



# Κατευθυντήριες Οδηγίες Συμπεριληπτικής Γλώσσας EDI GO



Με τη συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

**ΤΙΤΛΟΣ**

EDI GO Inclusive Language Guidelines

**ΕΚΔΟΤΗΣ**

Φόρουμ για την Ελευθερία στην Εκπαίδευση (Forum for Freedom in Education)  
 Đorđićeva 8  
 10 000 Ζάγκρεμπ

**ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΚΔΟΤΗ**

Ana Munivrana

**ΣΥΝΤΑΚΤΡΙΑ**

Vanja Kožić Komar

**ΣΥΝΕΙΣΦΟΡΑ ΠΟΙΟΤΙΚΗΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ:**

Adriana Garriga, Alberto Biondo, Ana Munivrana, Camille Petersen Leduc, Claudia Lopez Monteagudo, Γεωργία Αλεξάνδρου, Karolina Kraljić, Mario Bajkuša

**ΓΡΑΦΙΚΟΣ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ**

Centro per lo Sviluppo Creativo Danilo Dolci

Ζάγκρεμπ, 2023



Η παρούσα δημοσίευση [ανακοίνωση] αντανακλά τις απόψεις μόνο του/της συγγραφέα και η Επιτροπή δεν ευθύνεται για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Αριθμός Έργου: 2022-1-HR01-KA220-YOU-0000863955

**ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ**

<b>ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΕΡΓΟ</b>	<b>4</b>
<b>EDI: ΤΙ ΕΙΝΑΙ;</b>	<b>5</b>
<b>ΕΙΣΑΓΩΓΗ</b>	<b>6</b>
Ο ρόλος και η δύναμη της γλώσσας που χρησιμοποιούμε	6
Γιατί να χρησιμοποιήσετε τις Κατευθυντήριες Οδηγίες Συμπεριληπτικής Γλώσσας EDI	7
Πώς να χρησιμοποιήσετε το παρόν έγγραφο	8
Οι περιορισμοί της χρήσης του παρόντος εγγράφου	9
Σημασία του ακρωνυμίου EDI (Equality, Diversity, Inclusion)	10
<b>1. ΓΛΩΣΣΑΡΙ</b>	<b>12</b>
<b>2. ΑΡΧΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΛΗΠΤΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ</b>	<b>24</b>
<b>3. ΤΙ ΑΠΟΦΕΥΓΟΥΜΕ / ΤΙ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ / ΓΙΑΤΙ;</b>	<b>26</b>
Α) ΗΛΙΚΙΑ	28
Β) ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΠΟΙΚΙΛΟΜΟΡΦΙΑ (ΓΝΩΣΤΙΚΗ, ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΚΑΙ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ)	30
Γ) ΦΥΛΗ, ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ/ΕΘΝΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ	34
Δ) ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΣ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ, ΦΥΛΟ ΚΑΙ ΙΣΟΤΗΤΑ	36
Ε) ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ	38
ΣΤ) ΣΩΜΑΤΙΚΕΣ ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΚΑΙ ΕΜΦΑΝΙΣΗ	40
Ζ) ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΙΑ	40
Η) ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΟΜΑΔΕΣ	42
<b>4. ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΣΥΜΠΕΡΙΛΗΠΤΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ ΣΤΟ ΟΡΓΑΝΩΣΙΑΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ</b>	<b>44</b>
<b>ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ</b>	<b>45</b>

## ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΕΡΓΟ

“EDI GO – introducing the organisational approach to integration of equality, diversity, inclusion model in working with young people”

Η ΕΕ σε διάφορα στρατηγικά έγγραφα παρείχε σαφείς κατευθύνσεις για την ενθάρρυνση της κοινωνικής ένταξης, την εκτίμηση της διαφορετικότητας και την προώθηση της ισότητας των ευκαιριών για τους/τις νέους/-ες (π.χ. στη [Στρατηγική της ΕΕ για τη Νεολαία](#) και στη [Στρατηγική για την Ένταξη και την Πολυμορφία](#) στο πλαίσιο του Erasmus+). Ακόμη, σε πολλές ευρωπαϊκές χώρες, οι αρχές αυτές αποτελούν τη βάση της εργασίας στον τομέα της νεολαίας (youth work).

Ωστόσο, υπάρχει πάντα η ανάγκη να προβληματιζόμαστε, να επανεκτιμούμε και, κατά συνέπεια, να βελτιώνουμε τις πρακτικές και τις πολιτικές που εφαρμόζουμε στην καθημερινή μας πρακτική ως οργανισμοί εργασίας για τη νεολαία.

Κύριος στόχος του έργου EDI GO είναι να υποστηρίξει τις οργανώσεις νεολαίας που εργάζονται με νέους/-ες μέσω της ενίσχυσης και βελτίωσης των εσωτερικών καλών πρακτικών που προωθούν την ισότητα (Equality), τη διαφορετικότητα (Diversity) και την ένταξη (Inclusion) ή αλλιώς των πρακτικών EDI. Το εν λόγω έργο αναμένεται να αναπτύξει την ολιστική προσέγγιση των οργανώσεων για την επανεξέταση των πρακτικών EDI που εφαρμόζουν σε διάφορες πτυχές τους, δρομολογώντας έτσι δυνητικά οργανωτικές αλλαγές.



## EDI: ΤΙ ΕΙΝΑΙ;

### Equality (Ισότητα)

Η ισότητα είναι η διασφάλιση ότι τα άτομα ή οι ομάδες ατόμων δεν αντιμετωπίζονται λιγότερο ευνοϊκά. Επιδιώκει την προώθηση της δικαιοσύνης, είτε πρόκειται για την πρόσβαση στην απασχόληση ή σε ένα πρόγραμμα σπουδών, την κατάρτιση, την ανάπτυξη, τις ευκαιρίες σταδιοδρομίας κ.λπ.

### Diversity (Διαφορετικότητα/Πολυμορφία)

Περιλαμβάνει την εκπροσώπηση ή τη σύνθεση διαφόρων ομάδων κοινωνικής ταυτότητας σε μια ομάδα εργασίας, έναν οργανισμό ή μια κοινότητα. Εστιάζει στις κοινωνικές ταυτότητες που αντιστοιχούν σε κοινωνικές διαφορές εξουσίας και προνομίων, και συνεπώς στην περιθωριοποίηση ορισμένων ομάδων με βάση συγκεκριμένα χαρακτηριστικά (π.χ. φυλή, εθνικότητα, κουλτούρα, φύλο, ταυτότητα και έκφραση φύλου, σεξουαλικός προσανατολισμός, κοινωνικο-οικονομική κατάσταση, θρησκεία, πνευματικότητα, αναπηρία, ηλικία, εθνική καταγωγή, μεταναστευτικό καθεστώς και γλώσσα).

### Inclusion (Ένταξη)

Ένα περιβάλλον που προσφέρει επιβεβαίωση, εορτασμό και εκτίμηση των διαφορετικών προσεγγίσεων, στυλ, προοπτικών και εμπειριών, επιτρέποντας έτσι σε όλα τα άτομα να εισφέρουν ολόκληρο τον εαυτό τους (και όλες τις ταυτότητές τους) και να επιδείξουν τα δυνατά τους σημεία και τις ικανότητές τους.



Ανακαλύψτε περισσότερα στο [www.edi-go.eu](http://www.edi-go.eu)

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

### Ο ρόλος και η δύναμη της γλώσσας που χρησιμοποιούμε

Οι γλώσσες αλλάζουν συνεχώς ακολουθώντας τις μεταβολές που συμβαίνουν στον κόσμο. Για την ακρίβεια, «όχι μόνο υπάρχουν διαφορές στην ομιλούμενη γλώσσα μεταξύ των γενεών, αλλά και τα άτομα αλλάζουν τον τρόπο που μιλούν κατά τη διάρκεια της ζωής τους» (University of Copenhagen, 2016).

Η γλώσσα είναι το μέσο που διατηρεί την πραγματικότητα στην οποία ζούμε. Δεδομένου ότι αυτή η πραγματικότητα είναι συχνά άδικη ή αποκλείει ορισμένες ομάδες, χαρακτηριστικά ή καταβολές ανθρώπων, είναι απαραίτητο να παρατηρούμε και να ασκούμε κριτική στη γλώσσα που χρησιμοποιούμε καθημερινά.

Κάτι που μπορεί να ήταν αποδεκτό πριν από μερικά χρόνια δεν είναι πλέον, επειδή η συνειδητοποίηση ενός προβλήματος είναι πλέον μεγαλύτερη ή επειδή κάποιες γλωσσικές λύσεις έχουν αποδειχθεί ακατάλληλες με την πάροδο των ετών. Με την επιλογή συγκεκριμένων λέξεων, προτάσεων ή σημείων στέλνουμε ένα σαφές μήνυμα σχετικά με το πόσο συνειδητοποιούμε ένα πρόβλημα στην κοινωνία ή πόσο ευαίσθητοι/-τες είμαστε σε ορισμένα θέματα. Μας επιτρέπει να συνειδητοποιήσουμε ποια άτομα ή ομάδες αντιμετωπίζονται σκόπιμα ή ακούσια άδικα και υφίστανται ακόμη και διακρίσεις.

Λαμβάνοντας υπόψη την πολυπλοκότητα της καθημερινής επικοινωνίας και τα άτομα ή τις ομάδες με τις οποίες αλληλεπιδρούμε, υπάρχουν πολλές επιλογές λέξεων που μπορούν να εισάγουν ασυνείδητα αποκλεισμούς. Ωστόσο, είναι σημαντικό να έχουμε κατά νου ότι δεν έχει σημασία πάντα τι λέμε, αλλά πώς το λέμε. Η χρήση της γλώσσας μπορεί να επηρεάσει ή να ενισχύσει τη δυναμική της εξουσίας στον εργασιακό χώρο (Institute for Public Relations, 2021) και με διάφορους λεκτικούς και μη λεκτικούς τρόπους να ενθαρρύνει κάποιον να αισθάνεται απομονωμένος ή αποδεκτός, να αισθάνεται ότι η φωνή του αποσιωπάται ή ότι έχει τη δυνατότητα να μιλήσει ανοιχτά, γεγονός που κατά συνέπεια επηρεάζει τόσο το εργασιακό κλίμα όσο και την ψυχική υγεία των ατόμων. Επιπλέον, ο τρόπος με τον οποίο εκπροσωπούμε τον εαυτό μας, ενώ μιλάμε ή ακούμε είναι εξίσου σημαντικός - στέλνουμε ένα μήνυμα αποδοχής και ανοίγματος στις ιδέες ή τις απόψεις των άλλων ανθρώπων, ένα μήνυμα ότι είμαστε έτοιμοι/-μες να ακούσουμε και να μάθουμε κάτι καινούργιο. Παράλληλα, όταν μιλάμε για άλλους ανθρώπους και ο τρόπος με τον οποίο μιλάμε γι' αυτούς, σχετίζεται σε μεγάλο βαθμό με το πώς τους αναπαριστούμε συλλογικά, στη λεγόμενη, δύναμη της αναπαράστασης του άλλου. Αυτό συνεπάγεται την ταύτιση και την αναγνώριση όλων των ατόμων, η οποία μπορεί να αποτελέσει ένα ισχυρό βήμα προς την αυτοαποδοχή και τη συλλογική αποδοχή, καθώς και μια ενέργεια ενίσχυσης του ρόλου που μπορεί να έχουν οι άνθρωποι για τους οποίους μιλάμε. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό να το γνωρίζετε, όταν εργάζεστε με ανθρώπους, ιδίως με νέους/-ες που έχουν διαφορετικό υπόβαθρο, διότι οι οργανώσεις νεολαίας και οι ειδικοί σε θέματα νεολαίας αντιπροσωπεύουν την ασφάλεια και την υποστήριξη που συχνά λείπει από τον έξω κόσμο.

### Γιατί να χρησιμοποιήσετε τις Κατευθυντήριες Οδηγίες Συμπεριληπτικής Γλώσσας EDI

Με τον όρο «συμπεριληπτική γλώσσα» εννοούμε «τη χρήση λέξεων, φράσεων και εκφράσεων που σέβονται, τιμούν την ποικιλομορφία των ανθρώπων και αποφεύγουν τη γλώσσα αποκλεισμού» (Farr & Olson, 2022.) Η χρήση γλώσσας αποκλεισμού τις περισσότερες φορές δεν είναι κακόβουλη, αλλά μπορεί να επηρεάσει την ισοτιμία των ανθρώπων και να οδηγήσει σε απουσία αίσθησης του ανήκειν.

Η χρήση γλώσσας που στερείται συμπεριληπτικότητας μπορεί να στηρίξει ασεβείς, διαστρεβλωμένες και υποτιμητικές αφηγήσεις και υποθέσεις για άτομα ή κοινότητες. Τα άτομα που έρχονται αντιμέτωπα με γραπτό υλικό που περιέχει στιγματιστική και προκατειλημμένη γλώσσα μπορεί να εσωτερικεύσουν αυτές τις αντιλήψεις και να αναπτύξουν απόψεις που συνδέονται με συγκεκριμένες λέξεις ή ετικέτες. Κατά συνέπεια, τα άτομα που ανήκουν σε συγκεκριμένες δημογραφικές ομάδες μπορεί να αντιμετωπίσουν αυξημένη ψυχική δυσφορία, εσωτερικευμένο στίγμα, αίσθημα αναξιοσύνης, αυξημένο κίνδυνο αποξένωσης από την οικογένεια ή τους κοινωνικούς κύκλους, μειωμένη αυτοεκτίμηση (που πιθανόν να ωθεί σε συμπεριφορές με σχετικούς κινδύνους), απώλεια ελπίδας και αντιληπτή ή πραγματική μείωση του εισοδήματος (Farr & Olson, 2022).

