

Гуманізація мови для зменшення стигматизації

Вживання психоактивних речовин

Стигматизація означає, що люди мають негативні уявлення про щось, тобто стереотипи.

Стигматизація може завдати шкоди людям. Коли йдеться про розлад, пов'язаний із вживанням психоактивних речовин, стигматизація створює багато проблем для благополуччя людей. Слова, які ми використовуємо, можуть формувати те, як світ сприймає людей і ставиться до них, тому важливо бути обережними з тим, що ми говоримо. Кожен може внести свій вклад у життя іншої людини.

Пам'ятайте, що мова змінюється, і важливо прислухатися до того, як люди хочуть, щоб їх називали. Ми повинні поважати їхні вподобання та використовувати слова, з якими вони почуваються комфортно, навіть якщо вони відрізняються від тих, що наведені в цьому посібнику.

Замість...	Використовуйте...	Чому це важливо
Зловживання	Вживання, використання, окрім призначеного лікарем	Слово <i>зловживання</i> має негативне значення, яке може змусити людей звинувачувати.
Наркоман, залежний, алкоголік, п'яниця, нарік	Людина з розладом, пов'язаним із вживанням психоактивних речовин, або особа, яка активно вживає	Використання мови, що ставить людину на перше місце, визнає, що ситуація людини не визначає, ким вона є.
Залежна дитина	Синдром неонатальної абстиненції	ЗПР — це стан, який впливає на поведінку, і діти не можуть народитися з ним.
Алкоголізм	Зловживання алкоголем	Оскільки ЗПР — це медичний стан, використовуйте слова, які є правильними в медичному контексті.
Бомж, безпритульник	Людина, яка переживає безпритульність	Такі слова, як <i>бомж</i> або <i>безпритульник</i> , позбавляють людину людяності; використання мови, що ставить людину на перше місце, визнає, що ситуація людини не визначає, ким вона є.
Чистий (не вживає), тверезий	У стадії ремісії або одужання, утримується, не вживає активно	Використовуйте нейтральні та справедливі слова, не висловлюючи осуду.
Чистий чи брудний, пройшов чи не пройшов (на токсикологію сечі)	Негативний чи позитивний	Використовуйте нейтральні та справедливі слова, не висловлюючи осуду.
Детоксикація	Керування абстинентним синдромом	Оскільки ЗПР — це медичний стан, використовуйте слова, які є правильними в медичному контексті.
Вибраний наркотик (DOC)	Основна речовина, вживання (х) речовини	Лікар може створити враження, що ЗПР — це вибір.

Цей ресурс надано Робочою групою проти стигматизації з питань опіоїдів округу Такома-Пірс.

