

PORADNIK: JAK MÓWIĆ I PISAĆ O GRUPACH NARAŻONYCH NA DYSKRYMINACJĘ

Etyka języka
i odpowiedzialna komunikacja



Szanowni Państwo

Poradnik powstał z inicjatywy agencji **FleishmanHillard**, we współpracy merytorycznej z prof. dr hab. Ewą Kołodziejek oraz pod patronatem **Rady Języka Polskiego** i **Rzecznika Praw Obywatelskich**. Jako zespół FleishmanHillard – specjalistki i specjalści w obszarze komunikacji – czujemy współodpowiedzialność za język debaty publicznej. Chcemy, aby trafnie opisywała rzeczywistość, nie wykluczała i nie raniła. Ten cel przyświeca naszej kampanii, której elementem jest nasz Poradnik.

Szczególnie polecamy go dziennikarzom, osobom wypowiadającym się publicznie i pełniącym rolę medialnych ekspertów. Polecamy go również osobom zawodowo zajmującym się komunikacją, także tą wewnętrzną, kształtującą kulturę i relacje w miejscach pracy.

Poradnik powstał we współpracy z partnerami społecznymi, osobami i organizacjami, które na co dzień zajmują się problematyką grup narażonych na dyskryminację – pomagają, edukują, walczą z uprzedzeniami. To zalecenia, które płyną od organizacji – jak mówić i pisać empatycznie.

W Poradniku, wśród innych opisywanych grup, uwzględniliśmy również kobiety – choć grupa ta stanowi większość populacji, wciąż narażona jest na różnego rodzaju dyskryminacje.

Poszczególne rozdziały zostały przygotowane przez organizacje pozarządowe: **Stowarzyszenie Kampania Przeciw Homofobii**, **Fundację Dziewuchy Dziewuchom**, **Fundację Ocalenie**, **Fundację Afryka Inaczej**, **Żydowskie Stowarzyszenie Czulent** oraz **Gminę Wyznaniową Żydowską w Warszawie**. Dziennikarzy i dziennikarki zachęcamy do korzystania z bogatej wiedzy ich ekspertów i ekspertek.

Wszystkich odbiorców Poradnika namawiamy do wspierania naszych partnerów poprzez udział w inicjowanych przez nich działaniach, wsparcie wolontariackie i finansowe.

Zachęcamy również do szerokiego dzielenia się naszą publikacją i zebraną w niej wiedzą. Wszystkie treści dostępne są na licencji CC (BY). Oznacza to, że mogą być wykorzystywane w dowolny sposób i bez ograniczeń, za podaniem źródła (w szczególności adresu <http://www.etykajezyka.pl>, pod którym można znaleźć elektroniczną wersję Poradnika) oraz wskazaniem autorek bądź autorów cytowanych tekstów.

Zespół FleishmanHillard



INICJATOR



PATRONAT MERYTORYCZNY



HONOROWY PATRONAT

SPIS TREŚCI

- 4 **Etyczność języka w komunikacji**
prof. dr hab. Ewa Kołodziejek
Uniwersytet Szczeciński
Rada Języka Polskiego
- 13 **Jak mówić i pisać o osobach LGBT**
Gej czy homoseksualista?
Cecylia Jakubczak
- 20 **Jak mówić i pisać o kobietach**
Nie tylko feminatywy
Agata Maciejewska
- 26 **Jak mówić i pisać o migrantach**
Wszyscy jesteśmy migrantami
Kalina Czwarnóg
- 31 **Jak mówić i pisać o osobach pochodzących z Afryki**
Nie mów do mnie Murzyn. Afryka i Afrykanie
Paweł Średziński, Mamadou Diouf
Wojciech Wagłowski
- 35 **Jak mówić i pisać o Żydach**
Słowa, które ranią
Anna Makówka-Kwapisiewicz, Anna Zielińska,
Marta Guze-Korszyńska, Aleksandra Laskowska
- 40 **Partnerzy**



**ETYKA
JĘZYKA**

ETYCZNOŚĆ JĘZYKA W KOMUNIKACJI

prof. dr hab. Ewa Kołodziejek

Uniwersytet Szczeciński

Rada Języka Polskiego



Język w kreowaniu obrazu świata

Język jest nie tylko najdoskonalszym sposobem komunikowania się członków społeczeństwa, lecz także narzędziem poznania świata. Pełni istotną rolę w myśleniu, wpływa na zachowanie jednostki i zbiorowości, kształtuje międzyludzkie relacje. Język jest też rezerwarem tradycji kulturowych, systemów wartości i przyjętych przez społeczność norm moralnych.

