



ΚΑΜΠΑΝΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗ  
ΤΟΥ ΣΤΙΓΜΑΤΟΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ  
ΣΤΟ ΔΗΜΟΣΙΟ ΛΟΓΟ

# Γλώσσα και αναπηρία - Το παράδειγμα της ψυχικής υγείας

Αρχές για την συμπεριληπτική γλώσσα  
στην νομοθεσία, στον δημόσιο χώρο και στα ΜΜΕ

Δρ. Μαρία Μουσμούτη, Βεατρίκη Γιαννόγλου

Επιμέλεια: Παναγιώτα Φίτσιου, Αντώνης Μπούγιας

Αθήνα, Ιανουάριος 2022



Διαχειριστής Επιχορήγησης:



Φορέας Υλοποίησης:



Εταίροι:





# Γλώσσα και αναπηρία - Το παράδειγμα της ψυχικής υγείας

---

Αρχές για την συμπεριληπτική γλώσσα  
στην νομοθεσία, στον δημόσιο χώρο και στα ΜΜΕ

**Δρ. Μαρία Μουσμύτη, Βεατρίκη Γιαννόγλου**

Επιμέλεια: Παναγιώτα Φίτσιου, Αντώνης Μπούγιας

Αθήνα, Ιανουάριος 2022

Το έργο «Σβήνουμε το στίγμα.Στο λόγο μας» υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος Active citizens fund, με φορέα υλοποίησης την Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος και εταίρους το Ίδρυμα Θεμιστοκλή & Δημήτρη Τσάτσου - Κέντρο Ευρωπαϊκού Συνταγματικού Δικαίου και την Εταιρία Μέριμνας και Αποκατάστασης Ατόμων με Ψυχοκοινωνικά Προβλήματα. Το πρόγραμμα Active citizens fund, ύψους € 13,5 εκ, χρηματοδοτείται από την Ισλανδία, το Λιχτενστάιν και τη Νορβηγία και είναι μέρος του χρηματοδοτικού μηχανισμού του Ευρωπαϊκού Οικονομικού Χώρου (ΕΟΧ) περιόδου 2014 - 2021, γνωστού ως EEA Grants. Το πρόγραμμα στοχεύει στην ενδυνάμωση και την ενίσχυση της βιωσιμότητας της κοινωνίας των πολιτών και στην ανάδειξη του ρόλου της στην προαγωγή των δημοκρατικών διαδικασιών, στην ενίσχυση της συμμετοχής των πολιτών στα κοινά και στην προάσπιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Τη διαχείριση της επιχορήγησης του προγράμματος Active citizens fund για την Ελλάδα έχουν αναλάβει από κοινού το Ίδρυμα Μποδοσάκη και το SolidarityNow. Περισσότερες πληροφορίες: [www.activecitizensfund.gr](http://www.activecitizensfund.gr)

# Περιεχόμενα

Γλώσσα και αναπηρία .....	6
Διαφορετικές χρήσεις της γλώσσας .....	7
Εκφράσεις και αναφορές που πρέπει να αποφεύγονται σε οποιοδήποτε πλαίσιο.....	8
Εκφράσεις και αναφορές που πρέπει να γίνονται με προσοχή .....	10
Συμπεριληπτική γλώσσα .....	14

## Γλώσσα και αναπηρία



Η γλώσσα αποτελεί το βασικό μέσο γραπτής και προφορικής έκφρασης και επικοινωνίας στις σύγχρονες κοινωνίες. Η γλώσσα αποτελεί «εργαλείο» έκφρασης και επικοινωνίας με αρνητικές και θετικές διαστάσεις: η γλώσσα μπορεί να αναδείξει και να ενδυναμώσει μπορεί όμως και να αποκλείσει ή να στιγματίσει άτομα και ομάδες. Επιπλέον, η γλώσσα καθρεφτίζει αντιλήψεις αλλά έχει και την δύναμη να τις συνδιαμορφώνει ή να τις επηρεάζει.

Η αναπηρία είναι ένα στοιχείο της ανθρώπινης ποικιλομορφίας.

Στην πιο σύγχρονη εννοιολόγησή της, η αναπηρία είναι κοινωνικό φαινόμενο (και όχι βλάβη ή ασθένεια), με αντικειμενικές και υποκειμενικές διαστάσεις, που διαμορφώνεται από την αλληλεπίδραση ατομικών, περιβαλλοντικών και συμπεριφορικών παραγόντων (Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρίες).