Ως εκ τούτου, είναι εξαιρετικά σημαντικό εμείς, οι εργαζόμενοι/-νες στον τομέα της νεολαίας, να καταβάλουμε προσπάθεια να επανεξετάσουμε τη γλώσσα που χρησιμοποιούμε, να δούμε πώς μπορούμε να την κάνουμε (ακόμη) πιο συμπεριληπτική και πώς να αποκτήσουμε μεγαλύτερη επίγνωση των πιθανών αδικιών που εν γνώσει ή εν αγνοία μας μπορεί να επιφέρουμε με τις λέξεις. Ακόμη, θα πρέπει να λαμβάνουμε υπόψη μας τη διαθεματικότητα, τόσο τη δική μας όσο και των νέων ανθρώπων με τους οποίους εργαζόμαστε.

Η χρήση συμπεριληπτικής γλώσσας υποδηλώνει την αναγνώριση της ύπαρξης διαφόρων αδικιών στην κοινωνία και του πλούτου της ποικιλομορφίας στην κοινωνία με τρόπο που στέλνει στους/στις συνομιλητές/-τριες, στην περίπτωσή μας τους/τις νέους/-ες, το μήνυμα ότι βρίσκονται σε ένα ασφαλές περιβάλλον όπου μπορούν να αισθάνονται ελεύθεροι/-ρες να είναι ο πλήρης αυθεντικός εαυτός τους.

## Πώς να χρησιμοποιήσετε το παρόν έγγραφο

Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αυτό το έγγραφο ανεξάρτητα, αλλά για να βελτιώσετε τις πρακτικές EDI σε όλα τα οργανωσιακά επίπεδα, προτείνουμε να το χρησιμοποιήσετε σε συνδυασμό με το **Εργαλείο Χάρτα Σημείων EDI**. Μια **πρόταση για τον τρόπο χρήσης του εν λόγω εγγράφου** μπορείτε να βρείτε στο **πρόγραμμα κατάρτισης** που αναπτύχθηκε στο πλαίσιο του έργου EDI GO.

Το παρόν έγγραφο αποτελείται από τέσσερα (4) μέρη:

Το **1ο μέρος** είναι ένα **Γλωσσάρι** στο οποίο επισημαίνονται με αλφαβητική σειρά ορισμένοι από τους βασικούς όρους που είναι πιθανό να συναντήσετε κατά την εργασία με νέους/-ες όσον αφορά θέματα EDI.

Στο **2ο μέρος**, παρουσιάζονται ορισμένες από τις **αρχές της συμπεριληπτικής γλώσσας** που μπορούν να σας καθοδηγήσουν σε διάφορα πλαίσια, όταν δεν είστε σίγουροι/-ρες για το ποιες επιλογές λέξεων είναι πιο συμπεριληπτικές.

Το **3ο μέρος** περιλαμβάνει έναν πίνακα που παρουσιάζει όρους που συναντώνται συχνά κατά την εργασία με νέους/-ες ή διάφορες ομάδες, οι οποίοι χωρίζονται σε τρεις (3) κατηγορίες: **Τι αποφεύγουμε / Τι χρησιμοποιούμε / Γιατί**. Αυτή η ενότητα παρέχει πρακτική καθοδήγηση για τη χρήση της γλώσσας, με σαφείς συστάσεις σχετικά με τους όρους που πρέπει να αποφεύγετε και να χρησιμοποιείτε κατά την αλληλεπίδραση με ποικιλόμορφες ομάδες, όπως οι νέοι/-ες. Θα σας βοηθήσει να προωθήσετε τη συμπεριληπτικότητα εξηγώντας τους λόγους για κάθε σύσταση, να ενθαρρύνετε την επικοινωνία με σεβασμό και να αποφύγετε τη χρήση γλώσσας που θα μπορούσε να προσβάλει ή να αποκλείσει ορισμένα άτομα.

Το **4ο και τελευταίο μέρος** περιέχει πολλούς χρήσιμους συνδέσμους (links) που θα σας οδηγήσουν στη **Χάρτα Σημείων EDI** και θα σας δώσουν πρόσθετες πληροφορίες για το πώς να κάνετε τη χρήση της γλώσσας στον οργανισμό σας πιο συμπεριληπτική, καθώς και μια επισκόπηση του τρόπου με τον οποίο μπορούμε να συμβάλουμε στη βελτίωση των συμπεριληπτικών πρακτικών σε όλα τα οργανωσιακά επίπεδα.

Οι Κατευθυντήριες Οδηγίες Συμπεριληπτικής Γλώσσας EDI συμμορφώνονται με τις απαιτήσεις της ελληνικής γλώσσας και στους ακόλουθους συνδέσμους μπορείτε να βρείτε μεταφρασμένες και προσαρμοσμένες εκδόσεις για κάθε χώρα-εταίρο του EDI GO:



Κροατικά



Γαλλικά



Ισπανικά



Ιταλικά



Αγγλικά

## Οι περιορισμοί της χρήσης του παρόντος εγγράφου

Το παρόν έγγραφο περιλαμβάνει λέξεις και παραδείγματα που οι εταίροι του έργου EDI GO έχουν χαρακτηρίσει ως σημαντικά, δεδομένων των προκλήσεων που αντιμετωπίζουν κατά τη συνεργασία τους με τους/τις νέους/-ες και των θεμάτων με τα οποία ασχολούνται στο πλαίσιο των οργανώσεών τους. Είναι απαραίτητο να θυμόμαστε ότι η γλώσσα εξελίσσεται αδιάκοπα και να δίνουμε φωνή και αναγνώριση στις υποεκπροσωπούμενες ομάδες. Το εν λόγω έγγραφο είναι περιορισμένο χρονικά και τοπικά, καθώς αναπτύχθηκε το 2023 σε δυτικές κοινωνίες από εταίρους που μοιράζονται κοινές αξίες που προωθεί η ΕΕ.

Αυτό συνεπάγεται ότι μπορεί να έχουν παραλειφθεί λέξεις και εκφράσεις που μπορεί να είναι χρήσιμες σε άλλα πολιτισμικά πλαίσια. Πέραν αυτού, η γλώσσα συνέβαλε στους περιορισμούς αυτών των Οδηγιών, καθώς δεν υπήρχε πρόθεση να πραγματοποιηθεί επιχώρια προσαρμογή (localisation) της αγγλικής έκδοσης.

Κατά τη μετάφραση αυτής της έκδοσης σε συγκεκριμένες γλώσσες, θα ήταν χρήσιμο να ληφθούν υπόψη τα συγκεκριμένα τοπικά πλαίσια, ιδίως διότι τα περισσότερα στερεότυπα και οι διακρίσεις συνδέονται με την τοπική κουλτούρα.

Με το παρόν έγγραφο και τα παραδείγματα που επιλέξαμε, προσπαθήσαμε να καλύψουμε όσο το δυνατόν περισσότερες διαφορετικές ομάδες νέων, το ποικίλο υπόβαθρό τους, καθώς και τις γλωσσικές προκλήσεις που μπορεί να αντιμετωπίσουμε όταν εργαζόμαστε μαζί τους. Εντούτοις, αντιλαμβανόμαστε ότι πολλά ακόμη παραδείγματα λείπουν ή πρέπει να προσαρμοστούν στο πλαίσιο διαφορετικών οργανώσεων. Για τον λόγο αυτό, σας ενθαρρύνουμε να χρησιμοποιήσετε αυτό το έγγραφο ως έμπνευση για περαιτέρω έρευνα σχετικά με τη συμπεριληπτική γλώσσα κατά την εργασία με νέους/-ες.

Επιπρόσθετα, πιστεύουμε ότι είναι πολύ δύσκολο να συμπεριληφθούν όλες οι συστάσεις του παρόντος εγγράφου στην καθημερινή εργασία με τους/τις νέους/-ες. Πολλές συστάσεις θα πρέπει να προσαρμοστούν στο πλαίσιο των επιμέρους χωρών ή στις πρακτικές των επιμέρους οργανώσεων νεολαίας. Ωστόσο, πιστεύουμε ότι το παρόν έγγραφο μπορεί να σας εμπνεύσει να αναθεωρήσετε τις πρακτικές σας για τη συμπεριληπτική γλώσσα, τόσο στην εργασία με τους/τις νέους/-ες όσο και στην καθημερινή επικοινωνία, και να αναζητάτε πάντα μια ευκαιρία για περαιτέρω πρόοδο.

Οι Κατευθυντήριες Οδηγίες Συμπεριληπτικής Γλώσσας EDI εμπνεύστηκαν και δημιουργήθηκαν κυρίως με βάση τις κατευθυντήριες οδηγίες από τον [Οδηγό Συμπεριληπτικής Γλώσσας της Oxfam](#) και τον [Οδηγό Συμπεριληπτικής Γλώσσας της Αμερικανικής Ψυχολογικής Εταιρείας \(APA\)](#). Αξίζει να σημειωθεί ότι ακόμη και σε αυτά τα δύο έγγραφα, υπάρχουν μερικές φορές διαφωνίες σχετικά με το ποιοι όροι πρέπει να έχουν προτεραιότητα σε διαφορετικά πλαίσια.

Προτείνουμε λοιπόν οι εν λόγω Οδηγίες να αποτελέσουν σημείο εκκίνησης για το ενδιαφέρον σας για το θέμα αυτό και να προσαρμόσετε τη χρήση τους στις διάφορες εμπειρίες εργασίας με νέους/-ες στην οργάνωσή σας, καθώς και να παρακολουθείτε συνεχώς τις αλλαγές στον τομέα της γλωσσικής συμπερίληψης. Τέλος, σας συνιστούμε να λαμβάνετε υπόψη σας τις προτιμήσεις των διαφόρων ομάδων και ατόμων με τα οποία εργάζεστε, και αν δεν είστε σίγουροι/-ρες, φροντίστε να ρωτάτε πάντα ποιους όρους προτιμούν να χρησιμοποιούν.

## Σημασία του ακρωνυμίου EDI (Equality, Diversity, Inclusion)

Οι παρούσες Κατευθυντήριες Οδηγίες Συμπεριληπτικής Γλώσσας στηρίζονται στις αρχές EDI (Ισότητα, Διαφορετικότητα, Ένταξη) - τις βασικές αξίες της ΕΕ, η οποία αναγνωρίζει ότι οι κοινωνίες διαφοροποιούνται όλο και περισσότερο από πολλές απόψεις, με αποτέλεσμα να αυξάνεται η ανάγκη να μάθουμε να διαχειριζόμαστε την ποικιλομορφία και να δημιουργούμε συμπεριληπτικές και συνεκτικές κοινωνίες. Σε αυτή την κατεύθυνση, η [Στρατηγική της ΕΕ για τη Νεολαία \(2019-2027\)](#) αναγνωρίζει ότι οι νέοι/-ες έχουν συγκεκριμένο ρόλο στην κοινωνία και αντιμετωπίζουν συγκεκριμένες προκλήσεις που σχετίζονται με την αβεβαιότητα για το μέλλον τους, λόγω της παγκοσμιοποίησης και της κλιματικής αλλαγής, της τεχνολογικής αλλαγής, των δημογραφικών και κοινωνικοοικονομικών τάσεων, του λαϊκισμού, των διακρίσεων, του κοινωνικού αποκλεισμού, των ψευδών ειδήσεων (fake news) και πλέον του πολέμου στην Ευρώπη, τα αποτελέσματα των οποίων στις θέσεις εργασίας, τις δεξιότητες ή τον τρόπο λειτουργίας των δημοκρατιών μας είναι ακόμη άγνωστα.

Σύμφωνα με τον Ευρωπαϊκό Στόχο για την Νεολαία #3: Κοινωνίες χωρίς αποκλεισμούς, το ένα τρίτο των νέων στην Ευρώπη κινδυνεύει από φτώχεια και κοινωνικό αποκλεισμό, πολλοί/-ές δεν έχουν πρόσβαση στα κοινωνικά τους δικαιώματα και πολλοί/-ές εξακολουθούν να αντιμετωπίζουν πολλαπλές διακρίσεις, να υφίστανται προκαταλήψεις και εγκλήματα μίσους. Επίσης, τα νέα φαινόμενα μετανάστευσης επέφεραν αρκετές κοινωνικές και ενταξιακές προκλήσεις.

Οι κοινωνίες γίνονται ολοένα και πιο ετερογενείς και είναι απαραίτητο να παρακολουθούμε τις αλλαγές, να προβληματιζόμαστε και να επιμορφωνόμαστε συνεχώς, διότι πολλές φορές μπορεί να στείλουμε ακούσια ένα μήνυμα αποκλεισμού ή μη αποδοχής, ενώ η πρόθεσή μας είναι εντελώς αντίθετη. Για τον λόγο αυτό, είναι σημαντικό να τονιστεί η σημασία των γλωσσικών πρακτικών, οι οποίες αντικατοπτρίζουν καλύτερα τις στάσεις και τις αντιλήψεις του εαυτού μας και των άλλων.

# ΓΛΩΣΣΑΡΙ



## 1. ΓΛΩΣΣΑΡΙ

### **BIPOC (Black, Indigenous and People Of Color) / (Μαύροι, Αυτόχθονες και Μη Λευκοί)**

Αυτό το ακρωνύμιο αναφέρεται σε μη λευκούς ανθρώπους ή κοινότητες για να δείξει ότι δεν αντιμετωπίζουν όλοι οι μη λευκοί άνθρωποι τα ίδια επίπεδα αδικίας. (Δείτε > Φυλή, Εθνοτική Καταγωγή και Πολιτισμός - people/person of color – Γιατί;)

### **Deadnaming**

Η προσφώνηση ενός ατόμου με το βαπτιστικό του όνομα μετά την αλλαγή του ονόματός του (σχετίζεται κυρίως με τρανς άτομα).

### **ELLs (English Language Learners/ Μαθητές/-τριες Αγγλικής Γλώσσας)**

Όρος που χρησιμοποιείται σε ορισμένες αγγλόφωνες χώρες για τους/τις πολύγλωσσους/-σες μαθητές/-τριες που βρίσκονται στη διαδικασία εκμάθησης της αγγλικής γλώσσας. Οι ELLs συχνά χρειάζονται πρόσθετη υποστήριξη και αντιμετωπίζουν διακρίσεις λόγω της ανεπαρκούς γνώσης της αγγλικής γλώσσας.

