



Negaliai jautrios kalbos gairės,

arba

pasiūlymai, kaip bendrauti su žmonėmis, kurie turi negalią.



**Žmonių su negalia
teisių stebėsenos
komisija**

Pradžia

Šis tekstas vadinasi
negaliai jautrios kalbos gairės.

Gairės yra pasiūlymai.

Šiame tekste rasite pasiūlymus,
kaip bendrauti su žmonėmis,
kurie turi negalią.

Šias gaires parašė
Jungtinių Tautų biuro Ženevoje darbuotojai.
Šis biuras yra Šveicarijoje.

Biuro darbuotojai rūpinasi, pavyzdžiui:

- žmonių teisėmis,
- taika pasaulyje.

Biuro darbuotojai gaires parašė anglų kalba.

Tačiau Lietuvos negalios organizacijų forumas
šias gaires perrašė lietuvių kalba.

Lietuvos negalios organizacijų forumo darbuotojai
dirba tam, kad žmonėms su negalia
būtų gera gyventi Lietuvoje.

Toliau Lietuvos negalios organizacijų forumą
vadinsime tiesiog Forumu.



Nuotrauka: Jungtinių Tautų
vėliava



Vėliau Forumas ir
Žmonių su negalia teisių stebėsenos komisija
paklausė pačių žmonių su negalia Lietuvoje,
kaip geriau su jais bendrauti.
Tada tai, ką sužinojo, taip pat parašė gairėse.

Toliau skaitysite:

- kas yra Jungtinių Tautų
žmonių su negalia teisių konvencija,
- pasiūlymus, kaip bendrauti su žmonėmis,
kurie turi negalią.



Kas yra Jungtinių Tautų žmonių su negalia teisių konvencija?

Jungtinių Tautų žmonių su negalia teisių konvencija yra svarbus dokumentas.

Toliau tekste šį dokumentą vadinsime tiesiog Konvencija.

Konvencijoje yra parašyta, kokias teises turi žmonės su negalia. Pavyzdžiui, Konvencijoje yra parašyta, kad su žmonėmis, kurie turi negalią, reikia bendrauti gražiai.



Kai bendraujame su žmogumi, kuris turi negalią, yra svarbu:

- kaip su žmogumi kalbame,
- kaip žmogų vadiname,
- kaip su žmogumi elgiamės.



Gerbkime žmones, su kuriais bendraujame.

Kaip bendrauti su žmonėmis, kurie turi negalią?

Toliau skaitysite, kaip bendrauti su žmonėmis, kurie turi negalią.

1. Svarbiausia yra žmogus, o ne žmogaus negalia.

Konvencijoje yra parašyta, kad svarbiausia yra žmogus. Todėl, kai kalbate apie žmogų, kuris turi negalią, pavyzdžiui, nesakykite **neįgalusis**, sakykite **žmogus su negalia**. Kalbėkite apie žmogų, o ne apie jo negalią.



Seniau žmones su negalia vadino **invalidais**.

Žodis **invalidas** yra blogas.

Jis reiškia:

- kad žmogus su negalia negali nieko daryti pats,
- kad žmogumi su negalia visada reikia rūpintis.

Tačiau tai yra netiesa.

Žmonės su negalia daug ką gali daryti patys.

Todėl dabar žmonės nebesako žodžio **invalidas**.

Šis žodis gali įžeisti.

Jeigu nežinote, kaip kreiptis į žmogų
arba kaip bendrauti su žmogumi, kuris turi negalią,
galite paklausti paties žmogaus.
Žmogus su negalia pasakys,
kaip geriausia į jį kreiptis ir su juo bendrauti.



2. Nekalbėkite apie žmones su negalia taip, lyg jie visi būtų vienodi.

Visi žmonės yra skirtingi.
Žmonės su negalia irgi yra skirtingi.
Negalime sakyti,
kad visi žmonės su negalia yra vienodi.
Negalime visų žmonių su negalia
vadinti tais pačiais žodžiais.
Pavyzdžiui, jeigu žmogus su negalia
pats nueina į parduotuvę, kartais kiti žmonės:

- jį vadina **superherojumi**,
- sako, kad jis turi **supergalių**.

Tačiau taip sakyti nereikėtų.
Žmonės su negalia nėra **superherojai**.
Jie yra žmonės.
Jie gali daug dalykų daryti patys,
kaip ir žmonės be negalios.



Pavyzdžiui, daug žmonių su negalia:

- dirba,
- važinėja autobusais,
- gamina valgyti ir
- daro kitus dalykus.



Kai kuriems žmonės su negalia padeda kiti žmonės.

Tada jie taip pat gali, pavyzdžiui:

- dirbti,
- važinėti autobusais,
- gaminti valgyti ir
- daryti kitus dalykus.



Jeigu žmogus yra su negalia, tai nereiškia:

- kad jis yra silpnas,
- kad jis negali daug dalykų padaryti pats.

Seniau apie žmones su negalia niekas nekalbėjo.

Atrodė, kad žmonės su negalia neturi problemų.