W znaczeniach słów i w gramatyce, w kulturowych kliszach i stereotypach z pokolenia na pokolenie przenoszone są doświadczenia wspólnoty, jej potrzeby, postawy i sądy o świecie.

Różnorodne wydarzenia, zmiany i nastroje społeczne, których jesteśmy obserwatorami i uczestnikami, odzwierciedlają się w publicznych zachowaniach językowych.

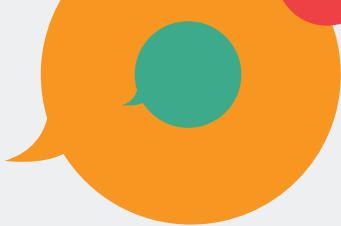
W polszczyźnie ostatnich lat jest więcej niż nigdyś swobody językowej, przejawów wzajemnej życzliwości i pozytywnych emocji. W formułach słownych kierowanych do rozmówców częściej używamy imion (*pani Agnieszko, panie Marku*), życzymy sobie *miłego dnia, witamy się i pozdrawiamy serdecznie*. Z drugiej jednak strony językowa swoboda, sprzężona z postępującą polaryzacją społeczeństwa, zniszczyła etykietalną fasadę wykluczającą publiczne zachowania niestosowne i niegrzeczne.

W przestrzeni społecznej pojawiły się słowa złe, brutalne, pogardliwe, wrogie.

Znakiem czasu stały się hejt i mowa nienawiści, kierowane do osób i instytucji, do jednostek i grup społecznych, by zdezawuować i zdeprecjonować tych, którzy mają inne poglądy, inny wygląd, inne zachowania. Brutalizacja komunikacji publicznej stała się istotnym problemem.

Agresji zachowań słownych sprzyja mediatyzacja języka. Widzimy świat tak, jak go wykreują media, spolaryzowane w podobnym stopniu jak społeczeństwo, a ponadto poddane regułom rynkowym. **Walcząc o czytelników, widzów czy słuchaczy**, media budują przekaz emocjonalny, mocny, odpowiadający potrzebom odbiorców, schlebiający ich gustom. Celują w tym tabloidy, ale także media otwarte na różnorodność świata nie stronią od nadmiernej ekspresji i wartościowania opisywanych zjawisk.

Rozprzestrzenianiu się agresji słownej, języka wrogości, sprzyja też komunikacja w internecie. O przeciwnikach politycznych, o wyrazicielach innych poglądów, o nielubianych osobach, o ludziach zachowujących się inaczej mówi się tam nieraz z nienawiścią, z pogardą, z szyderstwem. Poniżanie słowem, wyśmiewanie, wykluczanie, deprecjonowanie „innego”, „obcego” osiągnęło zatrważający poziom. W szerzeniu hejtu i nienawiści anonimowym internautom nie ustępują niektóre czasopisma, stacje radiowe i telewizyjne.



Przeciwdziałanie agresji słownej

Można i trzeba się temu przeciwwieścić, różnorodność świata i ludzi uznać za bogactwo, a ludzką godność za wartość najwyższą! To ta wartość – godność człowieka – jest uwydatniana i podkreślana w wielu ważnych dla Europejczyków dokumentach:

- ➔ „**Wszyscy ludzie rodzą się wolni i równi pod względem swej godności i swych praw**” – głosi zapis w *Powszechniej deklaracji praw człowieka* z roku 1948;
- ➔ „**Unia jest zbudowana na niepodzielnych, powszechnych wartościach godności osoby ludzkiej, wolności, równości i solidarności**” – stwierdza się w *Karcie praw podstawowych Unii Europejskiej* z roku 2007;
- ➔ – **Przyrodzona i niezbywalna godność człowieka stanowi źródło wolności i praw człowieka i obywatela** – orzeka artykuł 30. Konstytucji Rzeczypospolitej Polski z 1997 roku.

W tym duchu tworzone są także inne dokumenty propagujące szacunek do drugiego człowieka i przeciwstawiające się dyskryminacji osób i grup społecznych. W Sekretariacie Generalnym Rady Unii Europejskiej w 2018 roku powstał wielojęzyczny dokument zatytułowany *Inklzywna komunikacja w Sekretariacie Generalnym Rady*, w którego wstępnie czytamy takie słowa:

6

„Mamy szczęście pracować w wielokulturowym, wielojęzycznym środowisku, w którym wszyscy możemy na różne sposoby upowszechniać równość oraz szacunek dla różnorodności. Tylko w inkluzywnym otoczeniu, które akceptuje, respektuje i ceni różnorodność, ludzie mogą naprawdę w pełni się realizować. Zdrowa, równościowa atmosfera pracy zaczyna się od inkluzywnego języka i inkluzywnych ilustracji, które odzwierciedlają i podkreślają różnorodność i nie propagują mimowolnych uprzedzeń. Dzięki językowi i ilustracjom, którymi się posługujemy, możemy zadbać, by nikt nie czuł się wykluczony, niemile widziany czy dyskryminowany”¹.

Podobne intencje przyświecają autorom innych dokumentów², dekalogów³, poradników⁴, w których kładzie się nacisk na **komunikacyjną empatię**, przejawiającą się w starannym doborze słów, gdy mowa o określonych osobach czy grupach osób. Skoro bowiem język jest głównym narzędziem kształtowania postaw wobec świata, to **za pomocą słów można kreować zachowania społeczne**, wybierając z zasobu środków językowych jedne sformułowania, a pomijając inne. Wpływ to istotnie na społeczną wizję świata, utrwała postawę wobec postrzeganych zjawisk.

¹ [www.consilium.europa.eu>media>pl_brochure-inclusive-communication-in-the-gsc.pdf](http://www.consilium.europa.eu/media>pl_brochure-inclusive-communication-in-the-gsc.pdf)

² A. M. Kola, E. Górska, J. Skwarska, A. Firgolska, A. Głogowska, B. Truchan, G. Będkowska, B. Peda, A. Bas, P. Skrzypczak, A. Dąbrowska, *Język równościowy, „Razem mamy siłę: STOP DYSKRYMINACJI!” amnesty.org.pl > 2016/04 > Język-równosciowy*.

³ M. Damentko, D. Maison, K. Mrugalska, J. Paradowska, R. Pawelec, *Dekalog mówienia o niepełnosprawności intelektualnej*, <http://www.niepełnosprawni.pl/ledge/x73197>.

⁴ *Równoważni. Poradnik antydyskryminacyjny dla osób studiujących i zatrudnionych na UW*, pod red. K. Kędziory i A. Grędzińskiej, Warszawa 2017, <http://rownowazni.uw.edu.pl/poradnik-antydyskryminacyjny-dla-osob-studiujacych-i-zatrudnionych-na-uw/>.

Unikając słów wykluczających, a wybierając słowa włączające, przyczyniamy się do łamania stereotypów, do niwelowania krzywdzących klisz kulturowych dotyczących ludzi i grup społecznych; ludzi dyskryminowanych ze względu na cechy, na które nie mają wpływu: płeć, rasę, kolor skóry, orientację seksualną, język, religię, pochodzenie narodowe lub społeczne, przynależność do mniejszości narodowej, majątek, urodzenie, sprawność fizyczną, wiek. Wszak **Europejska Konwencja Praw Człowieka** gwarantuje równość i szacunek wszystkim obywatelom.