### **Pinkwashing**

Όρος που δηλώνει την πρακτική της προώθησης των δικαιωμάτων των ΛΟΑΤ+ με στόχο το προσωπικό όφελος, όπως το κέρδος, η αυτοπροβολή κ.λπ.

# A

### **Αιτών/-τούσα άσυλο -άτομο που ζητά άσυλο (asylum seeker -person seeking asylum)**

Ο όρος αυτός χρησιμοποιείται για ένα άτομο που ζητά διεθνή προστασία, αλλά στο οποίο δεν έχει χορηγηθεί το καθεστώς του πρόσφυγα. «Δεν θα αναγνωριστούν όλοι/-λες οι αιτούντες/-σες άσυλο ως πρόσφυγες/-γισσες, αλλά κάθε αναγνωρισμένος/-νη πρόσφυγας/-γισσα ήταν αρχικά αιτών/-τούσα άσυλο» (Oxfam Inclusive Language Guide, 2023).

### **Αμφιφυλόφιλο άτομο/bisexual**

Άτομο που έλκεται συναισθηματικά ή/και σεξουαλικά από άτομα διαφορετικού ή/και ίδιου φύλου με το δικό του. Ο όρος “bisexual” συγχέεται συχνά με τον όρο “pansexual” (πανσεξουαλικό άτομο), ο οποίος υπερβαίνει το δυαδικό σύστημα και αναφέρεται στη συναισθηματική ή/και σεξουαλική έλξη ανεξάρτητα από το βιολογικό ή το κοινωνικό φύλο ενός ατόμου.

### **Ανθρώπινα δικαιώματα (human rights)**

Τα ανθρώπινα δικαιώματα είναι θεμελιώδη δικαιώματα χωρίς τα οποία οι άνθρωποι δεν μπορούν να ζήσουν με αξιοπρέπεια ως ανθρώπινα όντα και τα δικαιούνται από τη στιγμή της γέννησής τους. Το 1948 υιοθετήθηκε η Οικουμενική Διακήρυξη των Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων και οι διεθνείς νόμοι για τα ανθρώπινα δικαιώματα που καθορίζουν τις υποχρεώσεις των κρατών για σεβασμό, προστασία και εκπλήρωση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Τα βασικά ανθρώπινα δικαιώματα είναι για παράδειγμα: το δικαίωμα στη ζωή και την ελευθερία, η ελευθερία από τη δουλεία και τα βασανιστήρια, η ελευθερία της γνώμης και της έκφρασης, η ελευθερία της μετακίνησης, το δικαίωμα στην εργασία και την εκπαίδευση κ.λπ.

### **Άνθρωποι της Παγκόσμιας Πλειοψηφίας (PGM/People of Global Majority)**

Η έκφραση αυτή χρησιμοποιείται για να ενθαρρύνει τους ανθρώπους αφρικανικής, ασιατικής, λατινοαμερικανικής και αραβικής καταγωγής να αναγνωρίσουν ότι όλοι μαζί αποτελούν την πλειοψηφία του παγκόσμιου πληθυσμού (περίπου το 80%), σε αντίθεση με τη συχνά διαδεδομένη άποψη ότι οι λευκοί είναι ο παγκόσμιος κανόνας. Προτείνεται μεταξύ άλλων η χρήση του όρου «κόσμος της πλειοψηφίας» αντί για « τρίτος κόσμος » ή « αναπτυσσόμενες χώρες ».

### **Ασέξουαλ/ασεξουαλικό άτομο (Asexual)**

Ο όρος αυτός αναφέρεται στην απουσία συναισθημάτων σεξουαλικής έλξης και επιθυμίας. Το ασεξουαλικό άτομο δεν νιώθει σεξουαλική έλξη, αλλά μπορεί να νιώσει συναισθηματική έλξη και να συνειδητοποιήσει μια σύνδεση με ένα άλλο άτομο.

### **Αφροαμερικανός/-νίδα (African American)**

Ο όρος αυτός αναφέρεται σε Αμερικανούς/-νίδες αφρικανικής καταγωγής. Θα πρέπει να αποφεύγεται η χρήση του όρου «Αφροαμερικανός» για τους ανθρώπους αφρικανικής καταγωγής σε όλα τα μέρη του κόσμου, διότι αποκρύπτει άλλες εθνικότητες ή εθνικές καταβολές. Σε αυτή την περίπτωση, συνιστάται η χρήση της λέξης «Μαύρος/-ρη».

# Γ

## Γκέι (gay)

Άτομο που αισθάνεται συναισθηματική ή/και σεξουαλική έλξη προς άτομα του ίδιου φύλου. Χρησιμοποιείται συχνότερα για τους άνδρες που έλκονται από άνδρες.

## Γλώσσα αποκλεισμού των φύλων (gender-exclusive language)

Ο όρος αυτός χρησιμοποιείται για να υποδηλώσει το γεγονός ότι η γλώσσα κατατάσσει όλους τους ανθρώπους στην κατηγορία των ανδρών ή σε μια δυαδική κατηγορία (άνδρας ή γυναίκα). Το αντίθετο της γλώσσας που δεν λαμβάνει υπόψη τη διάσταση του φύλου είναι η γλώσσα που είναι συμπεριληπτική ως προς το φύλο (gender-inclusive language).

# Δ

## Διαγενεακό τραύμα (intergenerational trauma)

Η μετάδοση των συνεπειών τραυματικών γεγονότων και εμπειριών (όπως κακοποίηση, φυσικές καταστροφές, φτώχεια κ.λπ.) από τη γενιά που υπέστη το τραύμα στις επόμενες γενιές. Συμβαίνει ακούσια, μέσω της πρώιμης γονεϊκότητας και των προτύπων συμπεριφοράς των γονέων που επηρεάζουν την επόμενη γενιά, και εκδηλώνεται με συμπτώματα όπως: έλλειψη εμπιστοσύνης, θυμός, ευερεθιστότητα, εφιάλτες, φοβικότητα, αδυναμία σύνδεσης κ.λπ.

## Διαθεματικότητα/Διατομεακότητα (intersectionality)

Ο όρος αυτός αναφέρεται στους τρόπους με τους οποίους τα συστήματα ανισότητας με βάση το φύλο, τη φυλή, την εθνοτική καταγωγή, τον σεξουαλικό προσανατολισμό, την ταυτότητα φύλου, την αναπηρία, την τάξη και άλλες μορφές διακρίσεων επικαλύπτονται και οδηγούν σε σύνθετες ανισότητες.

## Διακρίσεις υπέρ ατόμων χωρίς αναπηρίες (ableism)

Πεποιθήσεις και πρακτικές που αντιμετωπίζουν τους μη ανάπηρους ανθρώπους ως «φυσιολογικούς», γεγονός που οδηγεί σε συμπεριφορά διακρίσεων απέναντι στα άτομα με αναπηρία, σε μη αναγνώριση των δυνατοτήτων τους και σε άνιση πρόσβαση σε δημόσιους και ιδιωτικούς χώρους και υπηρεσίες.

## Διάκριση (discrimination)

Διαφορετική μεταχείριση ενός ατόμου ή μιας ομάδας ατόμων λόγω της φυλής, της ηλικίας, του φύλου, της κοινωνικοοικονομικής κατάστασης, του σεξουαλικού προσανατολισμού και άλλων χαρακτηριστικών ή προτιμήσεων.

## Δυαδικότητα του φύλου (gender binary)

Η κατηγοριοποίηση του φύλου σε δύο κατηγορίες: αρσενικό και θηλυκό, η οποία αναιρεί την ύπαρξη οποιουδήποτε άλλου φύλου.

# Ε

## Εθνοτική καταγωγή (ethnicity)

Κοινωνικό κατασκεύασμα που χρησιμοποιείται για την κατηγοριοποίηση των ανθρώπων με βάση την κοινή κουλτούρα τους. Είναι σημαντικό να γνωρίζουμε τη διαφορά μεταξύ εθνοτικής καταγωγής και φυλετικής καταγωγής (φυλής). Η φυλετική καταγωγή αναφέρεται στην κατηγοριοποίηση με βάση τα φυσικά χαρακτηριστικά, ενώ η εθνοτική καταγωγή σχετίζεται περισσότερο με κοινωνικούς και πολιτιστικούς παράγοντες, όπως οι αξίες, η γλώσσα, η μουσική, το φαγητό, η ενδυμασία κ.λπ.

## Εθνοτική προκατάληψη (ethnic bias)

Διαφορετική μεταχείριση έναντι ατόμων ή μιας ομάδας ατόμων με βάση την εθνοτική καταγωγή τους.

## Εθνοτική ταυτότητα (ethnic identity)

Η αίσθηση του ανήκειν σε μια συγκεκριμένη εθνοτική ομάδα (περιλαμβάνει πολιτιστικούς, κοινωνικούς, γλωσσικούς, θρησκευτικούς και συχνά φυλετικούς παράγοντες).

## Εκτοπισμένο άτομο (displaced person)

Άτομο που έχει εγκαταλείψει την πατρίδα του ή τον τόπο συνήθους διαμονής του λόγω ένοπλων συγκρούσεων, καταστάσεων γενικευμένης βίας, παραβιάσεων των ανθρωπίνων δικαιωμάτων ή φυσικών/ανθρωπογενών καταστροφών.

## Επιπολιτισμός (acculturation)

Η διαδικασία με την οποία τα μέλη μιας κοινότητας προσαρμόζουν τις αξίες, τις ιδέες, τις πεποιθήσεις και τη συμπεριφορά τους σε εκείνες των κοινοτήτων με διαφορετική κουλτούρα.

## Εσωτερικευμένος ρατσισμός (internalized racism)

Ο όρος αυτός αναφέρεται στην αυτοαντίληψη των διαφορετικών φυλετικών πληθυσμών ότι είναι ανίσχυροι ή λιγότερο πολύτιμοι λόγω των αρνητικών πεποιθήσεων που υπάρχουν στην κοινωνία γι' αυτούς.

# Η

## Ηλικιακός ρατσισμός (ageism)

Ο όρος αυτός αναφέρεται σε προκαταλήψεις και στερεότυπα απέναντι σε άτομα με βάση την ηλικία τους.



# I

## Ιδεολογία που δεν κάνει φυλετικές διακρίσεις (color-blind ideology)

Η πεποίθηση ότι οι άνθρωποι δεν πρέπει να ταξινομούνται με βάση την εθνική καταγωγή, τον πολιτισμό και τη φυλή τους, αλλά ότι όλοι πρέπει να θεωρούνται ίσοι. Το πρόβλημα είναι ότι αυτή η προσέγγιση αρνείται την υπάρχουσα κοινωνική αδικία απέναντι σε όλους όσους δεν είναι λευκοί και καθιστά ακόμη πιο δύσκολη την αντιμετώπιση του ρατσισμού (με το να μην αναγνωρίζει την ύπαρξή του).

## Ίντερσεξ (intersex)

Ο όρος αυτός χρησιμοποιείται για άτομα που γεννήθηκαν με σωματικά χαρακτηριστικά (χρωμοσωμικά, ορμονικά ή ανατομικά) που δεν ανταποκρίνονται στους αυστηρούς ιατρικούς ορισμούς του αρσενικού ή του θηλυκού.

## Ισλαμοφοβία (Islamophobia)

Διακρίσεις ή προκαταλήψεις έναντι της θρησκείας του Ισλάμ ή των μουσουλμάνων γενικά.

# K

## Καταπίεση (oppression)

Η καταπίεση είναι μια κατάσταση που αναφέρεται στην άνιση πρόσβαση στην εξουσία και τα προνόμια για ορισμένες υποομάδες της κοινωνίας. Ακόμη, η καταπίεση είναι μια διαδικασία κατά την οποία ορισμένες υποομάδες με μεγαλύτερη δύναμη χρησιμοποιούν αυτή τη δύναμη για να διατηρήσουν αυτή την ανισότητα.

## Κοινωνική δικαιοσύνη (social justice)

Ο όρος αυτός δίνει έμφαση στα δικαιώματα όλων των ανθρώπων σε ίσες ευκαιρίες για την επίτευξη πλούτου, υγείας, ευημερίας και δικαιοσύνης.

## Κοινωνικό φύλο (gender)

Μια κοινωνική κατηγορία που αναφέρεται σε στάσεις, συναισθήματα και συμπεριφορές που μια συγκεκριμένη κουλτούρα συνδέει με το βιολογικό φύλο του ατόμου. Ο όρος υποδηλώνει κοινωνικά διαμορφωμένους ρόλους, συμπεριφορές, δραστηριότητες και χαρακτηριστικά που μια συγκεκριμένη κοινωνία θεωρεί κατάλληλα για τις/τους γυναίκες/άνδρες. Είναι κοινωνικό κατασκεύασμα.

## Κουίρ (queer)

Ο όρος αυτός αποτελούσε διάκριση, αλλά σήμερα χρησιμοποιείται ως όρος-ομπρέλα που περιλαμβάνει κάθε σεξουαλικό προσανατολισμό, ταυτότητα φύλου ή έκφραση φύλου που δεν συμμορφώνεται με τα κυρίαρχα κοινωνικά πρότυπα. Επιπρόσθετα, αναφέρεται στον ακτιβισμό, το κίνημα και τη θεωρητική κατεύθυνση (queer theory).

# L

## Λεσβία (lesbian)

Όρος που χρησιμοποιείται για τις cis/τρανς γυναίκες που έλκονται συναισθηματικά ή/και σεξουαλικά από άλλες cis/τρανς γυναίκες.

## Λευκή ανωτερότητα (white supremacy)

Η πεποίθηση ότι η λευκή φυλή είναι ανώτερη από όλες τις άλλες φυλές.

