні від нього за роки вжитку набули негативного забарвлення, хоча з самого початку це була аббревіатура, що використовувалась у радянські часи.

«Ув'язнений» та «в'язень» — слова, які застосовуються до різних аспектів обмеження особистої свободи. Тож, у принципі, їх можна використовувати, але краще уточнити деталі.

Стосовно ж людини, яка відбула термін, краще також не говорити «колишній засуджений», адже якщо людина вже постала перед судом та відбула покарання, яка вже кому різниця. Винятком можуть бути деякі ситуації, наприклад, робота над журналістським матеріалом, в якому йдеться про життя людей, що побували за ґратами.

## **ЛГБТІК+**

### **Бісексуал / бісексуалка**

Правильно

Бісексуал / бісексуалка

Неправильно

Ті, що не визначились зі своєю сексуальною орієнтацією

Інколи бісексуальних людей трактують як тих, що не визначились зі своєю орієнтацією. Але це не так, бісексуали і бісексуалки — це люди, які мають сексуальний потяг до людей обох статей.

### **Гомосексуальна орієнтація**

Правильно

Гомосексуальна орієнтація

Неправильно

Нетрадиційна сексуальна орієнтація, Ненормальна сексуальна орієнтація

У всі часи були гомосексуальні люди, зокрема є історичні свідчення гомосексуальності ще в Стародавньому світі. Тому слово «нетрадиційна» не має сенсу. По-друге, такий вислів ніби відокремлює ЛГБТ-людей і робить їх меншовартісними, як і вислів «ненормальна орієнтація». Нагадаємо, що з 1990 року гомосексуальна орієнтація офіційно визнана нормою Всесвітньою організацією охорони здоров'я.

### **Інтерсекс-людина**

Правильно

Інтерсекс-людина

Неправильно

Гермафродит, Інтерсексуал

У давньогрецькій міфології гермафродит — це син Гермеса і Афродіти, якого боги з'єднали з німфою в одну двостатеву істоту. Цей термін пов'язаний із

міфами та легендами й інколи хибно трактується, а тому його краще не використовувати.

Термін «інтерсекс» з'явився у другій половині ХХ століття. «Інтерсекс» — це узагальнювальний термін на позначення людини, народженої зі статевими характеристиками (включно з геніталіями, статевими залозами і набором хромосом), які не вписуються в стереотипи бінарної системи сприйняття чоловічої або жіночої статі.

Інтерсексна характеристика належить саме до біологічної ознаки, що відрізняє її від сексуальної орієнтації, тому термін «інтерсексуал» також є некоректним.

### **Кросдресер / кросдресерка**

Правильно

Кросдресер / кросдресерка

Неправильно

Трансвестит

Якщо ми говоримо про людину, яка просто переодягається в одяг протилежної статі, то слово «трансвестит» уже є застарілим і набуло негативного значення. Сьогодні коректно говорити «кросдресер» — це слово прийшло до нас із англійської і дослівно означає «cross — протилежний, dresser — той, що одягається».

### **Одностатеві шлюби / партнерства**

Правильно

Одностатеві шлюби / партнерства

Неправильно

Гей-шлюби

Говорячи про партнерства чи шлюби для ЛГБТК+, використовуємо прикметник «одностатеві». Адже слово «гей-шлюби» одразу виключає решту учасників спільноти.

### **Гей / гомосексуал**

Правильно

Гей / гомосексуал

Неправильно

Гомосексуаліст, Голубий

Суфікс «-іст» некоректний і з лінгвістичної, і з етичної точки зору. Він з'явився в російській мові у радянські часи, коли за одностатеві стосунки чоловіків могли ув'язнити. Крім того, він вказує на медичні причини і має походження з радянської психіатрії. Тобто, коли ми кажемо «гомосексуаліст», ми вказуємо на те, що любов людини до людини своєї статі — це захворювання.

Звісно, багато людей використовують слово «гомосексуаліст» сьогодні, навіть не підозрюючи про його витоки й зневажливий підтекст. Але коректно буде говорити саме «гомосексуал» (так перекладається з англійської — homosexual) або «гей».

Слово ж «голубий» є грубою образою, представники ЛГБТ не асоціюють себе з цим кольором. І от ще цікавий факт: в ЛГБТ-прапорі насправді не 7, а 6 кольорів. І якраз блакитного в ньому і немає.