Η δικαιωματική προσέγγιση της αναπηρίας αναγνωρίζει τα άτομα με αναπηρία ως υποκείμενα με πλήρη δικαιώματα και ελευθερίες και αποσκοπεί να ενισχύσει την ικανότητα αυτοπροσδιορισμού και να διασφαλίσει την πλήρη συμμετοχή σε όλες τις σφαίρες της κοινωνικής, οικονομικής, πολιτικής και πολιτιστικής ζωής.

Η γλώσσα χρησιμοποιείται για να αποτυπώσει αντικειμενικές αλλά και υποκειμενικές διαστάσεις της αναπηρίας. Απορρίπτει επομένως οποιαδήποτε στερεοτυπική προσέγγιση της αναπηρίας που αποτυπώνεται στη γλώσσα ή σε οποιαδήποτε αναπαράσταση της αναπηρίας.

## Διαφορετικές χρήσεις της γλώσσας

Η γλώσσα χρησιμοποιείται σε διαφορετικά πλαίσια και από διαφορετικές ομάδες ατόμων:

- Από τα άτομα με αναπηρία για τον αυτοπροσδιορισμό τους
- Από επαγγελματίες υγείας ή ψυχικής υγείας για τη διάγνωση και πιστοποίηση επιμέρους πτυχών αναπηρίας
- Από δημόσιους φορείς για τη διατύπωση κανόνων ή τη σύνταξη διοικητικών εγγράφων
- Από επαγγελματίες στο χώρο της ενημέρωσης που παρουσιάζουν και αξιολογούν την επικαιρότητα

Η χρήση της γλώσσας από κάθε ομάδα έχει διαφορετικά χαρακτηριστικά και εξυπηρετεί διαφορετικούς στόχους:

- Τα άτομα με αναπηρία χρησιμοποιούν τη γλώσσα για τον αυτοπροσδιορισμό τους και την οριοθέτηση της ατομικότητας και της αξιοπρέπειάς τους
- Οι επαγγελματίες υγείας/ ψυχικής υγείας χρησιμοποιούν ορολογία και εκφράσεις που υπαγορεύει το επάγγελμά τους
- Οι δημοσιογράφοι χρησιμοποιούν τη γλώσσα ως βασικό εργαλείο για την ενημέρωση, ενίοτε με υπερβολικό τρόπο ώστε να κεντρίσουν το ενδιαφέρον και την αναγνωσιμότητα

Σε όλα τα παραπάνω, όριο αποτελεί ο σεβασμός και η αξιοπρέπεια του ατόμου, καθώς και η προσπάθεια για αντικειμενικότητα, για μη στιγματισμό και για την μη αναπαραγωγή στερεοτύπων. Σε όλα τα πλαίσια, υπάρχουν τρεις βασικές κατηγορίες γλωσσικών επιλογών σε σχέση με την αναπηρία:

- Αναφορές που πρέπει να αποφεύγονται σε κάθε πλαίσιο
- Εκφράσεις και αναφορές που πρέπει να γίνονται με προσοχή
- Συμπεριληπτική γλώσσα

## Εκφράσεις και αναφορές που πρέπει να αποφεύγονται σε οποιοδήποτε πλαίσιο

Στην ενότητα αυτή παρατίθενται όροι και εκφράσεις που πρέπει να αποφεύγονται σε οποιοδήποτε πλαίσιο. Οι εκφράσεις αυτές αναπαράγουν στερεότυπα και στίγμα συνδεδεμένο με την αναπηρία ή την ψυχική αναπηρία και δεν είναι αποδεκτές.

ΛΕΞΗ - ΕΚΦΡΑΣΗ	ΑΝΑΛΥΣΗ	ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗ ΕΚΦΡΑΣΗ
Άτομο με ειδικές ανάγκες	Αναχρονιστικός και αδόκιμος όρος που δεν χρησιμοποιείται πλέον.	Άτομο με αναπηρία <i>Όρος που χρησιμοποιείται από την Σύμβαση των ΗΕ και είναι αποδεκτός από τα άτομα με αναπηρία.</i>
Σχιζοφρενής/ διπολικός κλπ.	Αδόκιμοι όροι που ταυτίζουν ένα άτομο με την αναπηρία του ή μια διάγνωση που έχει.	Άτομο με ψυχική αναπηρία, άτομο με διάγνωση σχιζοφρένειας, άτομο με διάγνωση διπολικής διαταραχής. <i>Η έκφραση είναι αντικειμενική και διαχωρίζει την διάγνωση από το άτομο.</i>
Πάσχει/υποφέρει/ πλήττεται από.	Αδόκιμοι όροι που υπονοούν ότι η αναπηρία είναι πάθηση ή βλάβη και αναπαράγουν αυτή την αντίληψη.	Ένα άτομο έχει διάγνωση Χ, έχει διαγνωστεί με χρόνια πάθηση, ή έχει Χ.



ΛΕΞΗ - ΕΚΦΡΑΣΗ	ΑΝΑΛΥΣΗ	ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗ ΕΚΦΡΑΣΗ
Ψυχική ή διανοητική / βλάβη	Αδόκιμοι όροι που ταυτίζουν την αναπηρία με ή βλάβη.	Άτομο με ψυχική αναπηρία, Άτομο με διάγνωση Χ, Άτομο με ψυχοκοινωνικά προβλήματα, Άτομο με προβλήματα ψυχικής υγείας.
Κουφός, άλαλος, κωφάλαλος	Αναχρονιστικοί, αδόκιμοι και πλήρως στιγματιστικοί όροι	Άτομα με αισθητηριακή αναπηρία, άλαλος εκ κωφώσεως, κωφός ή βαρήκοος.
Χωρίς χέρια	Αδόκιμος και στιγματιστικός όρος	Άτομο με σωματική αναπηρία, άτομο με βαριά αναπηρία.
Νοητικά καθυστερημένα άτομα	Αδόκιμος, αναχρονιστικός και στιγματιστικός όρος	Άτομο/α με νοητική αναπηρία.
Αυτιστικός	Αδόκιμος όρος	Άτομο με διάγνωση διαταραχής αυτιστικού φάσματος.
Παράφρονas/ παραφροσύνη	Αδόκιμοι όροι	Άτομο με ψυχική αναπηρία, άτομο με προβλήματα ψυχικής υγείας ή ψυχοκοινωνικά προβλήματα ή διάγνωση Χ (όταν υπάρχει διάγνωση από εξειδικευμένο επαγγελματία)

## Εκφράσεις και αναφορές που πρέπει να γίνονται με προσοχή

“Οι αναφορές αυτές αξιολογούνται κατά περίπτωση και χρησιμοποιούνται μόνο εφόσον δεν υπάρχει καλύτερη εναλλακτική.

Στην κατηγορία αυτή εντάσσονται όροι και εκφράσεις η αποδεκτή χρήση των οποίων εξαρτάται από το πλαίσιο μέσα στο οποίο γίνεται. Οι αναφορές αυτές είναι αποδεκτές ως επιλογή αυτοπροσδιορισμού ενός ατόμου ή ομάδας ατόμων. Οι εκφράσεις αυτές είναι στιγματιστικές και αναπαράγουν στερεότυπα εφόσον δεν γίνονται σε αποδεκτό πλαίσιο.

Για παράδειγμα οι εκφράσεις αυτές είναι αποδεκτές όταν χρησιμοποιούνται σε ιατρικό/κλινικό πλαίσιο ακολουθώντας εδραιωμένη ορολογία και ελλείψει εναλλακτικών προσεγγίσεων που να είναι συμβατά με την δικαιωματική προσέγγιση της αναπηρίας. Δεν είναι ωστόσο αποδεκτές όταν η χρήση τους γίνεται από μη εξειδικευμένους επιστήμονες (πχ δημοσιογράφους) και σε μη ιατρικό/κλινικό πλαίσιο (πχ στο πλαίσιο ρεπορτάζ).

ΛΕΞΗ - ΕΚΦΡΑΣΗ	Ανάπηρος, ανάπηρο άτομο
ΑΝΑΛΥΣΗ	Υπάρχει μερίδα ατόμων με αναπηρία που αυτοπροσδιορίζονται στο δημόσιο λόγο που ως ανάπηρα άτομα ή ανάπηροι. Οι επιλογές αυτοπροσδιορισμού όπου είναι σαφείς και ρητές πρέπει να γίνονται σεβαστές.
ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗ ΕΚΦΡΑΣΗ	Αν ο όρος δεν χρησιμοποιείται σκόπιμα ως επιλογή αυτοπροσδιορισμού, προτιμάται ο όρος άτομο με αναπηρία.
ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ	Η έκφραση είναι ουδέτερη, διαχωρίζει το άτομο από την αναπηρία, αποτελεί την επιλογή που χρησιμοποιείται στο Σύνταγμα και σε επίσημα νομοθετικά κείμενα.

<b>ΛΕΞΗ - ΕΚΦΡΑΣΗ</b>	Το ΑμεΑ ή τα ΑμεΑ
<b>ΑΝΑΛΥΣΗ</b>	Οι συντομογραφίες ομαδοποιούν τα άτομα με αναπηρία
<b>ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗ ΕΚΦΡΑΣΗ</b>	Άτομο ή Άτομα με αναπηρία
<b>ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ</b>	Η συντομογραφία μπορεί να είναι αποδεκτή μόνο για εξοικονόμηση χώρου ή για την αποφυγή συχνών επαναλήψεων και με ρητή αναφορά στην ανάγκη χρήσης της
<b>ΛΕΞΗ - ΕΚΦΡΑΣΗ</b>	<b>Ψυχική/ψυχιατρική διαταραχή</b> <i>Χρησιμοποιείται μόνο υπό τις προϋποθέσεις που αναφέρονται στην στήλη «ανάλυση»</i>
<b>ΑΝΑΛΥΣΗ</b>	Η αναφορά σε «διαταραχή» δεν είναι συμβατή με το δικαιωματικό μοντέλο της αναπηρίας καθώς υπονοεί βλάβη και την ύπαρξη «ιδεατού, μη διαταραγμένου» προτύπου με το οποίο γίνεται σύγκριση. Εμπεριέχει επίσης ιατρικές αναφορές. Δεδομένου ωστόσο ότι δεν υπάρχει ακόμη ολοκληρωμένο μοντέλο αναφοράς σε όλες τις μορφές αναπηρίας με τρόπο συμβατό (και αποδεκτό) από το δικαιωματικό μοντέλο, η χρήση του όρου «διαταραχή» μπορεί να είναι αποδεκτή μόνο σε περιπτώσεις όπου υπάρχει αναφορά σε ιατρική ή ψυχιατρική διάγνωση και όταν η χρήση του γίνεται από εξειδικευμένους επιστήμονες ή από μη εξειδικευμένους με αναφορά σε συγκεκριμένη διάγνωση από ειδικό.
<b>ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗ ΕΚΦΡΑΣΗ</b>	Άτομο με ψυχική αναπηρία ή άτομο με προβλήματα ψυχικής υγείας Άτομο με διάγνωση... Άτομο που έχει διάγνωση Χ
<b>ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ</b>	Σε δημόσια έγγραφα η αναφορά σε συγκεκριμένη διάγνωση μπορεί να γίνεται με την κωδικοποίηση του Πίνακα Πιστοποίησης ποσοστών αναπηρίας

<b>ΛΕΞΗ - ΕΚΦΡΑΣΗ</b>	Άτομο με ψυχική αναπηρία
<b>ΑΝΑΛΥΣΗ</b>	<p>Αρκετοί λήπτες/ χρήστες υπηρεσιών ψυχικής υγείας δεν επιθυμούν να αυτοπροσδιορίζονται ως άτομα με αναπηρία ή άτομα με ψυχική αναπηρία.</p> <p>Επίσης, δεν αποτελούν όλα τα ψυχοκοινωνικά προβλήματα ή τα προβλήματα ψυχικής υγείας ψυχική αναπηρία.</p> <p>Παρά ταύτα, το κίνημα των ληπτών/χρηστών υπηρεσιών ψυχικής υγείας διαδραμάτισε σημαντικό ρόλο στην διαμόρφωση και στην υπογραφή της Σύμβασης του ΟΗΕ για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία και δεν υπάρχει νεότερο νομικά δεσμευτικό κείμενο που να προστατεύει τα δικαιώματά τους. Συνεπώς εντάσσονται στις ομάδες στόχο που προστατεύονται από την Σύμβαση.</p>
<b>ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗ ΕΚΦΡΑΣΗ</b>	<p>Αν ο όρος δεν χρησιμοποιείται σκόπιμα ως επιλογή αυτοπροσδιορισμού προτιμάται ο όρος λήπτες/χρήστες υπηρεσιών ψυχικής υγείας.</p> <p>Εναλλακτικοί όροι είναι άτομα με βιωμένη εμπειρία ψυχικής ασθένειας/ άτομο με προβλήματα ψυχικής υγείας/ άτομο με ψυχοκοινωνικά προβλήματα.</p> <p>Στις επιλογές αυτές η αναφορά σε «ασθένεια» και «πρόβλημα» δεν είναι συμβατή με το δικαιωματικό μοντέλο της αναπηρίας.</p> <p>Συνεπώς, προτιμούνται οι προσδιορισμοί που αναφέρονται στην αρχή.</p>
<b>ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ</b>	<p>Η διατύπωση είναι ουδέτερη, περιγράφει με αντικειμενικότητα της σχέση του ατόμου με το σύστημα ψυχικής υγείας και δεν ταυτίζει το άτομο με την κατάσταση της ψυχικής του υγείας. Επιπλέον, ως επιλογή είναι συμβατή με την έννοια της ανάρρωσης (recovery) από ψυχοκοινωνικά προβλήματα.</p>