## ΛΟΑΤΚΙΑ+ (LGBTQIA+)

Ακρωνύμιο που περιγράφει τα άτομα που αυτοπροσδιορίζονται ως λεσβίες, ομοφυλόφιλοι άνδρες, αμφιφυλόφιλα, τρανς, κουίρ, ίντερσεξ, σεξουαλικά + άλλα άτομα των οποίων η ταυτότητα δεν είναι ετεροφυλόφιλη ή cisgender.

# M

## Μειονότητα (minority)

Ο όρος αυτός χρησιμοποιείται για ομάδες ή άτομα στην κοινωνία που έχουν λιγότερη δύναμη και επιρροή σε σχέση με την κυρίαρχη ομάδα. Η χρήση αυτού του όρου μπορεί να θεωρηθεί υποτιμητική, γι' αυτό συνιστάται να διευκρινίζετε (π.χ. εθνική μειονότητα, φυλετική μειονότητα, φυλετική-εθνική μειονότητα) ή, αν είναι δυνατόν, να χρησιμοποιείτε το συγκεκριμένο όνομα της ομάδας για την οποία μιλάτε. Επίσης, είναι σημαντικό να μην υπονοείτε ότι τα μέλη των μειονοτικών ομάδων είναι μη προνομιούχα.

## Μετανάστης/-στρια (migrant)

Ο όρος αυτός χρησιμοποιείται για ένα άτομο που έχει μετακινηθεί από έναν τόπο διαμονής σε έναν άλλο (εντός ή εκτός των συνόρων της χώρας του).

## Μη δυαδικές ταυτότητες (non-binary identities)

Ταυτότητες φύλου που κατασκευάζονται εκτός της παραδοσιακής διχοτόμησης των φύλων (άνδρας-γυναίκα).

## Μη λευκοί άνθρωποι (people of color)

Ο όρος αυτός συνιστάται σε σύγκριση με τον όρο «μειονότητα» ή «έγχρωμοι άνθρωποι» που θεωρούνται παρωχημένοι. Ωστόσο, είναι προτιμότερο να χρησιμοποιείται ένας συγκεκριμένος τίτλος ομάδας όταν είναι δυνατόν (π.χ. Μαύροι/-ρες φοιτητές/-τριες, Ρομά φοιτητές/-τριες κ.λπ.).

## Μικροεπιθέσεις (microaggressions)

Εκφράσεις, στάσεις ή συμπεριφορές που εκούσια ή ακούσια μεταδίδουν υποτιμητικές στάσεις ή αντιλήψεις απέναντι σε άτομα ή ομάδες ανθρώπων, συνήθως με βάση τη φυλή, αλλά και το φύλο, τον σεξουαλικό προσανατολισμό, την κοινωνικοοικονομική κατάσταση και άλλες κατηγορίες. Παραδείγματα μικροεπιθέσεων αποτελούν τα υποτιμητικά σχόλια για την ικανότητα των γυναικών να οδηγούν ή οι συχνότεροι έλεγχοι ασφαλείας ατόμων που ανήκουν σε φυλετικές ομάδες.

## Μισογυνισμός (misogyny)

Το μίσος και η προκατάληψη κατά των γυναικών.

# N

## Νευροδιαφορετικότητα (neurodiversity)

- **νευροδιαφορετικό/ νευροαποκλίνον/ μη νευροτυπικό άτομο (person who is neurodiverse / neurodivergent / neuroatypical)**

Ο όρος αυτός χρησιμοποιείται για να υποδηλώσει την ποικιλομορφία που προσφέρει η νευροδιαφορετικότητα και για να αποφευχθούν τα αρνητικά στερεότυπα όταν μιλάμε για άτομα με ΔΕΠΥ, αυτιστικά συμπτώματα, δυσλεξία, δυσγραφία, αισθητηριακή ευαισθησία ή άλλη πάθηση. Υποδηλώνει ότι ο εγκέφαλος ορισμένων ανθρώπων λειτουργεί διαφορετικά από ό,τι θεωρούμε τυπικό.



## Ξενοφοβία (xenophobia)

Ένα παράλογο αίσθημα φόβου, μίσους ή απέχθειας προς τους ξένους ή οτιδήποτε θεωρείται ξένο λόγω της πεποίθησης ότι οι ξένοι πολιτισμοί ή τα αλλοδαπά άτομα αποτελούν απειλή για τον δικό μας πολιτισμό.

# Π

## Παγκόσμιος Νότος (Global South)

Ο Παγκόσμιος Νότος αναφέρεται στις περιοχές της Λατινικής Αμερικής, της Ασίας, της Αφρικής και της Ωκεανίας, πολλές από τις οποίες έχουν χαμηλά εισοδήματα. Αν και η χρήση αυτού του όρου υπενθυμίζει τις συνέπειες της αποικιοκρατίας και του ιμπεριαλισμού, δεν λαμβάνει υπόψη τις διαφορές στους πολιτισμούς και τα πλαίσια των επιμέρους χωρών που αντιπροσωπεύει ο εν λόγω όρος.

## Πανσεξουαλ/πανσεξουαλικό άτομο (pansexual)

Όρος που χρησιμοποιείται για τα άτομα που νιώθουν συναισθηματική ή/και σεξουαλική έλξη για ένα άτομο ανεξάρτητα από την ταυτότητα φύλου του.

## Πατριαρχία (patriarchy)

Ένα σύστημα κοινωνικών σχέσεων και δομών στο οποίο οι άνδρες ως ομάδα κυριαρχούν και εκμεταλλεύονται τις γυναίκες. Με βάση τις ιεραρχικές σχέσεις, την εξουσία και την ανδρική αλληλεγγύη, η πατριαρχία οργανώνει την κοινωνία, τον πολιτισμό και τα άτομα, ενώ είναι στενά συνυφασμένη με την ταξική και φυλετική διαστρωμάτωση. Στις σύγχρονες βιομηχανικές κοινωνίες, η πατριαρχία μπορεί να κατανοηθεί αναλυτικά ως ένας σύνθετος συνδυασμός έξι (6) δομικών τομέων στους οποίους οι άνδρες έχουν την κυριαρχία και εκμεταλλεύονται τις γυναίκες: οικιακή εργασία (μη αμειβόμενη εργασία), αμειβόμενη εργασία, σεξουαλικότητα, πολιτιστικοί θεσμοί, νομοθεσία και ανδρική βία κατά των γυναικών.

## Περιθωριοποίηση (marginalisation)

Η καταπίεση ορισμένων ομάδων ή ατόμων σε μια αποδυναμωμένη θέση στην κοινωνία με την άρνησή τους σε υλική βάση ή με την άρνηση της συμμετοχής τους στην κοινωνική ζωή της κοινότητας.

## Πολιτισμική επάρκεια (cultural competence)

Η ικανότητα αποτελεσματικής επικοινωνίας και συνεργασίας με άτομα από διαφορετικές κουλτούρες. Θα πρέπει να θυμόμαστε ότι η χρήση αυτού του όρου υποδηλώνει ότι ένα άτομο μπορεί να αποκτήσει πλήρεις γνώσεις για μια συγκεκριμένη κουλτούρα, γεγονός που μπορεί να οδηγήσει σε στερεότυπα και προκαταλήψεις.

## Πολιτισμική ταπεινότητα (cultural humility)

Η πολιτισμική ταπεινότητα συνεπάγεται κατανόηση της πολυπλοκότητας των διαφορετικών πολιτισμών και ταυτοτήτων και λαμβάνει πάντα υπόψη τις διαφορές μεταξύ των ατόμων εντός ορισμένων κατηγοριών. Επιπλέον, περιλαμβάνει την επίγνωση του ατόμου ότι είναι απαραίτητο να αναγνωρίσει και να κατανοήσει τη δική του κουλτούρα και τις προκαταλήψεις του.

## Προκατάληψη (bias)

Μια κλίση ή προδιάθεση υπέρ ή κατά κάποιου πράγματος.

- **σιωπηρή -ασυνείδητη- προκατάληψη (implicit -unconscious- bias) -** αναφέρεται σε ασυνείδητες σκέψεις/συμπεριφορές προς ένα άτομο ή μια ομάδα ανθρώπων με βάση το φύλο, τη φυλή, την κοινωνικοοικονομική κατάσταση και άλλα χαρακτηριστικά ή προτιμήσεις.

## Προκατάληψη (prejudice)

Μια αρνητική προκατειλημμένη γνώμη ή στάση απέναντι σε ένα άλλο άτομο ή μια ομάδα που διαμορφώνεται εκ των προτέρων και δεν βασίζεται σε λογική ή πραγματική εμπειρία.

## Προκαταρκτικά προγράμματα (pathway programs)

Προγράμματα που ενθαρρύνουν τη μεγαλύτερη πρόσβαση περιθωριοποιημένων ομάδων στην εκπαίδευση, την κατάρτιση ή τα επαγγέλματα.

## Προνόμιο (privilege)

Ένα αδικαιολόγητο πλεονέκτημα που είναι διαθέσιμο σε ορισμένους ανθρώπους λόγω της κοινωνικής τους θέσης.

## Πρόσφυγας/-γισσα (refugee)

Άτομο που έχει διαφύγει από πόλεμο, βία, σύγκρουση ή δίωξη και έχει διασχίσει διεθνή σύνορα. Μερικές φορές, είναι σημαντικό να επισημαίνουμε ότι έχει χορηγηθεί σε ένα άτομο καθεστώς προστασίας, όπως το καθεστώς του πρόσφυγα, στη χώρα στην οποία έχει καταφύγει.

# P

## Ρατσισμός (racism)

Ένα σύστημα εξουσίας που οργανώνει τις ευκαιρίες και αποδίδει αξία στους ανθρώπους με βάση τη φυλή ή την εθνοτική καταγωγή τους.

- **Θεσμικός ρατσισμός (institutional racism)** - άδικες θεσμικές πολιτικές, πρακτικές και διαδικασίες έναντι διαφορετικών φυλετικών ή εθνοτικών ομάδων που έχουν ως αποτέλεσμα τη συνεχή αδικαιολόγητη παροχή πλεονεκτημάτων/μειονεκτημάτων σε ορισμένες ομάδες ανθρώπων.
- **δομικός ρατσισμός (structural racism)** - ένα σύστημα στο οποίο οι δημόσιες πολιτικές, οι θεσμικές πρακτικές, οι πολιτισμικές αναπαραστάσεις και άλλες νόρμες λειτουργούν με διάφορους, συχνά ενισχυτικούς τρόπους για να διαιωνίζεται η ανισότητα των φυλετικών ή εθνοτικών ομάδων με τρόπο που διατηρεί την ανωτερότητα της λευκής φυλής.

## Ρευστή ταυτότητα φύλου (genderfluid)

Ο όρος αυτός αναφέρεται σε άτομα που βιώνουν την ταυτότητα φύλου τους ως ρευστή ή εναλλασσόμενη.

# Σ

## Σεξισμός (sexism)

Σεξισμός είναι κάθε μορφή έκφρασης (π.χ. πράξη, λέξη, εικόνα, χειρονομία) που στηρίζεται στην ιδέα ότι ορισμένα άτομα, συνήθως γυναίκες, είναι κατώτερα λόγω του φύλου τους.

## Σεξουαλικός προσανατολισμός (sexual orientation)

Όρος που αναφέρεται στο ποια άτομα μας ελκύουν σεξουαλικά, συναισθηματικά, σωματικά και ρομαντικά.

## Στερεότυπο (stereotype)

Γενίκευση για τα μέλη μιας ομάδας ή κοινωνικής κατηγορίας ανεξάρτητα από τις ατομικές διαφορές. Υπάρχουν θετικά, ουδέτερα και αρνητικά στερεότυπα.

## Στίγμα βάρους - Διακρίσεις λόγω μεγέθους (weight stigma - sizeism)

Η προκατάληψη έναντι ενός ατόμου ή μιας ομάδας ατόμων λόγω του μεγέθους του σώματός τους.

## Σύμμαχος/Σύμμαχοι/Συμμαχία (ally/allies/allyship)

Ο όρος «σύμμαχος» χρησιμοποιείται για ένα άτομο που έχει επίγνωση της (μη κεκτημένης) προνομιακής θέσης του στην κοινωνία και είναι πρόθυμο να χρησιμοποιήσει το προνόμιο αυτό για να αλλάξει αυτά τα άδικα πρότυπα. Η «συμμαχία» αναφέρεται στην ενεργό και συνειδητή χρήση των αναγνωρισμένων προνομίων για την αντιμετώπιση των προκαταλήψεων, των διακρίσεων και των ανισοτήτων.

# T

## Ταξικό προνόμιο (class privilege)

Τα αδικαιολόγητα πλεονεκτήματα, η προστασία και η πρόσβαση που παρέχονται σε μια μικρή κατηγορία ανθρώπων με βάση την οικονομική τους κατάσταση, τη θέση εργασίας, τον τίτλο, τη φήμη ή την αναγνώρισή τους, συνήθως εις βάρος των άλλων.

## Ταυτότητα φύλου (gender identity)

Υποδηλώνει την προσωπική κατανόηση και την εσωτερική αίσθηση του φύλου ενός ατόμου, η οποία μπορεί να είναι σύμφωνη με τους κοινωνικά επιβεβλημένους ορισμούς και τους διαμορφωμένους έμφυλους ρόλους των ανδρών και των γυναικών ή μπορεί να τους αναιρεί, να τους υπερβαίνει και να αλλάζει. Οι ταυτότητες φύλου που κατασκευάζονται έξω από την παραδοσιακή διχοτόμηση των φύλων ονομάζονται ταυτότητες gender queer ή μη δυαδικές ταυτότητες.

### • Cisgender

Όρος που χρησιμοποιείται για να περιγράψει ένα άτομο του οποίου η ταυτότητα ή/και η έκφραση φύλου ταιριάζει με τα κοινωνικά πρότυπα φύλου που καθορίζονται για το φύλο που αποδίδεται στα άτομα αυτά κατά τη γέννηση.

### • Trans

Όρος που χρησιμοποιείται για να περιγράψει ένα άτομο του οποίου η ταυτότητα ή/και η έκφραση φύλου δεν ταιριάζει με τα κοινωνικά πρότυπα φύλου που καθορίζονται για το φύλο που αποδίδεται στα άτομα αυτά κατά τη γέννηση.