Todėl dabar yra labai svarbu kalbėti apie tai, ką reikia daryti, kad žmonės su negalia jaustųsi geriau, pavyzdžiui:

- darbe,
- namuose,
- su kitais žmonėmis.



3. Su žmonėmis, kurie turi negalią, kalbėkite pagarbiai.

Su žmonėmis, kurie turi negalią, kalbėkite pagarbiai.

Pavyzdžiui, nevadinkite žmonių su negalia **neįgaliukais**.

Jeigu nepažįstate žmonių su negalia artimųjų, nevadinkite jų, pavyzdžiui,

mamytėmis arba **tėveliais**.

Kalbėkite su nepažįstamais žmonėmis pagarbiai.

Šie žodžiai atrodo mieli.

Tačiau šie žodžiai gali įžeisti žmones.



Žmogus su negalia nėra **neįgaliukas**.

Jis yra suaugęs žmogus.

Su juo reikia kalbėti taip pat, kaip ir su kitais žmonėmis.

Tačiau, jeigu kalbate apie žmogaus negalią, nebijokite sakyti žodžio **negalia**.

Taip pat nesakykite, kad žmonės su negalia turi **specialių poreikių**.

Specialieji poreikiai reiškia,

kad žmogus su negalia turi kitokių poreikių, nei žmonės be negalios.

Pavyzdžiui, kai kurie žmonės sako, kad vaikai su negalia turi mokytis specialiose mokyklose.

Tai reiškia, kad vaikai su negalia turi mokytis atskirai nuo vaikų be negalios.

Tačiau tai yra blogai.

Visi vaikai turi mokytis kartu.

Galite sakyti, kad vaikas su negalia turi, pavyzdžiui, **individualius mokymosi poreikius**.

Individualius mokymosi poreikius gali turėti ir vaikas be negalios.

Tai reiškia, kad vaikui reikia papildomos pagalbos mokytis.



4. Negalia nėra liga.

Nesakykite, kad žmonės su negalia serga.

Taip pat nevadinkite

žmonių su negalia **pacientais**.

Taip sakyti galite tik tada,

jeigu žmogus su negalia yra,

pavyzdžiui, ligoninėje arba poliklinikoje.

Negalia nėra liga.

Žmogus, kuris turi negalią, neserga.



Kartais žmogui su negalia reikia

kitų žmonių pagalbos.

Tačiau tai nereiškia,

kad jie yra blogesni už žmones be negalios.

Taip pat tai nereiškia, kad jų reikia gailėti.

Su visais žmonėmis reikia elgtis gerai.



Nevadinkite žmonių jų negalios pavadinimais.

Pavyzdžiui, jeigu žmogus turi disleksiją,

nevadinkite žmogaus **disleksiku**.

Sakykite **žmogus, kuris turi disleksiją**.

Disleksija yra sutrikimas.

Jeigu žmogus turi disleksiją,



jam gali būti sunku skaityti arba rašyti.

Taip pat nesakykite, kad žmogus su negalia, pavyzdžiui, **kenčia** nuo negalios.

Jūs nežinote, kaip žmogus jaučiasi.

Jeigu sakysite, kad žmogus kenčia, gali atrodyti, kad žmogui visada skauda.

Geriau sakysite **žmogus, kuris turi negalią**.



5. Kai bendraujate su žmonėmis, kurie turi negalią, sakysite žodžius, kurie jų neįžeis.

Kai bendraujate su žmonėmis, kurie turi negalią, kalbėkite taip, kad jų neįžeistumėte.

Tačiau, jeigu žmogus **juda vežimėliu**, galite drąsiai sakyti **einame pasivaikščioti**.

Taip žmogaus neįžeisite.



Jeigu žmogus **negirdi**, galite drąsiai jam parašyti **ar girdėjai naujienas?**
Taip žmogaus neįžeisite.



Nuotrauka: klausos aparatas

Tačiau kartais žmonės sako žodžius,
kurie yra susiję su negalia,
nors kitas žmogus negalios neturi.
Pavyzdžiui, kai žmonės pykstasi
ir nori vienas kitą įžeisti.

Tai yra blogai.

Pavyzdžiui:

- nesakykite, kad žmogus yra **šlubas**,
jeigu jis nemoka šokti.
- jeigu žmogus pasiklydo,
nesakykite **kur tu eini, ar tu aklas?**

Kai žmogus negalios neturi,
tokių žodžių sakyti nereikėtų.

Yra žmonių, kurie tikrai negali šokti.

Taip pat yra žmonių, kurie tikrai nemato.

Todėl tokie žodžiai gali žmonės įžeisti.



Kaip kalbėti apie žmones, kurie turi negalią?

Toliau skaitysite, kaip kalbėti apie žmones, kurie turi negalią.

Čia bus parašyti žodžiai:

- kuriais galite vadinti žmogų su negalia,
- kuriais nereikėtų vadinti žmogaus su negalia.

1. Kai kalbate apie žmogų su negalia, galite sakyti, pavyzdžiui:

- asmuo su negalia,
- žmogus su negalia,
- asmuo, turintis negalią,
- žmogus, turintis negalią.

