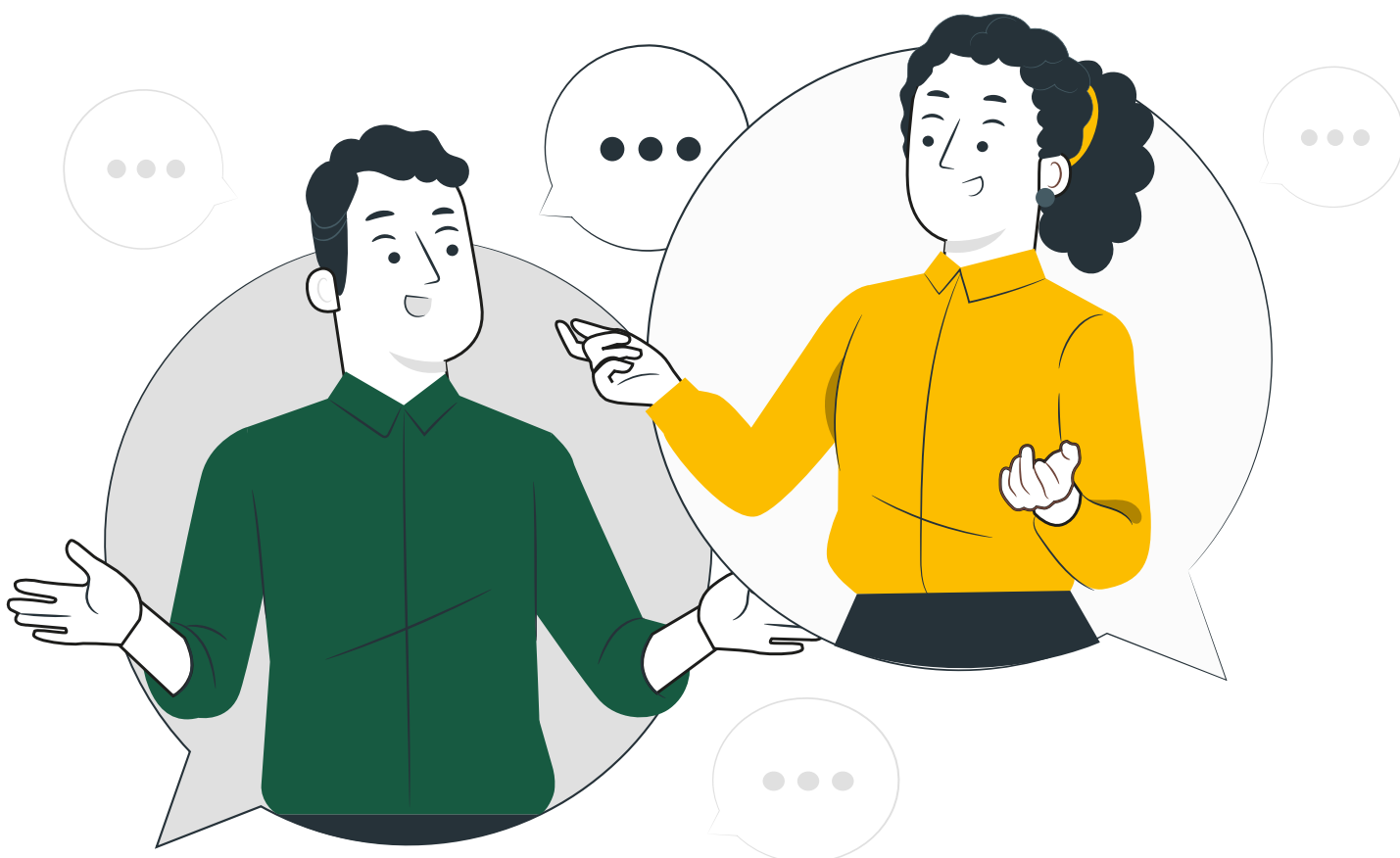


OGÓLNOPOLSKA KAMPANIA EDUKACYJNO-INFORMACYJNA

Bliżej
SIEBIE

Stygmatyzacja w komunikacji

– jakich zwrotów nie używać?



WAŻNE! W KOMUNIKACJI UŻYWAJ NEUTRALNYCH I EMPATYCZNYCH OKREŚLEŃ, KTÓRE NIE DEPRECJONUJĄ ANI NIE STYGMATYZUJĄ OSÓB Z ZABURZENIAMI I CHOROBAМИ PSYCHICZNYMI. W TEN SPOSÓB NIE PIĘTNUJESZ I TWORZYSZ BARDZIEJ WSPIERAJĄCE ŚRODOWISKO.

WWW.BLIZEJSIEBIE.INFO

Chory psychicznie

termin ten ma negatywne konotacje i może prowadzić do nieprawidłowych wniosków i stereotypów.

Depresyjny

słowo często używane na określenie gorszego nastroju lub chandry. Jednak przejściowa apatia to nie to samo, co życie z depresją. Nadużywanie takich zwrotów nie tylko może być odbierane przez chorych na depresję jako bagatelizowanie ich cierpienia, ale też przyczynia się do tego, że depresja i inne zaburzenia psychiczne, których nazwy wykorzystuje się w niemedycznych kontekstach, są społecznie postrzegane jako mniej groźne niż w rzeczywistości.

Nienormalny

to słowo sugeruje, że osoba z problemem zdrowia psychicznego jest odmienna od „normalnych” ludzi, co prowadzi do marginalizacji i stygmatyzacji.

Niepoczytalny

określenie pogłębia negatywne stereotypy i uprzedzenia wobec osób z zaburzeniami psychicznymi. Stawia je w kategorii niebezpiecznych lub niezdolnych do normalnego funkcjonowania społecznego.

Opętany

używanie tego słowa jest powiązane z mitami i przesądami związanymi z posiadaniem problemów zdrowia psychicznego. Sugestia, że osoba jest „opętana”, jest nieodpowiedzialna i stygmatyzująca.

Oszółom

to obraźliwe określenie, które może sprawiać, że osoba czuje się niepoważana i poniżana. Stosowanie go jest destrukcyjne i nieodpowiedzialne.

Obłąkany

to słowo sugeruje, że osoba z zaburzeniami psychicznymi jest pozbawiona zdrowego rozsądku i całkowicie niestabilna.

Psychiczny

słowo o negatywnym wydźwięku, które piętnuje osoby z zaburzeniami psychicznymi jako jedynie obiekty dla leczenia lub źródło strachu, zamiast jako osoby, które zasługują na szacunek i zrozumienie.

Szalony

to słowo sugeruje, że osoba z problemem zdrowia psychicznego, jest całkowicie pozbawiona zdrowego rozsądku i kontroli nad sobą. Może to prowadzić do deprecjonowania i marginalizowania tych osób.

Schizofrenik

używanie tej nazwy może przyczynić się do potęgowania mitów i stereotypów związanych z tą chorobą, etykietuje, wyklucza i ogranicza prawa w różnych sferach życia osoby ze schizofrenią.

Szkodliwy

zwrot sugeruje, że osoba z problemem zdrowia psychicznego jest niebezpieczna lub może wyrządzić szkodę innym. To pogląd, który jest niesprawiedliwy i nie odzwierciedla rzeczywistości.

Świr

słowo obraźliwe, niesie ze sobą stereotypy i uprzedzenia wobec osób z zaburzeniami psychicznymi. Tworzy fałszywe przekonanie, że są one niebezpieczne lub „szalone”.

Upośledzony umysłowo

określenie to jest pejoratywne i przestarzałe, podkreśla niższość intelektualną. Taki język może prowadzić do dyskryminacji osób z problemami zdrowia psychicznego.

Wariat

jest to obraźliwe określenie, które sugeruje, że osoba z problemem zdrowia psychicznego jest całkowicie niestabilna emocjonalnie i nieodpowiedzialna społecznie.

Zaburzony

słowo sugeruje, że osoba z zaburzeniem psychicznym jest „nienormalna”. To negatywne określenie może przyczyniać się do utrzymania stereotypów i uprzedzeń.

WYSTRZEGAJ SIĘ:

- 🌀 Nazywania jakiegoś zachowania przymiotnikiem chorobowym, np. „szalone zachowanie”, „schizofreniczne przekonania”, do opisywania poglądów czy zachowania, które uważasz za nierozsądne, sprzeczne lub nieodpowiednie.
- 🌀 Odsyłania do psychiatry, używając takich zwrotów jak np.: „idź się leczyć”, jeśli się z kimś nie zgadzamy lub chcemy zakwestionować jego zdanie.
- 🌀 Używania pejoratywnych określeń jak „psychiatryk” czy „wariatkowo”. Mówiąc o miejscach leczenia, należy używać nazw oficjalnych: szpital psychiatryczny, oddział psychiatryczny, Centrum Zdrowia Psychicznego, Poradnia Zdrowia Psychicznego.



PAMIĘTAJ!

OSOBA CHORA JEST SOBĄ, NIE JEST CHOROBA.

Dlatego, zamiast używać etykietek, takich jak np. „chory psychiczny” czy „depresyjny”, używaj terminów, które odnoszą się bezpośrednio do problemu.

Mówimy np.:

- „osoba z diagnozą depresji”
- „osoba ze zdiagnozowaną schizofrenią”
- „osoba chorująca na schizofrenię”
- „osoba z doświadczeniem kryzysu psychicznego”
- „osoba zmagająca się z problemami zdrowia psychicznego”

SZACUNEK I ODPOWIEDZIALNE SŁOWA

Poruszając tematykę związaną ze zdrowiem psychicznym, należy przede wszystkim zachować szacunek do drugiego człowieka i problemu, z jakim się mierzy.





Bliziej **SIEBIE**

Ogólnopolska kampania edukacyjno-informacyjna

Bądźmy „Bliziej Siebie”



www.blizejsiebie.info



facebook.com/blizejsiebieinfo



linkedin.com/showcase/kampania-blizej-siebie/



www.youtube.com/@BlizejSiebielInfo

ORGANIZATOR



Materiał chroniony jest prawem autorskim.
Wszelkie kopiowanie czy cytowanie możliwe jest za podaniem źródła i autora.