## Τοκενισμός / προσχηματική υποστήριξη μειονοτήτων (tokenism)

Όρος που χρησιμοποιείται στο πλαίσιο του εργασιακού χώρου για διάφορες πρακτικές που αποσκοπούν στο να δώσουν την εντύπωση της συμπεριληπτικότητας (π.χ. όταν προσλαμβάνεται μέλος μιας μειονοτικής ομάδας για να καταδειχθεί ότι μια εταιρεία εφαρμόζει συμπεριληπτική πολιτική προσλήψεων).

## Τρανς άτομα (trans people)

Ο όρος αυτός χρησιμοποιείται για τα άτομα των οποίων η ταυτότητα φύλου δεν συμβαδίζει με το φύλο που τους αποδόθηκε κατά τη γέννηση.

- **τρανς άνδρας (trans man)** - άτομο στο οποίο αποδόθηκε το θηλυκό φύλο κατά τη γέννηση και το οποίο αυτοπροσδιορίζεται ως άνδρας (ή του οποίου η ταυτότητα φύλου είναι ανδρική).

- **τρανς γυναίκα (trans woman)** - άτομο στο οποίο αποδόθηκε το αρσενικό φύλο κατά τη γέννηση και το οποίο αυτοπροσδιορίζεται ως γυναίκα (ή του οποίου η ταυτότητα φύλου είναι γυναικεία).

# Φ

## Φυλετική δικαιοσύνη (racial justice)

Η φυλετική δικαιοσύνη προϋποθέτει την ύπαρξη ενός συστήματος που ανακατανέμει ριζικά τη φυλετική εξουσία με τρόπο που αντιμετωπίζει συστηματικά δίκαια τους ανθρώπους όλων των φυλών εξασφαλίζοντας ίσες ευκαιρίες για όλους.

## Φυλετική ισότητα (racial equity)

Η φυλετική ισότητα συνεπάγεται συνθήκες χωρίς φυλετική ανισότητα και ανωτερότητα της λευκής φυλής, στις οποίες η φυλή δεν επηρεάζει την κοινωνικοοικονομική κατάσταση, την εκπαίδευση, την υγεία και άλλες ευκαιρίες και αποτελέσματα.

## Φυλετική κοινωνικοποίηση (racial socialisation)

Ο όρος αυτός αναφέρεται στη διαγενεακή διδασκαλία των παιδιών μέσω των μηνυμάτων, των δραστηριοτήτων και των συμπεριφορών των/της γονέων/ ευρύτερης οικογένειας σχετικά με τις έννοιες της φυλής και του ρατσισμού.

## Φυλή (race)

Μια κοινωνική κατασκευή που δημιουργήθηκε από μια κυρίαρχη ομάδα ανθρώπων, με την οποία οι άνθρωποι κατηγοριοποιούνται με βάση κοινά φυσικά χαρακτηριστικά, γεγονός που οδηγεί στη διατήρηση της εξουσίας της κυρίαρχης ομάδας και της υπάρχουσας κοινωνικοπολιτικής ιεραρχίας.



## 2. ΑΡΧΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΛΗΠΤΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ

### Χρησιμοποιήστε γλώσσα με προτεραιότητα στο πρόσωπο και στην ταυτότητα

**Στη γλώσσα που δίνει προτεραιότητα στο πρόσωπο**, η έμφαση δίνεται σε ένα άτομο ή μια ομάδα και όχι σε αναπηρίες ή χρόνιες παθήσεις: π.χ. «νεαρό άτομο με επιληψία» αντί για «επιληπτικό άτομο». Αυτή είναι μια επιλογή που προτιμάται για την περιγραφή ατόμων και ομάδων με κοινή/-ές ταυτότητα/-τες. **Η γλώσσα που δίνει προτεραιότητα στην ταυτότητα** συνηθίζεται περισσότερο μεταξύ συγκεκριμένων κοινοτήτων (όπως η κοινότητα των κωφών ή των αυτιστικών) και χρησιμοποιείται συχνά ως έκφραση πολιτισμικής υπερηφάνειας: «κωφό άτομο» αντί για «άτομο με κώφωση» ή «αυτιστικό άτομο» αντί για «άτομο με αυτισμό».

**Επιλογή μεταξύ της γλώσσας που δίνει προτεραιότητα στο πρόσωπο και της γλώσσας που δίνει προτεραιότητα στην ταυτότητα:** Και οι δύο προσεγγίσεις στη γλώσσα επιτρέπονται και είναι καλύτερο να ελέγξετε με το άτομο ή την ομάδα (αν υπάρχει) ποια προσέγγιση προτιμούν. Διαφορετικά, η καλύτερη λύση είναι η ανάμειξη αυτής της γλώσσας, που σημαίνει ταυτόχρονα αλλαγή του τρόπου με τον οποίο ο/η ομιλητής/-τρια βλέπει την αναπηρία και τα άτομα που ανήκουν σε ορισμένες κοινότητες ατόμων με αναπηρία.

### Αποφύγετε ιδιωτισμούς, αργκό και ακρωνύμια.

Πολλοί ιδιωτισμοί, αργκό και ακρωνύμια μπορεί να είναι ασαφείς σε άτομα που δεν έχουν γνώσεις ή εμπειρία σε έναν συγκεκριμένο τομέα και, ως εκ τούτου, δεν μπορούν να συμμετάσχουν στην επικοινωνία. Επίσης, πολλές ιδιωματικές εκφράσεις έχουν τις ρίζες τους σε αρνητικές συνδηλώσεις και παρόλο που δεν φαίνονται προσβλητικές στην αρχή, μπορεί να κάνουν κάποια άτομα να αισθάνονται άβολα, (π.χ. «Μαύρα μάτια κάναμε να σε δούμε» - αυτός ο όρος μιμείται έναν μη μητρικό ομιλητή της ελληνικής γλώσσας).

### Αποφύγετε φράσεις που παραπέμπουν σε θυματοποίηση και ευφημισμούς.

Για παράδειγμα, «πάσχει από...», «είναι θύμα...», «υποφέρει από...», «είναι καθηλωμένος/-νη σε αναπηρικό καροτσάκι».

Σε ό,τι αφορά τους ευφημισμούς, πολλά άτομα με αναπηρία τους θεωρούν συγκαταβατικούς και ακατάλληλους. Γι' αυτό, προσπαθήστε να αποφύγετε φράσεις όπως «άτομο με ειδικές ανάγκες», «άτομο με διαφορετικές ικανότητες», «άτομο με ειδικές ικανότητες» κ.λπ.

### Μην υποτιμάτε τις έννοιες που σχετίζονται με την ψυχική υγεία.

Είναι απαραίτητο να αποφεύγεται η χρήση υποτιμητικών ονομασιών που προέρχονται από το πλαίσιο της ψυχικής υγείας (π.χ. «ψυχοπαθής», «τρελός/-λή», κ.λπ.), καθώς και η χρήση ονομασιών πραγματικών ψυχικών αναπηριών («ΙΨΔ», «διπολικός/-κή»), ως μεταφορά για την καθημερινή συμπεριφορά.

### Αποφύγετε τη γλώσσα που κυριαρχεί το αρσενικό γένος.

Όταν σε ένα ορισμένο πλαίσιο το φύλο δεν έχει σημασία, το αρσενικό γένος χρησιμοποιείται συχνά ως «περιεκτικός» ή «γενικός» τύπος. Ωστόσο, έρευνες αποδεικνύουν ότι η χρήση του αρσενικού γένους στη γλώσσα κάνει τους ανθρώπους να σκέφτονται συγκεκριμένα τους άνδρες (Konishi, 1993).

Αν η γλώσσα που μιλάτε είναι έμφυλη (όπως οι λατινογενείς γλώσσες), είναι προτιμότερο να συμπεριλαμβάνετε τόσο το θηλυκό όσο και το αρσενικό γένος όταν μιλάτε ή γράφετε για ανθρώπους.

Όταν είναι δυνατόν και αν υπάρχει στη γλώσσα σας, συμπεριλάβετε μη δυαδικούς ή ουδέτερους όρους. Στην ελληνική γλώσσα, προτείνεται η χρήση του συμβόλου “@” αντί να προσδιορίζεται το φύλο της λέξης (για παράδειγμα, στην περίπτωση του επιθέτου “όμορφος” ή “όμορφη” προτείνεται η χρήση του «όμορφ@», επιτυγχάνοντας έτσι το πιο συμπεριληπτικό αποτέλεσμα – τουλάχιστον στον γραπτό λόγο).

### Αποφύγετε τη βίαιη γλώσσα.

- «Εσκισες!» (προτείνεται η χρήση των φράσεων: «Εξαιρετική δουλειά!», «Υπέροχα!»)
- «Ρίξ' του», «Δώσε πόνο!» «Δώστου να καταλάβει!» (προτείνεται η χρήση των φράσεων: «Κάνε μια προσπάθεια», «Προσπάθησε!»)

### Αν δεν είστε σίγουροι/-ρες, ρωτήστε την προτίμηση ενός ατόμου!



### 3. ΤΙ ΑΠΟΦΕΥΓΟΥΜΕ / ΤΙ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ / ΓΙΑΤΙ;

Παρακάτω, θα παρουσιάσουμε όρους και φράσεις που, σύμφωνα με τη βιβλιογραφία, προτείνουμε να αποφεύγονται/χρησιμοποιούνται αν θέλουμε η γλώσσα που μιλάμε να είναι πιο συμπεριληπτική. Οι όροι και οι φράσεις χωρίζονται σε οκτώ (8) κατηγορίες και γνωρίζουμε ότι πολλοί από αυτούς εξακολουθούν να λείπουν. Δεν είναι πάντα εύκολο να διασφαλίσουμε ότι είμαστε πλήρως συμπεριληπτικοί/-κές απέναντι σε όλες τις ομάδες και τα άτομα. Παρόλα αυτά, η ευαισθητοποίηση και η συνεχής μάθηση για να γίνουμε ακόμα πιο συμπεριληπτικοί/-κές και να έχουμε μεγαλύτερη επίγνωση των πιθανών αδικιών είναι απαραίτητες στη δουλειά όλων μας, ειδικά σε εμάς τους/τις εργαζόμενους/-νες στον τομέα της νεολαίας. Όταν σκέφτεστε τους προτεινόμενους όρους και τις φράσεις που ακολουθούν, θα πρέπει να λαμβάνετε υπόψη το πλαίσιο της συζήτησης και τις προτιμήσεις του/της εκάστοτε συνομιλητή/-τριας, διότι ορισμένοι λιγότερο συμπεριληπτικοί όροι στο πλαίσιο της ομαδικής εργασίας, όπως «μητέρα» και «πατέρας», μπορεί να είναι απολύτως αποδεκτοί σε ένα άλλο πλαίσιο.

Είναι πολύ σημαντικό και κοινό για όλες τις κατηγορίες να αναγνωρίζουν και να αποφεύγουν όρους που έχουν αρνητικές συνδηλώσεις ή που ενθαρρύνουν στερεότυπα και προκαταλήψεις. Εξίσου σημαντικό είναι να αποφεύγεται ο ορισμός των ανθρώπων ανάλογα με το πρόβλημα υγείας που αντιμετωπίζουν ή τη μειονεκτική τους θέση. Ίσως όμως και το πιο σημαντικό από όλα είναι να ρωτάτε ποιες είναι οι προτιμήσεις ενός ατόμου, αν είναι δυνατόν, δείχνοντας σεβασμό στην αυτονομία του και ενδυναμώνοντάς το.

## A) ΗΛΙΚΙΑ

Τι αποφεύγουμε	Τι χρησιμοποιούμε	Γιατί;
<ul style="list-style-type: none"> <li>· γέρος / γριά</li> <li>· ηλικιωμένος / ηλικιωμένη</li> <li>· ηλικιωμένοι</li> <li>· άτομα τρίτης ηλικίας</li> <li>· μεγάλος/η σε ηλικία</li> <li>· εξαρτώμενα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· άτομο / άτομα μεγαλύτερης ηλικίας</li> <li>· άτομο άνω των 60</li> <li>· άτομα άνω των/κάτω των (ηλικία)</li> </ul>	<p>Όσον αφορά την ηλικία, χρησιμοποιήστε όρους που επιλέγουν και τα ίδια τα άτομα για να περιγραφούν, έχοντας κατά νου τόσο τις δυαδικές όσο και τις μη δυαδικές κατηγορίες φύλου.</p> <p>Όταν γράφουμε τόσο για νέους όσο και για άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, είναι απαραίτητο να χρησιμοποιούνται όροι που εκφράζουν σεβασμό, αποφεύγοντας την ομογενοποίηση και το πατρνάρισμα.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>· γηριατρική κύηση / εγκυμοσύνη</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· εγκυμοσύνη σε προχωρημένη αναπαραγωγικά ηλικία</li> <li>· εγκυμοσύνη στα (ηλικία)</li> </ul>	<p>Εάν λόγω του πλαισίου είναι σημαντικό να τονιστεί η ηλικία της μητέρας, αποφύγετε τον όρο «γηριατρική εγκυμοσύνη» γιατί είναι ξεπερασμένος.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>· βρέφος / παιδί / αγόρι/κορίτσι</li> <li>· τρανς / διεμφυλικό</li> <li>· αγόρι / κορίτσι</li> <li>· μη-δυναδικό (non-binary) άτομο / παιδί</li> <li>· άτομο / παιδί με ρευστή ταυτότητα φύλου</li> </ul>	<p>Αυτοί οι όροι είναι κατάλληλοι για ένα άτομο ηλικίας 12 ετών και κάτω.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>· έφηβος / έφηβη / έφηβο άτομο</li> <li>· νέος / νέα / νέο</li> <li>· νέο / νεαρό άτομο</li> <li>· νεαρός άνδρας / νεαρή γυναίκα</li> <li>· μη-δυναδικό (non-binary) έφηβο άτομο</li> <li>· έφηβο άτομο με ρευστή ταυτότητα φύλου</li> </ul>	<p>Αυτοί οι όροι είναι κατάλληλοι για ένα άτομο ηλικίας 13 έως 17 ετών.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>· ενήλικας / ενήλικο άτομο</li> <li>· γυναίκα / άνδρας</li> <li>· τρανς / διεμφυλικό άτομο</li> <li>· cis άτομο</li> <li>· μη-δυναδικό (non-binary)</li> <li>· άτομο</li> <li>· άτομο με ρευστή ταυτότητα</li> <li>· φύλου</li> <li>· queer άτομο</li> </ul>	<p>Αυτοί οι όροι είναι κατάλληλοι για ένα άτομο ηλικίας άνω των 18 ετών.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>· baby boomers</li> <li>· centennials</li> <li>· millennials</li> <li>· Gen X</li> <li>· Gen Z</li> </ul> <p>(χρησιμοποιούνται οι αγγλικοί όροι)</p>	<p>Αυτοί οι όροι πρέπει να χρησιμοποιούνται μόνο όταν συζητείται το θέμα των γενεών.</p>