Kai kalbate apie žmogų su negalia, geriau nesakykite, pavyzdžiui:

- neįgalus asmuo,
- neįgalus žmogus,
- neįgaliukas,
- žmogus, kenčiantis nuo negalios.



2. Kai kalbate apie žmogų be negalios, galite sakyti, pavyzdžiui:

- asmuo, neturintis negalios,
- žmogus be negalios,
- likusioji gyventojų dalis.



Kai kalbate apie žmogų be negalios, geriau nesakykite, pavyzdžiui:

- normalus,
- sveikas,
- įgalus,
- sveiko kūno,
- sveiko proto.

3. Kai kalbate apie žmogų su intelekto negalia, galite sakyti, pavyzdžiui:

- asmuo, turintis intelekto negalią,
- asmuo su mokymosi negalia.

Kai kalbate apie žmogų su intelekto negalia, geriau nesakykite, pavyzdžiui:

- žmogus su proto negalia,



- protiškai atsilikęs.

4. Kai kalbate apie žmogų su psichosocialine negalia, galite sakyti, pavyzdžiui:

- asmuo su psichosocialine negalia.

Kai kalbate apie žmogų su psichosocialine negalia, geriau nesakykite, pavyzdžiui:

- psichiškai nesveikas,
- psichas,
- išprotėjęs.



Psichosocialinė negalia yra, pavyzdžiui:

- depresija,
- šizofrenija.

5. Kai kalbate apie autistišką žmogų, galite sakyti, pavyzdžiui:

- autistiškas žmogus,
- žmogus, turintis autizmo spektro sutrikimą.



Kai kalbate apie autistišką žmogų, geriau nesakykite, pavyzdžiui:

Nuotrauka: Autizmo spektro ženklas

- autistė,
- autizmu sergantis žmogus.

Šone matote spalvotą širdį.

Ši širdis yra Autizmo spektro ženklas.

6. Kai kalbate apie žmogų,
kuris turi klausos negalią,
galite sakyti, pavyzdžiui:

- kurčiasis,
- žmogus, turintis klausos negalią,
- neprigirdintis žmogus.



Nuotrauka: klausos aparatas

Kai kalbate apie žmogų,
kuris turi klausos negalią,
geriau nesakykite, pavyzdžiui:

- kurčnebylys,
- žmogus su sutrikusia klausa.

7. Kai kalbate apie žmogų,
kuris turi regos negalią,
galite sakyti, pavyzdžiui:

- neregintis žmogus,
- žmogus su regos negalia.



Kai kalbate apie žmogų,
kuris turi regos negalią,
geriau nesakykite, pavyzdžiui:

- aklas.

8. Kai kalbate apie žmogų,
kuris turi demenciją,
galite sakyti, pavyzdžiui:

- žmogus, turintis demenciją.

Kai kalbate apie žmogų,
kuris turi demenciją,
geriau nesakykite, pavyzdžiui:

- demencijos auka,
- demencijos ligonis.

9. Kai kalbate apie žmogų,
kuris juda vežimėliu, galite sakyti:

- žmogus, naudojantis vežimėlį,
- žmogus, judantis vežimėliu.

Kai kalbate apie žmogų,
kuris juda vežimėliu, geriau nesakykite:

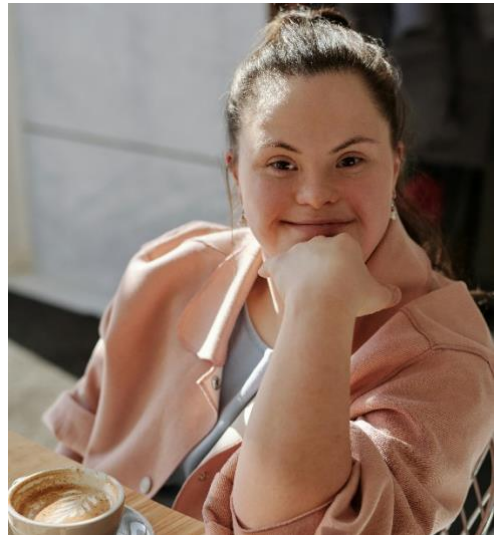
- įkalintas neįgaliojo vežimėlyje.



10. Kai kalbate apie žmogų,
turintį dauno sindromą, galite sakyti:
- žmogus, turintis dauno sindromą.

Kai kalbate apie žmogų,
turintį dauno sindromą, geriau nesakykite:

- ypatingas asmuo,
- daunas.



Originalus tekstas:

Žmonių su negalia teisių stebėsenos komisija

„Negaliai jautrios kalbos gairės“

https://lygybe.lt/wp-content/uploads/2025/02/negaliai-jautrios-kalbos-gaires_adaptuotos-lietuvos-kontekstui-2024.pdf

Tekstą lengvai suprantama kalba parengė: Miglė Baltrūnaitė.

Tekstą redagavo: Dobilė Kisieliūtė.

Tekstą vertino:

- Inga Olševskytė,
- Lina Bielinytė.

Iliustracijos:

- pexels.com
- unsplash.com
- freepik.com

