

Ψυχική Ασθένεια και ΜΜΕ

Ένας χρήσιμος οδηγός για δημοσιογράφους και όχι μόνο...

«Η γλώσσα κόκαλα δεν έχει και κόκαλα τσακίζει»

"... Παίρνεις κάποια στιγμή τη μεγάλη απόφαση να ζητήσεις βοήθεια για το πρόβλημά σου και τιμωρείσαι γι' αυτό. Σε καλουπώνουν σε μια διάγνωση, αποκτάς μια ετικέτα με το όνομα της αρρώστιας σου, γεμίζεις ντροπή και έρχεσαι αντιμέτωπος με την κοινωνία, με τους άλλους, τους 'φυσιολογικούς'. Το κοινωνικό στίγμα είναι συχνά χειρότερο από την ίδια την αρρώστια".

Γ. Π. 35 ετών

Γλώσσα που πληγώνει

Τρελός	Ψυχάκιας	Καταθλιπτικός	Παλαβός
Μουρλός		Σχιζοφρενής	«για δέσιμο»
Παρανοϊκός	Ψυχοπαθής	Μανιακός	Ψυχασθενής

Γλώσσα που σέβεται

Ψυχική ασθένεια	Άτομο με σχιζοφρένεια	Έχει κατάθλιψη
Άτομο με ψυχική ασθένεια		Ψυχική διαταραχή

Πρόγραμμα κατά του Στίγματος της Ψυχικής Ασθένειας



Μερικοί κανόνες που δεν πρέπει να ξεχνάμε

- ☹️ Απόφυγε να βάζεις ετικέτες ή να χρησιμοποιείς χαρακτηρισμούς όπως «καταθλιπτικός», «ψυχασθενής», «σχιζοφρενής»...
- ☹️ Απόφυγε να εστιάζεις στην ασθένεια και τη μειονεξία
- 😊 Προτίμησε να επικεντρώνεσαι στις δυσκολίες και τα προβλήματα που προκαλεί η ασθένεια
- ☹️ Απόφυγε τη χρήση συναισθηματικά φορτισμένων λέξεων ή εκφράσεων, όπως «θύμα της...», «υποφέρει από...» ή «χτυπημένος από...»
- 😊 Προτίμησε να χρησιμοποιείς εκφράσεις που έχουν επίκεντρο τον άνθρωπο αποφεύγοντας επιθετικούς προσδιορισμούς όπως «ψυχοπαθής βιαστής», «παρανοϊκός δολοφόνος», ή «καταθλιπτικός ασθενής»
- ☹️ Απόφυγε να χρησιμοποιείς όρους με ψυχιατρικές διαγνώσεις, όταν θέλεις να περιγράψεις άλλες καταστάσεις. Η ψυχιατρική διάγνωση, δεν είναι σχήμα λόγου. Όταν π.χ. μιλάς για «σχιζοφρενικές καταστάσεις», όχι μόνο στιγματίζεις, αλλά είσαι και ανακριβής.