## B) ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΠΟΙΚΙΛΟΜΟΡΦΙΑ (ΓΝΩΣΤΙΚΗ, ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΚΑΙ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ)

Τι αποφεύγουμε	Τι χρησιμοποιούμε	Γιατί;
<ul style="list-style-type: none"> <li>αρτιμελής</li> <li>υγιής</li> <li>κανονικός</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>άτομο χωρίς αναπηρία</li> <li>μη ανάπηρο άτομο</li> <li>άτομο χωρίς ορατή αναπηρία</li> </ul>	Όταν μιλάμε για ένα άτομο χωρίς αναπηρία, είναι προτιμότερο να αποφεύγουμε όρους που υποδεικνύουν ότι ένα άτομο με αναπηρία δεν είναι σε θέση να κάνει πράγματα ή δεν είναι υγιές.
<ul style="list-style-type: none"> <li>ο τυφλός/η τυφλή</li> <li>τυφλός/τυφλή</li> <li>άτομο με τύφλωση</li> <li>άτομο με οπτική ανικανότητα</li> <li>άτομο με προβλήματα όρασης</li> <li>άτομο με μειωμένη όραση</li> <li>άτομο που «δε βλέπει καλά»</li> <li>στραβός/στραβή</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>τυφλό άτομο</li> <li>άτομο που είναι τυφλό</li> <li>άτομο με χαμηλή/περιορισμένη όραση</li> </ul>	<p>«Τα άτομα που έχουν πλήρη ή σχεδόν πλήρη απώλεια όρασης μπορεί να αναφέρονται ως «τυφλοί». Άλλοι όροι είναι αποδεκτοί για άτομα με αναπηρία που βασίζεται στην όραση.» (APA, 2023)</p> <p>Παρόλο που ορισμένες οδηγίες προτείνουν φράσεις όπως «άτομα με προβλήματα όρασης», έχετε πάντα υπόψη σας ότι μερικοί άνθρωποι μπορεί να αντιταχθούν στους όρους «προβλήματα» και «μειωμένη» λόγω της αρνητικής χροιάς των λέξεων. Επίσης, ελέγξτε τις προτιμήσεις, εάν είναι δυνατόν (δείτε παρακάτω το παράδειγμα «το κωφό άτομο») και χρησιμοποιήστε εκφράσεις που δεν έχουν αρνητικές συνδηλώσεις και δεν προσδιορίζουν ένα άτομο βάσει μιας αναπηρίας.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>ο κωφός/η κωφή</li> <li>κωφός/κωφή</li> <li>βαρήκοος/βαρήκοη</li> <li>άτομο με πρόβλημα ακοής</li> <li>άτομο με μερική ακοή</li> <li>κωφάλαλος (ιατρικός όρος που δεν χρησιμοποιείται κοινωνικά γιατί αυτά τα κωφά άτομα εκφέρουν λόγο με κάποιο τρόπο)</li> <li>άτομο με απώλεια ακοής</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>κωφό άτομο</li> <li>άτομο με κώφωση</li> <li>άτομο με βαρηκοΐα</li> <li>άτομο που είναι κωφό</li> </ul>	<p>Η Αμερικανική Ψυχολογική Εταιρεία (2023) δεν συνιστά τη χρήση της λέξης «μειωμένη» όταν μιλάμε για κώφωση, επειδή τα περισσότερα άτομα προτιμούν να ονομάζονται «Κωφά» ή «Τυφλά» ή «Κωφάλαλα» (με κεφαλαία) παρά «με προβλήματα ακοής». Επίσης, παρατηρείται συχνά ότι η λέξη Κωφός γράφεται με κεφαλαίο Κ - για άτομα που ήταν κωφοί όλη τους τη ζωή και η νοηματική είναι η πρώτη τους γλώσσα. Είναι απαραίτητο να έχετε υπόψιν σας διάφορους βαθμούς ακοής.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>ανάπηρος/ανάπηρη</li> <li>ανίκανος/ανίκανη</li> <li>διανοητικά καθυστερημένος</li> <li>άτομο με διανοητικά προβλήματα</li> <li>άτομο με σωματικά προβλήματα</li> <li>πάσχει από [αναπηρία ή πάθηση]</li> <li>άτομο με ειδικές ανάγκες</li> <li>ανίκανος/ανίκανη</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>έφηβος/έφηβη/έφηβο άτομο</li> <li>νέος/νέα/νέο</li> <li>νέο/νεαρό άτομο</li> <li>νεαρός άνδρας/ νεαρή</li> <li>γυναίκα</li> <li>μη-δυναμικό (non-binary)</li> <li>έφηβο άτομο</li> <li>έφηβο άτομο με ρευστή</li> </ul>	<p>Αυτοί οι όροι είναι κατάλληλοι για ένα άτομο ηλικίας 13 έως 17 ετών.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>ανάπηρος/ανάπηρη</li> <li>ανίκανος/ανίκανη</li> <li>διανοητικά καθυστερημένος</li> <li>άτομο με διανοητικά προβλήματα</li> <li>άτομο με σωματικά προβλήματα</li> <li>πάσχει από [αναπηρία ή πάθηση]</li> <li>άτομο με ειδικές ανάγκες</li> <li>ανίκανος/ανίκανη</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>άτομο με αναπηρία</li> <li>ανάπηρο άτομο</li> <li>άτομο με σωματική αναπηρία</li> <li>άτομο με νοητική αναπηρία</li> <li>παιδί με επίκτητη αναπηρία</li> <li>παιδί με αναπηρία εκ γενετής</li> </ul>	<p>Η γλώσσα που χρησιμοποιείται θα πρέπει να επιλέγεται με την βάση την κατανόηση και τις προτιμήσεις που εκφράζουν τα άτομα με αναπηρία. Υπάρχουν ορισμένα πρότυπα - τα άτομα με σωματικές και διανοητικές αναπηρίες προτιμούν συχνά τη γλώσσα με πρώτο πρόσωπο, ενώ και τα άτομα που βρίσκονται στο φάσμα του αυτισμού (ΔΑΦ) ή τα άτομα με αισθητηριακές αναπηρίες (π.χ. τυφλά άτομα) προτιμούν συχνά τη γλώσσα με προτεραιότητα την ταυτότητα. (APA, 2023) Επίσης, εξετάστε το ενδεχόμενο να χρησιμοποιήσετε την επιλογή «λειτουργική ποικιλομορφία» ή «άτομο με λειτουργική ποικιλομορφία» - αυτή η επιλογή προσπαθεί να προσεγγίσει την ικανότητα των ανθρώπων όχι σε μια δυαδική δυνατότητα (να είναι σε θέση ή όχι), αλλά σε μια ποικιλία λειτουργικών δυνατοτήτων μεταξύ του πληθυσμού. Ο όρος «ειδικές ανάγκες» θα πρέπει να αποφεύγεται λόγω της αρνητικής του σημασίας.</p>



Τι αποφεύγουμε	Τι χρησιμοποιούμε	Γιατί;
<ul style="list-style-type: none"> <li>• τρελός/τρελή</li> <li>• παράφρων</li> <li>• σχιζοφρενής</li> <li>• μανιοκαταθλιπτικός/η</li> <li>• ψυχασθενής</li> <li>• άτομο με ψυχικό ελάττωμα</li> <li>• ψυχικά άρρωστος/άρρωστη</li> <li>• ψυχωτικός/ψυχωτική</li> <li>• πάσχει από (κατάσταση)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ψυχικά ασθενής</li> <li>• άτομο με διάγνωση ψυχικής ασθένειας / διαταραχής ψυχικής υγείας</li> <li>• άτομο με ψυχική διαταραχή / ψυχική ασθένεια</li> <li>• άτομο που ζει με (ασθένεια ψυχικής υγείας)</li> </ul>	<p>Είναι απαραίτητο να χρησιμοποιούνται εκφράσεις που δεν έχουν αρνητική σημασία και δεν προσδιορίζουν ένα άτομο από ένα θέμα υγείας, αλλά να χρησιμοποιούνται όροι που μιλούν για άτομα που έχουν ένα συγκεκριμένο θέμα ψυχικής υγείας. Εάν είναι δυνατόν, θα πρέπει να είμαστε συγκεκριμένοι στην ονομασία του θέματος υγείας που έχουν.</p> <p>Δείτε παραπάνω &gt; Γλώσσα με προτεραιότητα στο πρόσωπο και στην ταυτότητα</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• το ρήμα «διαπράττω»</li> <li>• «αυτοκτόνησε»</li> <li>• ανεπιτυχής αυτοκτονία</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• αυτοκτονία</li> <li>• βάζω τέλος στη ζωή μου</li> <li>• θάνατος από αυτοκτονία</li> <li>• απόπειρα αυτοκτονίας</li> <li>• επιζών άτομο</li> </ul>	<p>Η φράση «(διαπράττω) αυτοκτονία» κάποιες φορές πρέπει να αποφεύγεται επειδή συνδέεται με αμαρτία ή έγκλημα. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί ο όρος «αυτοκτονία», αλλά για παράδειγμα το ρήμα «αυτοκτόνησε» καλύτερα να αποφεύγεται. Είναι επίσης απαραίτητο να αποφευχθεί ο όρος «αποτυχημένη αυτοκτονία», γιατί δεν είναι σωστό να μιλάμε για κάτι που μπορεί να είναι (αν)επιτυχές.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ναρκομανής</li> <li>• τοξικομανής</li> <li>• αλκοολικός/αλκοολική</li> <li>• εξαρτημένος/εξαρτημένη</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• άτομο που κάνει χρήση ναρκωτικών/ουσιών/αλκοολ</li> <li>• τοξικοεξαρτημένος/η</li> <li>• άτομο με διαταραχή χρήσης αλκοόλ/ναρκωτικών</li> </ul>	<p>Δείτε παραπάνω &gt; Γλώσσα με προτεραιότητα στο πρόσωπο και στην ταυτότητα</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• (ασθένεια, κατάσταση) θύμα/πάσχον άτομο</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• άτομο που ζει με (ασθένεια, κατάσταση)</li> </ul>	<p>Είναι απαραίτητο να χρησιμοποιούνται εκφράσεις που δεν έχουν αρνητική σημασία και δεν προσδιορίζουν ένα άτομο με βάση την υγεία του.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• άτομο με αναπηρικό καρότσι/καροτσάκι</li> <li>• καθηλωμένος/η στο αναπηρικό καροτσάκι</li> <li>• σακάτης/σακάτισσα</li> <li>• παράλυτος/παράλυτη</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• άτομο που χρησιμοποιεί αναπηρικό αμαξίδιο/τροχοκάθισμα</li> </ul>	<p>Δείτε παραπάνω &gt; Γλώσσα με προτεραιότητα στο πρόσωπο και στην ταυτότητα</p> <p>Λάβετε υπόψη ότι δεν χρησιμοποιούν αναπηρικά αμαξίδια όλα τα άτομα με κινητικά προβλήματα. Σε αυτή την περίπτωση, είναι προτιμότερο να χρησιμοποιηθεί ο όρος «άτομο με κινητική/σωματική αναπηρία». (Oxfam Inclusive Language Guide, 2023) Επίσης, να έχετε κατά νου ότι ορισμένοι άνθρωποι μπορεί να αντιταχθούν ο όρος «μειωμένη» λόγω της αρνητικής χροιάς της λέξης. Τέλος, χρησιμοποιείται ο όρος «αμαξίδιο» και όχι «καρότσι/καροτσάκι».</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• νάνος</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• άτομο με νανισμό/περιορισμένη σωματική ανάπτυξη</li> </ul>	<p>Οι όροι πρέπει να δείχνουν σεβασμό στα άτομα.</p>

## Γ) ΦΥΛΗ, ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ/ΕΘΝΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

