



Žodžiai padeda arba žeidžia: kaip kalbėti apie priklausomybę?

Dažnai, nors ir netyčia, apie priklausomybę kalbama stigmatizuojančiai – naudojami žodžiai, kurie žmones, turinčius priklausomybės nuo psichoaktyvių medžiagų sutrikimų, vaizduoja menkinančiai bei gėdingai.

Priklausomybė – lėtinė, tačiau gydoma arba kontroliuojama sveikatos būklė, todėl įsitikinimas, jog priklausomybę turintis asmenys yra pavojingi, patys kalti dėl savo būklės ar nepajėgūs gydytis ir sveikti yra klaidingas. Stigmatizuojami asmenys yra mažiau linkę kreiptis pagalbos į sveikatos priežiūros specialistus, nes jaučia baimę dėl galimų socialinių ir teisinių pasekmių kam nors sužinojus apie jų priklausomybę, o neigiami stereotipai jų atžvilgiu kuria gailesčio, baimės ar net pykčio jausmus.

Taip pat ne visada psichoaktyvių medžiagų vartojimas turėtų būti siejamas su priklausomybe – asmuo, vartojantis psichoaktyvias medžiagas, nebūtinai jas vartoja žalingai ar turi priklausomybės sindromą. Tai gali nustatyti tik gydytojai psichiatrai. Todėl kalboje svarbu naudoti tik informaciją, kurią žinome. Nepagrįstų diagnozių, kaip ir etikečių klįjavimas turi svarbią įtaką stereotipams ir stigmatizacijai egzistuoti.

Žiniasklaidos vaidmuo šiame kontekste ypač svarbus, todėl rekomenduojame:

1. Laikytis principo „pirmiausia – žmogus“, t.y. naudoti žodyną, kurio tikslas yra akcentuoti žmogų, o ne jo ligą. Žmogaus neapibrėžia tik vienas požymis, todėl svarbu atskirti, kad asmuo, turintis priklausomybę – nėra jo liga;
2. Leisti žmonėms pasirinkti, kaip jie nori būti vadinami. Pasakojant priklausomybę turinčių asmenų ar jų artimųjų istorijas svarbu įgalinti įvairiapuses jų patirtis;
3. Vengti dramatiškų, bauginančių, menkinančių išsireiškimų ir juos keisti terminais, kurie yra mediciniškai tikslūs, pagarbūs ir palaikantys.

Kai kalbame apie asmenis, turinčius priklausomybės sindromą	
Tinkami pavyzdžiai	Netinkami pavyzdžiai
<ul style="list-style-type: none">• Žmogus, turintis priklausomybės nuo psichoaktyvių medžiagų (pvz. opioidų) sindromą/sutrikimą• Žmogus, turintis priklausomybę nuo psichoaktyvių medžiagų• Žmogus, žalingai vartojantis psichoaktyvias medžiagas• Žmogus, turintis priklausomybės nuo alkoholio sindromą/sutrikimą• Žmogus, turintis priklausomybę nuo alkoholio• Žmogus, žalingai vartojantis alkoholį• Pacientas (kai kalbama apie gydymo kontekstą)	<ul style="list-style-type: none">• Narkomanas• Priklausomas• Narkotikų vartotojas• Alkoholikas• Girtuoklis
<ul style="list-style-type: none">• Žmogus, anksčiau vartojęs narkotikus	<ul style="list-style-type: none">• Buvęs narkomanas

Kai kalbame apie psichoaktyvių medžiagų vartojimą, gydymą ir sveikimą	
Tinkami pavyzdžiai	Netinkami pavyzdžiai
<ul style="list-style-type: none"> • Priklausomybės nuo alkoholio sindromas / priklausomybė nuo alkoholio • Priklausomybės nuo psichoaktyvių medžiagų sindromas / priklausomybė nuo psichoaktyvių medžiagų 	<ul style="list-style-type: none"> • Alkoholizmas • Narkomanija
<ul style="list-style-type: none"> • Priklausomybė nuo psichoaktyvių medžiagų • Psichoaktyvios medžiagos/narkotikai 	<ul style="list-style-type: none"> • Įprotis • Kvaišalai
<ul style="list-style-type: none"> • Vartojimas • Žalingas vartojimas • Vartojimas ne pagal paskirtį (pvz., vaistinių preparatų) 	<ul style="list-style-type: none"> • Piktnaudžiavimas • Svaiginimasis
<ul style="list-style-type: none"> • Vartojantis psichoaktyvias medžiagas • Vartojantis alkoholį 	<ul style="list-style-type: none"> • Apsivartojęs • Nešvarus • Apkvaišęs
<ul style="list-style-type: none"> • Nevartojantis narkotikų / alkoholio • Blaivus • Remisija (ligos, pvz., priklausomybės nuo psichoaktyvių medžiagų, atoslūgis, per kurį sumažėja arba išnyksta ligos požymiai) 	<ul style="list-style-type: none"> • Švarus • Buvęs narkomanas • Buvęs alkoholikas
<ul style="list-style-type: none"> • Priklausomybės ligų centras, gydymo įstaiga, ligoninė 	<ul style="list-style-type: none"> • Blaivykla • Gydykla

Pagarbiai, etiškai ir tiksliai pateikta informacija gali stipriai prisidėti mažinant priklausomybių stigmą ir paskatinti žmones kreiptis pagalbos. Principo „pirmiausia - žmogus“ naudojimas akcentuoja, kad priklausomybė yra liga, tačiau asmuo, turintis priklausomybę, pats nėra problema ar liga. Rekomenduojami terminai vengia neigiamų asociacijų, baudžiamojo požiūrio ir individualios kaltės, o medicininiai terminai formuoja tokį patį požiūrį į priklausomybę kaip ir į kitas medicininis problemas ir mažina barjerus ieškant pagalbos.

Dėkojame.

Šaltiniai:

1. Nacionalinio priklausomybės nuo narkotikų instituto (NIDA) rekomendacijos: <https://nida.nih.gov/research-topics/addiction-science/words-matter-preferred-language-talking-about-addiction>;
2. Kanados psichoaktyvių medžiagų vartojimo ir priklausomybių centro (Canadian Centre on Substance use and Addiction) leidinys „Overcoming stigma through language: A primer“ (<https://www.ccsa.ca/sites/default/files/2019-09/CCSA-Language-and-Stigma-in-Substance-Use-Addiction-Guide-2019-en.pdf>)
3. Nevyriausybinių organizacijų „Psichikos sveikatos perspektyvos“ leidinys „Žodžiai yra svarbūs. Kaip etiškai kalbėti ir rašyti apie psichikos sveikatą?“ (<https://perspektyvos.org/zodziai-yra-svarbus/>)
4. Globalios narkotikų politikos komisijos (Global Commission on Drug Policy) 2017 m. ataskaita „The world drug perception problem. Countering prejudices about people who use drugs“ (<http://www.globalcommissionondrugs.org/wp-content/uploads/2018/01/GCDP-Report-2017-Perceptions-ENGLISH.pdf>)

Kontaktai:

Gabija Vitkevičiūtė
Strateginės komunikacija specialistė
El. p. gabija.vitkeviute@rplc.lt
Tel. +370 618 58833

Aistė Girkontaitė
Ryšių su visuomene specialistė
El. p. aiste.girkontaite@rplc.lt
Tel. +370 614 06278

www.rplc.lt