Zasada poszanowania godności ludzkiej dotyczy – co oczywiste – także kontaktów językowych, wszak język służy do tego, żeby się z drugim człowiekiem porozumieć i z nim współdziałać. Aby to działanie było efektywne, należy przestrzegać podstawowych norm etycznych: okazywać **szacunek** partnerowi dialogu i się z nim **solidaryzować**, czyli przejawiać zainteresowanie ważnymi dla niego sprawami. Owe zasady etyczne przybierają postać dyrektyw sformułowanych „**na nie**”:

- ➔ **nie** krzywdź drugiego słowem wrogim i poniżającym,
- ➔ **nie** okłamuj i nie manipuluj,
- ➔ **nie** zamkaj się na dialog,
- ➔ **nie** kieruj się uprzedzeniami,

i dyrektyw sformułowanych „**na tak**”:

- ➔ mów prawdę,
- ➔ mów **tak**, by rozmówca czuł się bezpiecznie,
- ➔ wysłuchuj innych z dobrą wolą.

Rozmowa prowadzona z poszanowaniem tych zasad prowadzi do osiągnięcia komunikacyjnego szczęścia. Jak je osiągnąć w praktyce? Przede wszystkim uważać na słowa i wybierać takie, które nie ewokują negatywnych treści, ale wyrażają szacunek do odbiorcy. Ponadto nie nazywać rzeczy po imieniu, unikać bezpośredniości i mówienia o trudnych sprawach wprost. **Niebezpośredniość jest bowiem uniwersalną zasadą językowej grzeczności:** im mniej bezpośrednio sformułujemy wypowiedź, tym więcej możliwości reakcji zostawimy partnerowi rozmowy. Satysfakcję zapewni też rozmówcom jasność wypowiedzi, będąca ważną cechą komunikacyjnej empatii. Dlatego stosując **strategię niebezpośredniości** polegającą na słownym złagodzeniu treści (Czy mógłbyś mi podać cukier? zamiast Podaj cukier!), musimy uważać, by komunikat zbyt wieloma słowami nie zaciemnić. Szacunek do odbiorcy, delikatność, niebezpośredniość i jasność sformułowań to niełatwne, ale konieczne składniki fortunnej komunikacji.

Językowa wrażliwość na płeć

Przywoływany dokument *Inkluzywna komunikacja w Sekretariacie Generalnym Rady* na pierwszym miejscu wśród spraw ważnych dla poczucia równości obywateli wskazuje **językową wrażliwość na płeć**. We współczesnej polszczyźnie kobiety są niewidoczne. Opisuje się ich role i stanowiska męskimi formami rzeczników: *prezes Kowalska, doktor Maciejewska, dyrektor Lewandowska*. O tym, że rzecznik męski odnosi się do kobiety, decyduje jego nieodmiennosć: *spotkanie z profesor Nowak*. Systemowe żeńskie formy słowotwórcze zakończone na -ka bądź -ini, np. *filozofka, chirurżka, gościni*, nie są jeszcze dostatecznie utrwalone w zwyczaju językowym, przez co bywają odbierane jako „śmieszne”, „niepoważne”, „lekceważące” (chociaż *lekarka, nauczycielka, aktorka* czy *dziennikarka* nie wywołują powszechnej radości). Wciąż pokutuje przeświadczenie wyrażone *expressis verbis* w *Wielkim słowniku poprawnej polszczyzny*, że „W dzisiejszej polszczyźnie nie ma żadnej nazwy prestiżowego stanowiska, stopnia czy tytułu naukowego, która miałaby żeńską formę słowotwórczą”. **Życie jednak weryfikuje słownikowe definicje, feminatywy bowiem stają się w polszczyźnie publicznej coraz powszechniejsze.** Znalazło to wyraz w oświadczeniu Rady Języka Polskiego z 2019 roku: „Rada Języka Polskiego przy Prezydium PAN uznał, że w polszczyźnie potrzebna jest większa, możliwie pełna symetria nazw osobowych męskich i żeńskich w zasobie słownictwa. Stosowanie feminatywów w wypowiedziach, na przykład przemienne powtarzanie rzeczników żeńskich i męskich (*Polki i Polacy*), jest znakiem tego, że mówiący czują potrzebę zwiększenia widoczności kobiet w języku i tekstach”.