Τι αποφεύγουμε	Τι χρησιμοποιούμε	Γιατί;
<ul style="list-style-type: none"> <li>Αυτόχθονες</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ιθαγενείς</li> </ul>	Δεν υπάρχει γενικός όρος που να καλύπτει όλες τις διαφορές μεταξύ «των πρώτων λαών» μιας περιοχής σε όλο τον κόσμο. Αλλά ήταν οι ίδιοι οι Ιθαγενείς που επέλεξαν αυτόν τον όρο σε επίπεδο ΟΗΕ, επομένως είναι αποδεκτή η χρήση του. Εάν είναι δυνατόν, ονομάστε συγκεκριμένες ομάδες με τον τρόπο που επιθυμούν να αναφέρονται.
<ul style="list-style-type: none"> <li>έγχρωμος/η</li> <li>νέγρος</li> <li>αράπης</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Αφροαμερικάνος/-νίδα</li> <li>Μαύρος/Μαύρη</li> </ul>	Αν και συνιστάται η χρήση του όρου «Αφροαμερικανός/-νίδα», είναι απαραίτητο να αποφευχθεί η χρήση του για άτομα αφρικανικής καταγωγής σε όλα τα μέρη του κόσμου, επειδή κρύβει άλλες εθνότητες ή εθνικές προελεύσεις. Σε αυτή την περίπτωση, θα πρέπει να χρησιμοποιήσουμε τον όρο «Μαύρος/η».
<ul style="list-style-type: none"> <li>BAME (Μαύροι, Ασιάτες και Εθνικές Μειονότητες)</li> <li>BME</li> <li>έγχρωμος/η</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>people/person of color</li> <li>communities of color</li> </ul> (χρησιμοποιούνται οι αγγλικοί όροι ή ο όρος μη λευκός/ή)	Αν και η κριτική των προτεινόμενων όρων είναι ότι ενισχύουν την ιδέα ότι το να είσαι λευκός είναι ένα πρότυπο, ταυτόχρονα μπορούν να χρησιμοποιηθούν για τη δημιουργία αλληλεγγύης μεταξύ φυλετικών ατόμων ή ομάδων που είναι ή υπήρξαν προηγουμένως μειονότητες σε εκστρατείες κατά του ρατσισμού. Ορισμένες γλωσσικές οδηγίες προτείνουν τη χρήση «Μαύροι, Ιθαγενείς και people of colour» (BIPOC) για να αναγνωριστεί ότι δεν αντιμετωπίζουν όλοι ίδια επίπεδα αδικίας. Ταυτόχρονα, το BIPOC θεωρείται από πολλούς ότι υποδηλώνει μια ιεραρχία μεταξύ των χρωματικών κοινοτήτων αλλά και για την ομογενοποίηση, οπότε προτιμάται η χρήση των επιλογών. Δώστε ιδιαίτερη προσοχή σε αυτό το θέμα, ρωτήστε (αν είναι δυνατόν) τις προτιμήσεις του ατόμου ή της ομάδας για την οποία μιλάτε, αλλά κυρίως πάντα, όταν είναι δυνατόν, χρησιμοποιήστε συγκεκριμένους όρους όταν αναφέρεστε σε διαφορετικές φυλετικές και εθνοτικές ομάδες.
<ul style="list-style-type: none"> <li>οικονομικός μετανάστης/μετανάστρια</li> <li>εκπατρισμένος/-νη</li> <li>απόδημος</li> <li>ομογενής</li> <li>«παράτυπη διέλευση»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>μετανάστης/μετανάστρια</li> </ul>	Είναι προτιμότερο να αποφεύγονται τα συμπεράσματα σχετικά με το γιατί κάποιο άτομο είναι μετανάστης/τρια και οι εκφράσεις που έχουν αρνητική σημασία. Εάν γνωρίζετε την περίπτωση, χρησιμοποιήστε το πιο κατάλληλο γλωσσικό πλαίσιο.
<ul style="list-style-type: none"> <li>γύφτος/γύφτισσα</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ρομά</li> <li>Ρομ</li> <li>Τσιγγάνος/-να</li> </ul>	Ο όρος «γύφτος/γύφτισσα» πρέπει να αποφεύγεται καθώς θεωρείται υποτιμητικός.
<ul style="list-style-type: none"> <li>λαθρομετανάστης/ρια</li> <li>παράνομος/η μετανάστης/μετανάστρια</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>μετανάστης/μετανάστρια χωρίς έγγραφα</li> <li>παράτυπος/η μετανάστης/μετανάστρια</li> <li>πρόσφυγας/πρόσφυγισσα</li> <li>αιτών/αιτούσα άσυλο</li> </ul>	Οι άνθρωποι δεν μπορούν να είναι παράνομοι, μόνο οι δραστηριότητές τους. Είναι σημαντικό, ανάλογα με το πλαίσιο, να κάνετε σαφή διάκριση μεταξύ μετανάστευσης, προσφυγικής κατάστασης και ασύλου.
<ul style="list-style-type: none"> <li>άνθρωποι μεικτής φυλής</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>μιγάς/μιγάδα</li> <li>πολυφυλετικό άτομο</li> </ul>	Ο όρος «άνθρωποι μεικτής φυλής» θα πρέπει να αποφεύγεται, διότι παραπέμπει στην ύπαρξη μιας «καθαρής φυλής». Ωστόσο, ο όρος είναι αποδεκτός εάν κάποιο άτομο τον προτιμά για να αυτοπροσδιορίζεται.

## Δ) ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΣ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ, ΦΥΛΟ ΚΑΙ ΙΣΟΤΗΤΑ

Τι αποφεύγουμε	Τι χρησιμοποιούμε	Γιατί;
<ul style="list-style-type: none"> <li>βιολογικό φύλο αρσενικό ή θηλυκό</li> <li>βιολογικός άνδρας</li> <li>βιολογική γυναίκα</li> <li>γεννημένος άνδρας</li> <li>γεννημένη γυναίκα</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>άτομο που του αποδόθηκε το θηλυκό φύλο κατά τη γέννηση (AFAB)</li> <li>άτομο που του αποδόθηκε το αρσενικό φύλο κατά τη γέννηση (AMAB)</li> <li>φύλο που αποδίδεται κατά τη γέννηση (από την ιατρική κοινότητα βάσει βιολογικών χαρακτηριστικών)</li> </ul>	Είναι απαραίτητο να χρησιμοποιήσετε τους προτεινόμενους όρους προκειμένου να σεβαστείτε το φύλο όλων των ανθρώπων.
<ul style="list-style-type: none"> <li>γκέι/λεσβία (για όλη τη ΛΟΑΤΚΙΑ+ κοινότητα)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ΛΟΑΤΚΙΑ+ άτομο</li> <li>LGBTQIA+ (χρησιμοποιείται και ο αγγλικός όρος)</li> </ul>	Όσον αφορά τη χρήση των ακρωνυμίων, υπάρχουν διαφορετικές παραλλαγές. Είναι δυνατό να χρησιμοποιήσετε διαφορετικό ακρωνύμιο/όρο από αυτό που προτείνεται, εάν το περιβάλλον σας πρέπει να τονίσει κάποια άλλη κοινότητα. Είναι σημαντικό να μην παραληφθεί το γράμμα T (για τα τρανς άτομα, καθώς αυτό θα μπορούσε να στείλει ένα μήνυμα υποστήριξης στο κίνημα που θέλει να αποκλείσει τα τρανς άτομα από τη ΛΟΑΤΚΙΑ+
<ul style="list-style-type: none"> <li>έμφυλη μειονότητα</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>άτομο που δε συμμορφώνεται με το φύλο/τις κατηγορίες φύλου (GNC) – gender-nonconforming person</li> </ul>	Είναι προτιμότερο, όταν είναι δυνατόν, να αποφεύγεται ο όρος «μειονότητα», επειδή χαρακτηρίζει ομάδες ως ευάλωτες, αντί να εστιάζει σε ένα σύστημα που δεν είναι δίκαιο. Είναι απαραίτητο να είμαστε πιο ακριβείς εάν είναι σημαντικό να μεταφέρουμε πληροφορίες για ποιες ακριβώς ομάδες μιλάμε. Ο όρος «άτομο που δε συμμορφώνεται με το φύλο/τις κατηγορίες φύλου (GNC)» είναι καλύτερος προκειμένου να εστιάσουμε σε ένα άδικο σύστημα με κανόνες φύλου του οποίου δεν συμμορφώνονται αυτά τα άτομα.
<ul style="list-style-type: none"> <li>ομοφυλόφιλος</li> </ul>	χρησιμοποιήστε συγκεκριμένους όρους για να περιγράψετε τον σεξουαλικό προσανατολισμό των ανθρώπων (π.χ. λεσβία, αμφιφυλόφιλο, queer άτομο)	Αυτός ο όρος είναι ξεπερασμένος και δεν πρέπει να χρησιμοποιείται για να περιγράψει το σεξουαλικό προσανατολισμό ενός ατόμου
<ul style="list-style-type: none"> <li>μητέρα</li> <li>πατέρας</li> </ul> (εκτός εάν είναι απαραίτητος ο ορισμός αυτού του έμφυλου όρου λόγω του πλαισίου)	<ul style="list-style-type: none"> <li>γονέας</li> <li>γονεϊκή ιδιότητα</li> <li>γονεϊκός ρόλος</li> <li>κηδεμόνας</li> <li>φροντιστής/φροντίστρια</li> <li>άτομο που μεγαλώνει παιδί</li> </ul>	Οι όροι που προτείνονται είναι πιο ουδέτεροι και συμπεριληπτικοί όταν πρόκειται για διαφορετικούς τύπους ρόλων στην ανατροφή των παιδιών. Ωστόσο, στην καθημερινή γλώσσα είναι κατανοητό ότι τα περισσότερα παιδιά και οι άνθρωποι χρησιμοποιούν τους όρους «μητέρα» και «πατέρας».
<ul style="list-style-type: none"> <li>transgendered</li> <li>τρανσέξουαλ</li> <li>τραβεστί</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>τρανς άτομο</li> <li>διεμφυλικό άτομο</li> <li>transgender</li> </ul> (χρησιμοποιείται και ο αγγλικός όρος)	Σύμφωνα με την Αμερικανική Ψυχολογική Εταιρεία (2023), ο όρος «transgendered» υποδηλώνει ότι υπάρχει μια συγκεκριμένη χρονική στιγμή κατά την οποία ένα άτομο έγινε τρανς. Ο όρος «τρανσέξουαλ» δεν συνιστάται πλέον και θα πρέπει επίσης να αντικατασταθεί με τον όρο «τρανς».

## Ε) ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

Τι αποφεύγουμε	Τι χρησιμοποιούμε	Γιατί;
<ul style="list-style-type: none"> <li>μαύρη εργασία/αγορά</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>άτυπη οικονομία</li> </ul>	Είναι απαραίτητο να χρησιμοποιήσετε τους προτεινόμενους όρους προκειμένου να σεβαστείτε το φύλο όλων των ανθρώπων.
<ul style="list-style-type: none"> <li>αναπτυγμένη χώρα</li> <li>αναπτυσσόμενη χώρα</li> <li>υποανάπτυκτη χώρα</li> <li>τρίτος κόσμος</li> <li>η Δύση</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>χώρα υψηλού/μεσαίου/χαμηλού εισοδήματος</li> </ul> <p>(Μάθετε περισσότερα επίσης για τον Παγκόσμιο Νότο / Παγκόσμιο Βορρά στο <i>Oxfam Inclusive language guide, 2023</i>)</p>	Όσον αφορά τη χρήση των ακρωνυμίων, υπάρχουν διαφορετικές παραλλαγές. Είναι δυνατό να χρησιμοποιήσετε διαφορετικό ακρωνύμιο/όρο από αυτό που προτείνεται, εάν το περιβάλλον σας πρέπει να τονίσει κάποια άλλη κοινότητα. Είναι σημαντικό να μην παραληφθεί το γράμμα T (για τα τρανς άτομα, καθώς αυτό θα μπορούσε να στείλει ένα μήνυμα υποστήριξης στο κίνημα που θέλει να αποκλείσει τα τρανς άτομα από τη ΛΟΑΤΚΙΑ+ κοινότητα).
<ul style="list-style-type: none"> <li>(ο/η) άστεγος/η</li> <li>ζει στο δρόμο</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>άτομο χωρίς στέγη</li> <li>άτομο που βιώνει/βρίσκεται σε κατάσταση αστεγίας</li> <li>άτομο που βιώνει έλλειψη/αποκλεισμό στέγασης/κατοικίας</li> </ul>	Είναι απαραίτητο να αποφεύγεται η ομογενοποίηση όταν μιλάμε για την εμπειρία της έλλειψης στέγης, καθώς και να μιλάμε για την έλλειψη στέγης ως χαρακτηριστικό ενός ατόμου και όχι ως κατάσταση στην οποία βρίσκεται ένα άτομο αυτή τη στιγμή.
<ul style="list-style-type: none"> <li>άτομο χαμηλής τάξης</li> <li>άτομο κατώτερης τάξης</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>άτομο σε χαμηλή κοινωνικο-οικονομική κατάσταση</li> </ul>	Οι όροι που προτείνεται να αποφευχθούν θεωρούνται υποτιμητικοί. Όμως, είναι σημαντικό να έχουμε κατά νου ότι υπάρχουν κινήματα φτωχών ανθρώπων που με περηφάνια επισημαίνουν ότι προέρχονται από την «εργατική τάξη».
<ul style="list-style-type: none"> <li>παραγκούπολη</li> <li>τσαντίρι</li> <li>καταυλισμός</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>άτυποι οικισμοί/κατοικίες</li> </ul>	Ονόματα περιοχών όπου ζουν άνθρωποι αλλά δεν έχουν νόμιμα δικαιώματα στη γη, συχνά δεν συνδέονται με βασικές υποδομές (π.χ. νερό, ηλεκτρικό ρεύμα, κ.λπ.). Είναι απαραίτητο να αποφευχθούν όροι που έχουν αρνητική χροιά και οδηγούν σε στερεότυπα.
<ul style="list-style-type: none"> <li>γκέτο</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>περιοχή με χαμηλούς/περιορισμένους πόρους</li> <li>περιοχή χαμηλής κοινωνικο-οικονομικής κατάστασης</li> </ul>	Η χρήση του όρου «γκέτο» έχει τις ρίζες της στον ρατσισμό, επομένως θα πρέπει να αποφεύγεται.
<ul style="list-style-type: none"> <li>ευάλωτο άτομο</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>άτομο που αντιμετωπίζει κοινωνικό/πολιτικό/οικονομικό αποκλεισμό</li> <li>άτομο που βρίσκεται σε ευάλωτη θέση λόγω της κοινωνικο-οικονομικής του θέσης</li> </ul>	Οι άνθρωποι δεν είναι ευάλωτοι αλλά βρίσκονται σε ευάλωτες καταστάσεις. Ο όρος «ευάλωτα άτομα» πρέπει να αποφεύγεται για να εκφραστεί ότι το πρόβλημα δεν βρίσκεται στους ίδιους τους ανθρώπους, αλλά σε μια κατάσταση ή σύστημα που εισάγει διακρίσεις.

