

6 правил безбар'єрного спілкування



Мова також може бути безбар'єрною. Маркером стає те, як ми спілкуємося і ставимося до людей, котрі чимось від нас відрізняються. Слова мають не менший вплив, ніж наші дії. Коли ви не впевнені, чи є слово образою, чи ні, чи не зачіпає воно почуттів — спробуйте поставити себе на місце людини, до якої ви звертаєтеся, про яку ви говорите або пишете. Чи хотіли б ви, щоб про вас говорили так?



Емпатія і доброзичливість — це важливо й потрібно, але інколи це додає висловлюванню зайвого емоційного забарвлення. наприклад, часто звучить формулювання “людина, що страждає на психічний розлад”: існують такі види психічних порушень, з якими люди живуть усе життя, але це не означає “суцільні муки “. Людина може проходити терапію як медичну, так і у фахівця, вона просто живе з таким діагнозом так само, як й інші люди . Тому замість “страждає” ми говоримо “має”, “живе”, — “людина, яка має інвалідність”, “людина, яка має психічні порушення”, “людина, яка живе з вІЛ”.



Правило №1

**Дотримуйтесь
принципу:
спочатку людина**



Правило №2

**Уникайте
маскувальних
слів**

Евфемізми або маскувальні слова вживаються, коли мовці не знають, як сформулювати коректно, бояться ненароком зачепити людину або намагаються проявити своє поблажливе ставлення. І це може спричиняти непорозуміння, образати чи вводити в оману. Варто уникати переносних значень та метафор, що викривляють життєву ситуацію людини, приховують чи прикрашають її. Краще послуговуватися коректною термінологією. “Людина дощу”, “Сонячні діти” — евфемізми, а от “людина з розладом аутистичного спектра”, “Діти з синдромом Дауна” — це коректна термінологія.



Правило №3

*Використовуйте
фемінітиви*

Використання Фемінітивів — це повага до жінок та їхнього права на професію. Українська мова дуже сприятлива для формування фемінітивів і має конкретні правила для такого словотворення. Слід розуміти, що не всі в нашому суспільстві готові до вживання фемінітивів, тож залиште за людиною право вибору, як вона хоче, щоб про неї писали, говорили чи звертались.





Правило №4

**Не
перебільшуйте у
своїх
висловлюваннях**

Це правило, що може звучати як “не давати власних оцінок життю іншої людини”. Іноді люди схильні драматизувати. Та між фразами “людина, яка користується колісним кріслом” і “людина, прикута до візка” відчувається різниця. Насправді людина ні до чого не прикута, а колісне крісло — це просто засіб для пересування. Або наприклад, поширена фраза “смертельний діагноз”. Це як? Відомі випадки, коли люди роками живуть із хворобами, які називають “смертельними”, і ніхто, навіть лікарі, не можуть точно спрогнозувати результат. Будьте обережні з такими висловлюваннями і залишайтеся максимально близькими до реальності.



Правило №5

*Утримуйтесь від
узагальнень*

Дуже поширена помилка, яка призводить до формування стереотипів, — узагальнення. Ми пов'язуємо поведінку та дії людини з її етнічною належністю, кольором шкіри, статтю тощо. А також дії однієї людини проєктуємо на цілу групу, до якої ми її зараховуємо. Люди різні зі своїми такими ж різними поглядами, особливостями та рисами. Ми всі неповторні, а там де є унікальність, немає місця узагальненням.





Правило №6

**Використовуйте
нейтральну
термінологію**

Емпатія і доброзичливість — це важливо й потрібно, але інколи це додає висловлюванню зайвого емоційного забарвлення. наприклад, часто звучить формулювання “людина, що страждає на психічний розлад”: існують такі види психічних порушень, з якими люди живуть усе життя, але це не означає “суцільні муки “. Людина може проходити терапію як медичну, так і у фахівця, вона просто живе з таким діагнозом так само, як й інші люди . Тому замість “страждає” ми говоримо “має”, “живе”, — “людина, яка має інвалідність”, “людина, яка має психічні порушення”, “людина, яка живе з вІЛ”.