Stosowanie feminatywów warunkowane jest typem tekstu. Nazw żeńskich używa się częściej w tekstach publicystycznych, ale w dokumentach urzędowych, prawnych bądź naukowych są prawie nieobecne. Powoli jednak i w tekstach sformalizowanych pojawiają się sygnały niezagody na dominację form męskich. W statucie szczecińskiej Akademii Sztuki użyto takich sformułowań: *rektorka, rektora, prorektorka, prorektora, dyrektorka szkoły doktorskiej, kierowniczka katedry*. Ponadto są tam *pracownicy i pracownice, studenci i studentki, doktoranci i doktorantki, absolwenci i absolwentki*. To odważny krok, godny naśladowania, zbieżny z duchem nowych czasów.

Ażeby zasygnalizować obecność kobiet można stosować różne zabiegi, które umożliwia system języka polskiego. Można użyć obu rodzajów rzecznika: *eksperci i ekspertki*; można do czasownika dodać żeńską końcówkę: *byłeś/aś*; można stosować liczebniki zbiorowe sygnalizujące obecność kobiet: *siedmioro zawodników*; można używać rzeczników kolektywnych: *państwo doktoranci* (zamiast formy męskiej: *doktoranci*) oraz form liczby mnogiej: *organizatorzy zapewnią* (zamiast *organizator zapewni*). Gramatycznych możliwości „na tak” jest sporo.

W przekazie medialnym **należy się wystrzegać zachowań językowych „na nie”** i unikać obiegowych sformułowań podtrzymujących negatywny stereotyp kobiety. O słusznej decyzji nie mówić: *męska decyzja*, o nieaprobowanym zachowaniu mężczyzn: *zachowuje się jak baba*, absolutnie nie utrwała pogardliwego obrazu kobiety, np. *babska logika* czy *babskie gadanie*. Takie (i inne) zakorzenione w potocznej polszczyźnie powiedzenia są przejawem seksizmu, czyli dyskryminacji ze względu na płeć.

Szerzej te kwestie omawia w niniejszym poradniku Agata Maciejewska, autorka rozdziału *Jak mówić i pisać o kobietach*.

Człowiek, osoba, pacjent

Szczególną wrażliwością powinniśmy się wykazywać, gdy mówimy **o osobach z niepełnosprawnościami**. Unikajmy określeń: *niepełnosprawny, niewidomy, głuchy, epiletyk, autystyk* kierujących uwagę na cechę, a nie na człowieka. Mówmy o osobach, podkreślając ich podmiotowość: *osoba z niepełnosprawnością, osoba z niepełnosprawnościami, osoba niewidząca, osoba niedowidząca, osoba niesłysząca, osoba niedosłysząca, osoba z epilepsją, osoba z autyzmem*. Czasem nawet określenie: *osoba niepełnosprawna* jest niefortunne, bo sugeruje, że niepełnosprawność jest podstawową cechą tej osoby. Nie skupiamy się na ograniczeniach, unikajmy sformułowań, które podkreślają niesamodzielność osób: *dotknięty, skazany na, przykuty do, cierpiący na* itp. Warto też mieć świadomość, że przedmioty takie jak wózek, laska czy kule należą do sfery prywatności, a nawet intymności osób, które z nich korzystają, dlatego trzeba zważyć, czy zwracanie uwagi na te przedmioty jest uzasadnione.

Musimy się także wykazywać dużym taktem i wrażliwością w mówieniu o osobach z zaburzeniami psychicznymi, zaburzenia te są bowiem powodem silniejszego niż inne choroby wykluczenia społecznego. Autorzy *Rekomendacji dotyczącej języka niedyskryminującego osób z zaburzeniami psychicznymi*⁵ mówią o szczególnej roli mediów w kształtowaniu społecznych sądów: „Medialny obraz osób z zaburzeniami psychicznymi jest pod wieloma względami zniekształcony i utrwała negatywny stereotyp, na który składają się przede wszystkim przekonania o ich nieprzewidywalności, mniejszej sprawności intelektualnej, agresywności i niezdolności do świadomego kierowania swoim postępowaniem”. Musimy więc odrzucić określenia pozornie neutralne: *schizofrenik, dwubiegunowy czy depresyjny*. Zaburzenia psychiczne trzeba określić opisowo i łączyć je ze słowami *osoba, człowiek albo pacjent*: *osoba z chorobą dwubiegunową, pacjent z diagnozą schizofrenii*. Nie należy mówić o *osobie psychicznie chorej*, tylko o *osobie z doświadczeniem choroby psychicznej, osobie z doświadczeniem zaburzeń zdrowia psychicznego, osobie po doświadczeniu kryzysu psychicznego*. Im więcej słów dzieli słowo *osoba* od określeń jej dolegliwości, tym przekaz jest łagodniejszy i stosowniejszy.