## ΣΤ) ΣΩΜΑΤΙΚΕΣ ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΚΑΙ ΕΜΦΑΝΙΣΗ

Τι αποφεύγουμε	Τι χρησιμοποιούμε	Γιατί;
<ul style="list-style-type: none"> <li>ιδανικό βάρος</li> <li>επιθυμητό βάρος</li> <li>προτιμώμενο βάρος</li> <li>υπέρβαρος/η</li> <li>λιποβαρής</li> <li>μεγάλου μεγέθους</li> <li>παχύσαρκος/η</li> <li>κοκαλιάρης/α</li> <li>βουλιμικός/η</li> <li>«Αδυνάτισες! Φαίνεσαι υπέροχη!»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>χαμηλότερο/υψηλότερο βάρος</li> <li>«Το βάρος σου είναι....»</li> </ul>	<p>Είναι σημαντικό να χρησιμοποιείτε απλή, μη επικριτική γλώσσα που σέβεται όλους τους ανθρώπους, ανεξάρτητα από το μέγεθος του σώματος τους. Οι όροι «χοντρός/-ντρή» και «plus size» είναι αποδεκτοί – καθώς καθιστούν φυσιολογική την ύπαρξη σωμάτων όλων των μεγεθών. Φροντίστε όμως να γνωρίζετε αν και οι συνομιλητές/-τριές σας προτιμούν αυτούς τους όρους πριν αρχίσετε να τους χρησιμοποιείτε στη συνομιλία. Σχόλια σχετικά με το μέγεθος του σώματος ή τις αλλαγές αυτού θα πρέπει να αποφεύγονται, εκτός εάν δικαιολογούνται στο πλαίσιο της εργασίας με νέους. Σε αυτήν την περίπτωση, ελέγξτε πρώτα με το άτομο εάν είναι εντάξει να μιλήσει για το βάρος του. Είναι επίσης προτιμότερο να αποφεύγονται άλλα σχόλια σχετικά με τη φυσική εμφάνιση, ακόμη και αν μιλούν για την ελκυστικότητα κάποιου, για να αποφευχθούν ανεπιθύμητες συνέπειες, ανάμεικτα μηνύματα για την υγεία ή την εμφάνιση των ανθρώπων ή ακόμη και πιθανή μικρό-επιθετικότητα.</p>

## Ζ) ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΙΑ

Τι αποφεύγουμε	Τι χρησιμοποιούμε	Γιατί;
<ul style="list-style-type: none"> <li>χριστιανικό όνομα</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>όνομα</li> </ul>	<p>Είναι απαραίτητο να αποφευχθούν οι χριστιανοκεντρικές συμπεριφορές. Το ίδιο ισχύει και για τις αργίες και τα έθιμα.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>μουσουλμανική χώρα/ ισλαμική χώρα</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>χώρα με μουσουλμανική πλειοψηφία</li> </ul>	<p>Όταν μιλάμε για χώρες ή περιοχές με μια πλειοψηφική θρησκεία, είναι απαραίτητο να μην χρησιμοποιούνται όροι που δείχνουν ότι υπάρχει μόνο μία θρησκεία. Εάν το πλαίσιο δεν απαιτεί την αναφορά της θρησκείας, απλώς χρησιμοποιήστε το όνομα της χώρας/</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Σιχ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>άτομο που ασκεί τον σιχισμό</li> </ul>	<p>Προτείνουμε τη χρήση γλώσσας που δίνει προτεραιότητα στο πρόσωπο (προσωποκεντρική).</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>πνευματικό ζώο</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>σύμβολο</li> <li>μούσα (πηγή έμπνευσης)</li> </ul>	<p>Χρησιμοποιήστε τις προτεινόμενες επιλογές όταν μιλάτε για κάτι ή κάποιον με τον οποίο ταυτίζεστε. Η χρήση της φράσης «πνευματικό ζώο» μπορεί να ερμηνευθεί ως οικειοποίηση της πίστης ορισμένων ιθαγενών σε πνευματικά ζώα ή τοτέμ.</p>

## Η) ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΟΜΑΔΕΣ

Τι αποφεύγουμε	Τι χρησιμοποιούμε	Γιατί;
<ul style="list-style-type: none"> <li>δικαιούχος</li> <li>ωφελούμενος/-νη</li> <li>παραλήπτης/-πτρια</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>άτομα με τα οποία δουλεύουμε</li> <li>συμμετέχοντες/-χουσες</li> <li>χρήστης/-στρια υπηρεσιών</li> </ul>	Αν μιλάμε στο πλαίσιο των παροχών υγειονομικής και κοινωνικής φροντίδας όπου οι άνθρωποι λαμβάνουν άμεσα υπηρεσίες ή αγαθά, μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε τον όρο «χρήστες/-στριες υπηρεσιών». Σε άλλες περιπτώσεις όπου λαμβάνουν υποστήριξη για την πραγματοποίηση των δικαιωμάτων τους σε τροφή, στέγη, νερό, άσυλο, πολιτική συμμετοχή κ.λπ., αλλά επίσης συμμετέχουν ενεργά σε προγράμματα και είναι φορείς της προσωπικής τους ανάπτυξης, χρησιμοποιούμε τον όρο «συμμετέχοντες/-χουσες στο πρόγραμμα».
<ul style="list-style-type: none"> <li>ανάπτυξη ικανοτήτων</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>κατανομή ικανοτήτων</li> </ul>	Η προτεινόμενη έκφραση προτιμάται προκειμένου να δοθεί έμφαση στη συνεργασία και να αποφευχθεί μια προσέγγιση από πάνω προς τα κάτω.
<ul style="list-style-type: none"> <li>δίνοντας φωνή σε...</li> <li>βοηθώντας...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>υποστηρίζοντας/παρέχοντας μια πλατφόρμα για...</li> <li>ακούγοντας/ μαθαίνοντας από...</li> <li>ενισχύοντας/δυναμώνοντας τη φωνή των...</li> </ul>	Όλοι οι άνθρωποι έχουν ήδη μια φωνή, αλλά είναι απαραίτητο να μιλήσουμε για τη δημιουργία ενός χώρου ή την υποστήριξη τους ώστε να ακουστεί αυτή η φωνή, χωρίς να το κάνουμε να ακούγεται σαν να πήραν αυτή τη φωνή από κάποιον.
<ul style="list-style-type: none"> <li>προσβάλλεται από...</li> <li>είναι θύμα...</li> <li>υποφέρει/πάσχει από...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>επηρεάζεται από...</li> </ul>	Είναι προτιμότερο να αποφεύγεται ο καθορισμός των ατόμων σύμφωνα με τα θέματα υγείας τους.
<ul style="list-style-type: none"> <li>στέκομαι πλάι σε κάποιο άτομο</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>σε αλληλεγγύη με</li> </ul>	Είναι προτιμότερο να αποφεύγεται το «στέκομαι πλάι σε κάποιο άτομο» για να συμπεριλαμβάνονται άτομα που δεν μπορούν να σταθούν όρθια.
<ul style="list-style-type: none"> <li>πληθυσμός-στόχος</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>συγκεκριμένος πληθυσμός</li> <li>ομάδα εστίασης</li> </ul>	Ο όρος «πληθυσμός - στόχος» μπορεί να είναι προσβλητικός, επειδή ο στόχος μπορεί να παραπέμπει σε βία.
<ul style="list-style-type: none"> <li>μαύρη λίστα</li> <li>μαύρη αγορά</li> <li>μαύρη οικονομία</li> <li>μαύρη μοίρα</li> <li>λευκό ποινικό μητρώο ικονομία</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>λίστα αποκλεισμένων</li> <li>άτυπη αγορά</li> <li>άτυπη οικονομία</li> <li>καθαρό ποινικό μητρώο</li> </ul>	Είναι προτιμότερο να μην χρησιμοποιείται χρωματική κωδικοποίηση για το «καλό» ή το «κακό» (για να αποφευχθούν οι συσχετισμοί του «μαύρου» ως αρνητικού και του «λευκού» ως θετικού).

## 4. ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΣΥΜΠΕΡΙΛΗΠΤΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ ΣΤΟ ΟΡΓΑΝΩΣΙΑΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Σε αυτή την ενότητα, μπορείτε να βρείτε συνδέσμους (links) που θα σας οδηγήσουν στη [Χάρτα Σημείων EDI](#), οι οποίοι μπορούν να βοηθήσουν τις οργανώσεις νεολαίας στην επανεξέταση των πρακτικών EDI που εφαρμόζουν σε διάφορες πτυχές τους: Διακυβέρνηση / Ηγεσία, Φυσικό Περιβάλλον, Στάσεις και Σχέσεις, Κοινότητα και Συμπράξεις, Άμεση Εργασία με Νέους/-ες.

Στη διάσταση Στάσεις και Σχέσεις, στο θέμα Γλώσσα και Επικοινωνία μπορείτε να βρείτε τα εξής:

- αποτέλεσμα – εξηγεί με ποιον τρόπο οι αξίες EDI είναι ορατές στην πράξη στο πλαίσιο του θέματος της Γλώσσας και της Επικοινωνίας.
- στόχος – εξηγεί τι επιθυμεί κανείς να πετύχει με την ενσωμάτωση των συστάσεων από αυτό το θέμα.
- συστάσεις – παρέχονται προτάσεις συγκεκριμένων βημάτων που συμβάλλουν στην επίτευξη των αναφερόμενων αποτελεσμάτων και στόχων.
- καλές πρακτικές – περιγράφονται υφιστάμενες καλές πρακτικές ή/και εργαλεία για την υποστήριξη της πρακτικής εφαρμογής.
- πηγές για περαιτέρω ανάγνωση – παρέχεται πρόσβαση σε ήδη υπάρχοντες πόρους και καλές πρακτικές που σχετίζονται με το θέμα της Γλώσσας και της Επικοινωνίας.

Σας καλούμε να μελετήσετε ολόκληρο το έγγραφο προκειμένου να αντλήσετε έμπνευση και ιδέες για την (περαιτέρω) ανάπτυξη της προσωπικής και της οργανωσιακής σας πρακτικής στο συγκεκριμένο θέμα.

Τέλος, θα θέλαμε να συμπληρώσετε το [εργαλείο αυτοαξιολόγησης EDI](#) (το υποστηρικτικό εργαλείο για τη Χάρτα Σημείων EDI) και να χαρτογραφήσετε τις πρακτικές της οργάνωσής σας που σχετίζονται με τις αξίες EDI.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

American Psychological Association. (2023). Inclusive language guide (2nd ed.). Ανακτήθηκε 15 Δεκεμβρίου, 2023, από <https://www.apa.org/about/apa/equity-diversity-inclusion/language-guide.pdf>

American Psychological Association. (2019). Style and Grammar Guidelines - Age. Ανακτήθηκε 15 Ιανουαρίου, 2024, από <https://apastyle.apa.org/style-grammar-guidelines/bias-free-language/age>

Dugine obitelji. (2024). Terminologija. Ανακτήθηκε 15 Ιανουαρίου, 2024, από <https://www.dugineobitelji.com/terminologija/>

European Institute for Gender Equality. (2024). Glossary and thesaurus. Ανακτήθηκε 13 Φεβρουαρίου, 2024, από [https://eige.europa.eu/publications-resources/thesaurus/terms/1396?language\\_content\\_entity=en](https://eige.europa.eu/publications-resources/thesaurus/terms/1396?language_content_entity=en)

Farr, H., & Olson, S. (2022). Inclusive Language Primer: Communicating with Respect. Research Park, NC: RTI International. Ανακτήθηκε 29 Ιανουαρίου, 2024, από <https://www.rti.org/sites/default/files/inclusivelanguageprimer.pdf>

Inclusive writing: Religion, faith and belief. n.d. Ανακτήθηκε 1 Δεκεμβρίου, 2023, από <https://www.bristol.ac.uk/style-guides/writing/inclusive/religion-faith-belief/>

Institute for Public Relations - Center for Diversity, Equity, and Inclusion. (2021) The Language of Diversity A report on how communication leaders are defining and discussing diversity, equity, and inclusion in organizations. Ανακτήθηκε 29 Ιανουαρίου, 2023, από <https://instituteforpr.org/defining-diversity-equity-inclusion-report/>

Konishi, T. The semantics of grammatical gender: A cross-cultural study. J Psycholinguist Res 22, 519–534 (1993). Ανακτήθηκε 1 Δεκεμβρίου, 2023, από <https://doi.org/10.1007/BF01068252>

Kožić Komar, V., S. Cesar and V. Pavlović (2021.) Smjernice za ostvarenje rodne ravnopravnosti u školama. Zagreb: Forum za slobodu odgoja. Ανακτήθηκε 15 Δεκεμβρίου, 2023, από [https://fso.hr/wp-content/uploads/2021/03/2021-03-smjernice\\_za\\_ostvarenje\\_rodne\\_ravnopravnosti.pdf](https://fso.hr/wp-content/uploads/2021/03/2021-03-smjernice_za_ostvarenje_rodne_ravnopravnosti.pdf)

Oxfam International. (2023). Inclusive language guide. Ανακτήθηκε 26 Οκτωβρίου, 2023, από <https://policy-practice.oxfam.org/resources/inclusive-language-guide-621487/>

Saiter, C. (2018). An Incomplete Guide to Inclusive Language for Startups and Tech. Ανακτήθηκε 15 Δεκεμβρίου, 2023, από <https://buffer.com/resources/inclusive-language-tech/>

UNESCO. (2021). Migrants, refugees, or displaced persons? Ανακτήθηκε 15 Δεκεμβρίου, 2023, από <https://www.unesco.org/en/articles/migrants-refugees-or-displaced-persons>

University of Copenhagen, Faculty of Humanities. (2016). Spoken language is a dynamic entity. Ανακτήθηκε 1 Φεβρουαρίου, 2024, από <https://humanities.ku.dk/collaboration/impact/spoken-language-is-a-dynamic-entity/>



[www.edi-go.eu](http://www.edi-go.eu)



Με τη συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης