

słowniczek języka niewykluczającego



Splot



Sekcja Równości
i Innowacji Społecznych



MIEJSKIE
CENTRUM
KULTURY
w Bydgoszczy

1

Słowniczek języka
niewykluczającego to
narzędzie, które promuje
szacunek, otwartość oraz
równość w komunikacji.

2

Naszym celem jest budowanie
przestrzeni, w której każdy czuje się
mile widziany, bez względu na wiek,
tożsamość, orientację seksualną,
sprawność czy status społeczny.

3



Język, jakim się posługujemy, ma ogromny wpływ na relacje międzyludzkie, dlatego chcemy wspierać używanie inkluzywnych form, które nie wykluczają i nie stygmatyzują żadnej grupy społecznej.

4

Podobnie jak pytamy o zaimki, warto też zapytać o formę tytułowania. Nie każda osoba preferuje wersje feminatywne lub inkluzywne. Na przykład, choć niektóre kobiety mogą wybierać formę „doktorka”, inne wolą neutralną formę „doktor”.



Szacunek dla indywidualnych preferencji językowych to klucz do niewykluczającej komunikacji.





SPIS TREŚCI

- Czym jest słowniczek..... 2-3
- Feminatywy..... 6-7
- Osoby z niepełnosprawnościami..... 8-9
- LGBTQ+..... 10-11
- Osoby starsze..... 12-13
- Zdrowie psychiczne..... 14-15
- Używaj języka inkluzywnego w codziennych
sytuacjach..... 16-17
- Mniejszości etniczne..... 18-19
- Ogólne zasady wspierającej i inkluzywnej
komunikacji..... 20-21

1. Feminatywy

- .
- .
-
- **Feminatywy to żeńskie formy nazw zawodów i ról społecznych, które pomagają podkreślać obecność kobiet w różnych dziedzinach życia.**
-
- .

➔ **ZAMIAST:**
psycholog, dyrektor, nauczyciel

➔ **LEPIEJ:**
psycholożka, dyrektorka, nauczycielka

ZAMIAST:
prezes, prawnik, naukowiec



LEPIEJ:
prezeska, prawniczka, naukowczyni



Dlaczego to ważne?

Feminatywy zwiększają widoczność kobiet i wspierają równość płciową w różnych obszarach życia zawodowego i społecznego.

2. Osoby

z niepełnosprawnościami

W komunikacji z osobami z niepełnosprawnościami ważne jest, aby podkreślać ich człowieczeństwo i unikać deprecjonujących określeń.



ZAMIAST:

niepełnosprawny, kaleka



LEPIEJ:

osoba z niepełnosprawnością

ZAMIAST:
głuchoniemy, ślepy



LEPIEJ:
osoba głucha, osoba niewidoma



Dlaczego to ważne?

Zastosowanie języka szanującego godność osób z niepełnosprawnościami pomaga w tworzeniu przestrzeni bardziej otwartych i dostępnych dla wszystkich.

3. LGBTQ+

-
-
- **Używanie poprawnych form językowych w odniesieniu do społeczności LGBTQ+ wspiera akceptację i szacunek wobec różnorodności tożsamości płciowych i orientacji seksualnych.**
-

➔ **ZAMIAST:**
homoseksualista, biseksualista

➔ **LEPIEJ:**
osoba homoseksualna, osoba biseksualna

ZAMIAST:
zmiana płci



LEPIEJ:
korekta płci



Dlaczego to ważne?

Poprawne użycie terminów związanych z LGBTQ+ buduje otwartość i akceptację, promując równość i szacunek w codziennej komunikacji.

4. Osoby starsze

-
-
- **Unikajmy określeń, które mogą umniejszać lub infantylizować osoby starsze, zamiast tego używajmy wyrazów pełnych szacunku.**
-
-

- ➔ **ZAMIAST:**
staruszek, dziadek, babcia
- ➔ **LEPIEJ:**
osoba starsza, senior, seniorka

ZAMIAST:
stary



LEPIEJ:
dojrzały, starszy



Dlaczego to ważne?

Szacunek wobec osób starszych wyraża się nie tylko w naszym postępowaniu, ale również w języku, jakiego używamy.

5. Zdrowie psychiczne

-
-
-
-
-
-
-

Stosujmy język, który nie stygmatyzuje osób z doświadczeniem chorób psychicznych i skupia się na ich godności.



ZAMIAST:

wariat, schizofrenik, depresant



LEPIEJ:

osoba z doświadczeniem schizofrenii,
osoba z depresją

ZAMIAST:
psychiatryk, świr



LEPIEJ:
szpital psychiatryczny,
osoba z zaburzeniami psychicznymi



Dlaczego to ważne?

Język może wspierać osoby z zaburzeniami psychicznymi w ich drodze do zdrowia, a unikanie stygmatyzujących określeń sprzyja akceptacji społecznej.

6. Używaj języka inkluzywnego w codziennych sytuacjach



ZAMIAST:

„Każdy powinien być odpowiedzialny za swoje czyny.”



LEPIEJ:

„Wszyscy powinni być odpowiedzialni za swoje czyny.”

ZAMIAST:
„Panowie i panie...”



LEPIEJ:
„Szanowni Państwo,
osoby obecne...”



Dlaczego to ważne?

Język inkluzywny unika
generalizowania i uwzględnia
różnorodność płciową oraz społeczną.

7. Mniejszości etniczne

- Ważne jest, aby mówić
- o osobach należących
- do mniejszości etnicznych
- z poszanowaniem ich tożsamości
- kulturowej i unikać określeń,
- które mogą być dyskryminujące
- lub stereotypizujące.

➔ **ZAMIAST:**
Cygan, Murzyn

➔ **LEPIEJ:**
Rom, osoba czarnoskóra



Dlaczego to ważne?

Unikanie stereotypów i generalizacji pozwala na tworzenie społeczeństwa bardziej otwartego na różnorodność kulturową oraz etniczną, promując równość i szacunek wobec wszystkich grup społecznych.

Ogólne zasady wspierającej i inkluzywnej komunikacji

➔ Pamiętaj, że każdy z nas jest inny

Każdy człowiek ma własne doświadczenia, wartości, przekonania oraz perspektywy. Szanujmy te różnice, zamiast je oceniać czy negować.

➔ Nie wyśmiewaj i nie bagatelizuj uczuć innych

To, co dla jednej osoby może wydawać się błahostką, dla innej może mieć ogromne znaczenie. Bądźmy wyrozumiali i traktujmy uczucia innych z szacunkiem.

➔ Zadawaj pytania, aby lepiej zrozumieć

Jeśli czegoś nie rozumiemy, zamiast oceniać, zapytajmy. Ciekawość i otwartość pomagają lepiej zrozumieć drugiego człowieka i rozwijać empatię.



➔ Unikaj stereotypów

Pamiętaj, że stereotypy upraszczają i zniekształcają rzeczywistość. Każdy człowiek jest unikalny, a stereotypowe podejście może krzywdzić i ograniczać nasze zrozumienie drugiej osoby.

➔ Bądźmy otwarci na naukę

Świat i język nieustannie się zmieniają. Bądźmy otwarci na naukę nowych pojęć i zrozumienie innych perspektyw. To oznaka szacunku i chęci budowania lepszego społeczeństwa dla wszystkich.

➔ Te zasady pomagają tworzyć atmosferę szacunku, zrozumienia i wsparcia w codziennych rozmowach, co prowadzi do bardziej otwartego i empatycznego społeczeństwa.