W przekazie medialnym **warto unikać terminów medycznych używanych w znaczeniu potocznym**, jak np. *paranoja, schizofrenia, anoreksja, depresja, ADHD*. Wartościujące mówienie o „społecznej paranoi”, o czymś „schizofrenicznym zachowaniu” bądź „anorektycznym wyglądzie”, określanie aktywności jakiejś osoby nazwą „ADHD” jest *de facto* stygmatyzowaniem osób zmagających się z tymi schorzeniami i pogłębianiem ich negatywnego postrzegania.

Piszmy o *osobach niepełnosprawnych intelektualnie*, o *ludziach z niepełnosprawnością intelektualną*, bo takie sformułowania – jak przekonują autorzy *Dekalogu mówienia o niepełnosprawności intelektualnej* – pozwolą myśleć o tej grupie podmiotowo. Nie mówmy: *upośledzeni umysłowo, chorzy umysłowo, chorzy psychicznie, nienormalni, opóźnieni w rozwoju*, takie sformułowania utrwalają stereotypy i uprzedzenia. Niepełnosprawność intelektualna nie odbiera tym osobom godności, tylko jest jedną z ich wielu indywidualnych cech.

⁵ M. Bańko, J. Linde-Usiekiewicz, M. Łaziński, *Rekomendacje dotyczące języka niedyskryminującego na Uniwersytecie Warszawskim*, [> 2020/01 > język-niedyskryminujący](http://www.uw.edu.pl).

Z dziesięciu punktów *Kodeksu dobrych praktyk komunikacyjnych*, sformułowanych przez autorów rekomendacji *Wrażliwi na słowa, wrażliwi na ludzi⁶*, jeden wydaje się szczególnie istotny dla dziennikarzy odpowiedzialnych za kreowanie medialnego obrazu świata: „Spróbuj wczuć się w sytuację osoby z zaburzeniem psychicznym. Pomyśl, co chciałbyś usłyszeć na temat swojej choroby, co przeczytać w prasie, co obejrzeć w telewizji”. Respektowanie tego zalecenia jest przejawem komunikacyjnej empatii i etyki zawodowej dziennikarza.

Z ostrożnością należy też mówić o **bezdomności**. Przymiotniki: *bezdomna, bezdomny* zawsze powinny poprzedzać słowa: *osoba, człowiek, ludzie*. W naszych niespokojnych czasach każdy z nas, niezależnie od społecznego statusu, może się nagle znaleźć na życiowym zakręcie. Dlatego preferujemy określenia: *osoba w kryzysie bezdomności, osoba bezdomna*.

Język wolny od uprzedzeń z powodu orientacji seksualnej, koloru skóry, pochodzenia etnicznego, wieku

Obszarem społecznych uprzedzeń może być **orientacja seksualna** człowieka. Nie zawsze wskazywanie preferencji seksualnych ma swoje uzasadnienie, wszak mówiąc o ludziach, nie podkreślamy ich heteroseksualności. Ponadto definiowanie człowieka wyłącznie poprzez jedną cechę jest redukowaniem jego podmiotowości. Jeśli jednak sytuacja tego wymaga, używajmy określeń neutralnych: *gej i lesbijka*. Forma mnoga: *homoseksualiści* może sugerować, że mowa jest wyłącznie o mężczyznach. Grupę społeczną nazywajmy **akronimem LGBT+** (*Lesbijki, Geje, Biseksualiści, Transseksualiści* i inne społeczności) i niech zawsze towarzyszą mu określenia: *społeczność, wspólnota, osoby, ludzie* itp. Pamiętajmy, że nie istnieje „ideologia LGBT”, bo ideologia to suma poglądów, idei, pojęć, a LGBT+ to ludzie: lesbijki, geje, osoby biseksualne, osoby transpłciowe, osoby interseksualne i aseksualne. Miejmy świadomość, że formula *ideologia LGBT* dehumanizuje tę grupę społeczną.

Bezwzględnie **należy powstrzymać się od wartościowania związków heteroseksualnych i homoseksualnych** i od sugerowania, które z nich są właściwsze. W unikaniu ocen pomocne są słowa wspólne: *para, związek, małżeństwo, rodzina, równość*. W rozmowie z osobą LGBT+ trzeba używać takich form gramatycznych, jakie preferuje rozmówca bądź rozmówczyni. Należy też pamiętać, że neutralne niegdyś określenie *pederasta* jest współcześnie stigmatyzujące i poniżające. W tekstach poświęconych osobom LGBT+ nie powinny się pojawiać zwulgaryzowane określenia ani deprecjonujące frazeologizmy czy dowcipy.

Szerzej kwestie niedyskryminowania ze względu na płeć omawia Cecylia Jakubczak w artykule *Jak mówić i pisać o osobach LGBT* zamieszczonym w niniejszym poradniku.

⁶ D. Dudek, S. Murawiec, M. J. Jabłoński, K. Kłosińska, B. Sobczak, A. Doroszewska, *Wrażliwi na słowa, wrażliwi na ludzi. Rekomendacje dotyczące języka niedyskryminującego osób z zaburzeniami psychicznymi*, <https://janssen.prowly.com/111458-wrazilwi-na-slowa-wrazilwi-na-ludzi>.

Istotnym problemem w komunikacji niedyskryminującej są słowa związane z **kolem skórą**. Nazwą wzbudzającą największe kontrowersje jest **Murzin**, która dla wielu Polaków jest wciąż neutralna i bezpieczniejsza niż *czarny, czarnoskóry*. Tymczasem osoby o ciemnej skórze słowo *Murzin* odbierają jako dyskredytujące i raniące. Mają ku temu podstawy: w języku polskim słowo to obrosło wyjątkowo silną obraźliwą frazeologią, np. *100 lat za Murzynami, Murzin zrobił swoje – Murzin może odejść*, wzmacniającą skojarzenie Murzin – niewolnik. Niegdyśniejsza neutralność tej nazwy już się zatarła, dlatego należy jej unikać, zwłaszcza że pragną tego osoby tak nazywane. **O osobach o ciemnym kolorze skóry można powiedzieć czarnoskóry, ciemnoskóry, jeśli z jakichś powodów jest to konieczne, wszak nie zawsze musimy podkreślać tę cechę człowieka.** Negatywną opinię o tym słowie sformułował prof. Marek Łaziński na stronie Rady Języka Polskiego: „W wielu kontekstach słowo *Murzin* było i jest używane niepotrzebnie. **Określa nie narodowość ani pochodzenie geograficzne, tylko kolor skóry, a ta cecha podobnie jak kolor włosów, wzrost, typ figury nie musi być istotna w opisie człowieka.** (...) Ponieważ trudno jest zmienić przyzwyczajenia mówiących, ograniczam swoją rekomendację do komunikacji publicznej: mediów, administracji, szkoły. W tych kręgach zresztą omawiane tu słowa i tak są używane coraz rzadziej, ponieważ większość mówiących ma świadomość, że budzą co najmniej kontrowersje”.

Ten aspekt komunikacji niedyskryminującej omawiają w niniejszym poradniku Paweł Średziński, Mamadou Diouf, Wojciech Wagłowski, autorzy tekstu *Jak mówić i pisać o osobach pochodzących z Afryki*.

Mówiąc o **grupach etnicznych**, należy unikać określeń potocznych, stigmatyzujących, utrwalających negatywny stereotyp nazywanych osób. To, jaką moc ma świadome unikanie słów, pokazuje historia nazwy **Cygan**, skuteczne wyeliminowanej z języka publicznego. *Cygan* utrwał bowiem stereotyp włóczęgi, oszusta, ujawniający się w czasowniku *cyganić*, osobnika mniejszej wartości z porzekadłem: *Kowal zawinił, Cygana powiesili*. Pod wpływem europejskiej polityki równościowej nazwa *Cygan* została zastąpiona określeniem *Rom* (na Zachodzie Europy także *Sinti*).