<b>ΛΕΞΗ - ΕΚΦΡΑΣΗ</b>	Ανίκανος για εργασία, πνευματικά ανίκανοι προς κάθε βιοποριστική εργασία
<b>ΑΝΑΛΥΣΗ</b>	Η έννοια της «ανικανότητας» είναι προβληματική καθώς υπονοεί αντιπαραβολή με ένα πρότυπο «ικανότητας». Ο όρος είναι υποτιμητικός, παραγνωρίζει δεξιότητες και ικανότητες και δεν πρέπει να χρησιμοποιείται, ιδίως σε δημόσια έγγραφα.
<b>ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗ ΕΚΦΡΑΣΗ</b>	Εμποδιζόμενη ικανότητα για εργασία ή μερική ικανότητα για εργασία.
<b>ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ</b>	Ανάλογα με την διάγνωση να αναφέρεται ποσοστό ικανότητας (και όχι ανικανότητας)

## Συμπεριληπτική γλώσσα

Συμπεριληπτική γλώσσα είναι αυτή που αποδέχεται και προάγει τη διαφορετικότητα. Αποτελεί την μόνη αποδεκτή λύση σε οποιοδήποτε πλαίσιο (ατομικό, κοινωνικό ή επαγγελματικό).

Η συμπεριληπτική γλώσσα δεν χρησιμοποιεί εκφράσεις ή λέξεις που αποκλείουν ομάδες ή άτομα σε σχέση με εγγενή χαρακτηριστικά τους (φύλο, αναπηρία, φυλή, εθνική ή εθνοτική καταγωγή, σεξουαλικός προσανατολισμός), δεν στιγματίζει ανθρώπινα χαρακτηριστικά και δεν τα προβάλλει όπου δεν είναι απαραίτητο.

Επίσης, η συμπεριληπτική γλώσσα εστιάζει στο άτομο και όχι στα χαρακτηριστικά του.

### Η συμπεριληπτική γλώσσα:

- Συμβάλλει στην ίση μεταχείριση χωρίς διακρίσεις
- Καταπολεμά τον στιγματισμό και την αναπαραγωγή στερεοτύπων και κοινωνικών ρόλων
- Προάγει θετικά πρότυπα
- Επιτελεί εκπαιδευτικό ρόλο και αποτελεί όχημα για την αλλαγή στάσεων, αντιλήψεων και συμπεριφορών που δεν είναι αποδεκτά

### Κατευθυντήριες οδηγίες για τη χρήση συμπεριληπτικής γλώσσας:

- Ρωτάμε το άτομο πως αυτοπροσδιορίζεται ή πως επιθυμεί να αναφερθούμε σε αυτό
- Η γλώσσα που χρησιμοποιούμε εστιάζει στο άτομο και όχι στην αναπηρία
- Δεν γίνεται αναφορά στην αναπηρία όπου δεν είναι απαραίτητο
- Δίνεται έμφαση στις ικανότητες του ατόμου και όχι στους περιορισμούς που βιώνει
- Αποφεύγονται οι ευφημισμοί
- Αποφεύγονται άμεσες ή έμμεσες συσχέτισεις με άτομα χωρίς αναπηρία





[svinoumetostigma.gr](http://svinoumetostigma.gr)

[comms@svinoumetostigma.gr](mailto:comms@svinoumetostigma.gr)  
[facebook.com/svinoumetostigma](https://facebook.com/svinoumetostigma)  
[twitter.com/svinoumetostigm](https://twitter.com/svinoumetostigm)