Revised May 2025 | Ukrainian

Замість...	Використовуйте...	Чому це важливо
Злочинець, правопорушник, справедливість	Людина, яка має юридичну причетність	Такі слова, як <i>злочинець</i> та <i>порушник</i> , позбавляють людину людяності. <i>Справедливість</i> суб'єктивна. Використання мови, що ставить людину на перше місце, визнає, що ситуація людини не визначає, ким вона є.
Колишній наркоман, вилікуваний наркоман	Людина, яка одужує, або особа, яка раніше вживала речовини	Використання мови, що ставить людину на перше місце, визнає, що ситуація людини не визначає, ким вона є.
Звичка	Розлад, пов'язаний із вживанням психоактивних речовин	<i>Звичка</i> не показує, наскільки серйозний розлад, і робить його схожим на вибір.
Бездомний	Бездомний або без притулку	<i>Дім</i> може означати різні речі для різних людей. Краще використовувати мову, яка включає досвід кожного.
Не дотримується рекомендацій	Неможливість займатися діяльністю, як обговорювалося	<i>Недотримання</i> рекомендацій може створити враження, що людина не має вибору в своєму лікуванні.
Замісна терапія опіоїдами, замісна терапія, медикаментозна терапія (МАТ)	Ліки від розладу, пов'язаного з вживанням опіоїдів (РВОП), ліки від розладу, пов'язаного з вживанням психоактивних речовин, догляд за ЗПР	Стигматизована мова створює враження, що ліки просто замінюють речовину або є тимчасовою частиною лікування.
Лікар, що призначає рецепт	Постачальник послуг	<i>Лікар</i> , який призначає ліки, може створити враження, що постачальник послуг лише призначатиме ліки.
Проблема/питання	Обставини, досвід	<i>Проблема</i> та <i>питання</i> можуть звучати негативно та змушувати людей почуватися винними.
Зав'язування	Відмова	<i>Відмова</i> може створити враження, що людина поводиться непокірно та не має вибору в лікуванні.
Профілактика рецидивів	Ведення під час одужання	<i>Профілактика рецидивів</i> може створити враження, що повернення до вживання психоактивних речовин неминуче.
Рецидив/зрив/промах	Повернення до вживання, повернення симптомів ЗПР	Використовуйте нейтральні та справедливі слова, не висловлюючи осуду.
Споживач, наркоман	Людина, яка вживає речовини	Використання мови, що ставить людину на перше місце, визнає, що ситуація людини не визначає, ким вона є.

Гуманізація мови для зменшення стигматизації

Психічне здоров'я

Замість...	Використовуйте...	Чому це важливо
Психічно хворий	Людина з психічним розладом або використовуйте діагноз, якому людина надає перевагу	Використання мови, що ставить людину на перше місце, визнає, що ситуація людини не визначає, ким вона є.
Божевільний, несамовитий, не сповна розуму	Людина, яка відчуває симптоми психічного здоров'я або травму, або особа, яка переживає кризу психічного здоров'я	Деякі слова створюють враження, що психічні розлади більш екстремальні або небезпечні, ніж вони є насправді, і можуть викликати у людей почуття сорому або неправильного розуміння.
Шизофренік, обсесивно-компульсивний розлад, депресивний	Людина з психічним розладом або особа, яка переживає депресію, обсесивно-компульсивний розлад, шизофективний розлад	Використання мови, що ставить людину на перше місце, визнає, що ситуація людини не визначає, ким вона є.
Збожеволів	Пережив кризу психічного здоров'я	Деякі слова створюють враження, що психічні розлади більш екстремальні або небезпечні, ніж вони є насправді, і можуть викликати у людей почуття сорому або неправильного розуміння.
Психопатичний	Людина, яка переживає психоз	Використання мови, що ставить людину на перше місце, визнає, що ситуація людини не визначає, ким вона є.
Психіатрична лікарня, божевільня	Лікарня для психічного або поведінкового здоров'я	Використання сленгу щодо лікування може означати осуд і зменшувати схильність людей звертатися по допомогу.
Таблетки щастя	Ліки	Використання сленгу щодо лікування може означати осуд і зменшувати схильність людей звертатися по допомогу.
Мозкоправ	Терапевти, психологи, психіатри	Використання сленгу щодо лікування може означати осуд і зменшувати схильність людей звертатися по допомогу.
Біполярне одужання, позбавлення обсесивно-компульсивного розладу, моя шизофренічка [тітка], перестати дуркувати	Переформулюйте будь-яке речення, яке використовує психіатричну термінологію неправильно або поза контекстом	Неправильне використання термінів може призвести до плутанини та зробити проблеми психічного здоров'я менш серйозними, ніж вони є насправді.
Скоїв самогубство	Помер внаслідок самогубства	«Здійснити» означає злочинність або гріх.
Невдала, провальна спроба	Пережив спробу самогубства	Змістіть мову від осуду чи невдачі та натомість зосередьтеся на виживанні людини.

Цей ресурс надано Робочою групою проти стигматизації з питань опіоїдів округу Такома-Пірс.

Revised May 2025 | Ukrainian