## Гомосексуальність

Правильно

Гомосексуальність

Неправильно

Гомосексуалізм

Суфікс «-ізм» несе ідеологічний відтінок і використовується на позначення якихось течій та ідеологій, а гомосексуальність — це не є ідеологія, це природа людини від народження. Крім того, цей суфікс «-ізм» несе негативний відтінок із тих часів коли, гомосексуальність вважали хворобою. Проте ще у 1990 році Всесвітня організація охорони здоров'я виключила гомосексуальність із міжнародного переліку захворювань, тим самим затвердивши, що гомосексуальна орієнтація є нормою. Є також і лінгвістичний аргумент: адже ми перекладаємо *heterosexuality* / *bisexuality* / *sexuality* як гетеросексуальність / бісексуальність / сексуальність, тож чому *homosexuality* — це гомосексуалізм?

## Квір

Правильно

Квір, Квір-людина

Неправильно

«Не він, не вона»

«Квір» — це парасольковий термін, який позначає або представників/ць ЛГБТ+ спільноти, або тих представників/ць суспільства, чия ідентичність не є гетеросексуальною, але виходить за рамки аббревіатури ЛГБТ.

## ЛГБТІК+

Правильно

ЛГБТІК+, ЛГБТ-спільнота

Неправильно

ЛГБТ-шники, Сексуальні меншини

«ЛГБТ-шники» — зневажливий вислів. А словосполучення «сексуальні меншини» зводить увесь порядок денний до теми сексу. Хоча проблеми, які хвилюють ЛГБТІК-спільноту, набагато ширші: рівні права, дискримінація, відсутність можливостей вступити в законний одностатевий шлюб тощо.

## Трансгендерна людина

Правильно

Трансгендерна людина, Транс-людина

Неправильно

Транссексуал, Транс, Трансуха

Трансгендерна людина — це людина, чия гендерна ідентичність не збігається з тією статтю, що була записана при народженні. Термін «транс», хоч по суті і скорочення, вже став знеособленим. Його можна використовувати як префікс у слові «транс-людина». Слово «транссексуал» застаріло і використовується в медичній сфері. Щодо слова «трансуха», то воно є грубою образою.

## **Гетеросексуал / гетеросексуалка**

Правильно

Гетеросексуал / гетеросексуалка

Неправильно

Натурал / натуралка

Натура з латини — це «природа». А всі люди є частиною природи, тобто ми всі — натуральні.

А говорити, що гомосексуальна орієнтація не є природною, а тільки гетеросексуальна — натуральною, — це помилка. Адже ще з 1990 року гомосексуальна орієнтація офіційно й науково визнана такою ж нормою, як і гетеросексуальна. Тож, якщо нам потрібно вказати саме на сексуальну орієнтацію, за якої людина має потяг до людини протилежної статі, правильно говорити «гетеросексуальна» (гетеросексуал / гетеросексуалка).

**Здійснити трансгендерний перехід**

Правильно

Здійснити трансгендерний перехід

Неправильно

Змінити стать

Якоїсь магічної єдиної операції, після якої людина може змінити стать, не існує, тому так казати некоректно. Людина в процесі переходу проходить не один етап: це і гормональна терапія, і зміна документів, хтось може робити мамопластику і видаляти груди, а хтось здійснювати операцію на геніталіях. Тому трансгендерний перехід — це процедура комплексна і займає не один день, а може тягнутись роками.

## **Корекція статі**

Правильно

Корекція статі

Неправильно

Операція зі зміни статі

Якщо ми все ж маємо на увазі саме хірургічне втручання, то потрібно або називати саму маніпуляцію (мамопластика, вагінопластика), або писати й говорити «корекція статі». «Корекція», а не «зміна», тому що людина з дитинства може жити в такому сприйнятті себе, і вона сама по собі не змінюється, а приводить у відповідність свій фізичний вигляд до свого сприйняття.

## **Лесбійка / гомосексуалка**

Правильно

Лесбійка / гомосексуалка

Неправильно

Лесбіянка

«Лесбіянка» — це калька з російської мови, тому правильно говорити «лесбійка». Слово «гомосексуалка» також можна вживати, але воно не таке поширене.

**+ ДОДАТКИ програмного забезпечення  
для безбар'єрного спілкування**