Neutralnymi nazwami określającymi osoby pochodzenia żydowskiego są **Żyd** i **Żydówka**. Niedopuszczalne, bo deprecjonujące jest zdrabnianie tych nazw, nawet w odniesieniu do ludzi młodych. Warto pamiętać, że potoczne słowo *żydzić* »skąpić« powieła zakorzenioną w polszczyźnie stereotypową ocenę Żydów. „Formy mowy nienawiści przybierają z pozoru niewinne żarty wymierzone w jakieś grupy wyznaniowe (np. dowcipy o Żydach albo Arabach, karykatury Mahometa) – pisze na internetowej stronie Rady Języka Polskiego Barbara Sobczak, autorka artykułu *Oblicza agresji językowej w dyskursie publicznym. Próba uporządkowania pojęć*. – Przejawem **mowy nienawiści** będzie np. „Lista Żydów” opublikowana w internecie. Mowa nienawiści może mieć też charakter ukryty, np. gdy pozostawia się niedopowiedzenia, które odbiorcy łatwo wypełniają (np. wyrażenie *wiadome grupy*) albo gdy do działania nie wzywa się wprost, ale takie wezwanie może wynikać z kontekstu (np. hasło *Muzułmanie chcą nas zniszczyć*)”. Mówiąc o Żydach, należy unikać krzywdzących skojarzeń z przypisywanymi im stereotypowymi cechami, jak skąpstwo czy przebiegłość, które mogą być cechą każdego człowieka, bez względu na pochodzenie. Warto pamiętać, że publicznie opowiadane dowcipy o Żydach mogą być dla osób pochodzenia żydowskiego równie bolesne, jak dla nas dowcipy o Polakach opowiadane przez inne narodowości.

Trzeba też mieć świadomość, że **antysemityzm pozostaje w sprzeczności z nowoczesną ideą społeczeństwa wielokulturowego**, akceptującego równość i różnorodność społeczną.

Szeroko kwestie mówienia i pisania o Żydach omawiają Anna Makówka-Kwapisiewicz i Anna Zielińska w *Jak mówić i pisać o Żydach*.

Zdarza się, że słowa neutralne mogą w określonych kontekstach nabierać wartościującej mocy. Nazwami neutralnymi są terminy *migrant*, *migrantka*. Ale już określenia *obcokrajowiec*, *cudzoziemiec* zawierają w sobie słowa *obcy*, *cudzy*, które – czasem – niosą treści stigmatyzujące. Nie chodzi tu, rzecz jasna, o wyeliminowanie tych określeń z przekazu medialnego, tylko o zwrócenie uwagi na ową semantyczną subtelność.

Warto byłoby także z określeń *uchodźca*, *uchodźcy* zdjąć nagromadzony wokół nich lęk przed „obcym”. Wszak *uchodźca* to ten, który opuścił swój kraj, aby ratować życie lub uniknąć prześladowań i tylko w takim kontekście słowo to pozbawione jest wartościujących skojarzeń (którym ulegamy pod wpływem antyuchodźczej polityki państwa). Nie wolno też łączyć słów *uchodźcy*, *imigranci* z przymiotnikiem *nielegalny*; nielegalne mogą być bowiem czyny, działania, lecz nie człowiek.

Wnikliwie problem migracji i migrantów omawia Kalina Czwarnóg w tekście *Jak mówić i pisać o migrantach* zamieszczonym w niniejszym poradniku.

Obiektem językowej dyskryminacji są często **ludzie starsi, chorzy**. Trzeba unikać określania ich słowami potocznymi, infantylnymi, pozornie pieszczołwymi, które mogą być uznane za lekceważące albo poniżające. Pisząc o *seniorach*, używajmy tej właśnie, neutralnej, taktownej nazwy, posługujmy się też stopniem wyższym przymiotnika: nie *osoby stare*, tylko *osoby starsze*. Absolutnie niedopuszczalne jest mówienie o seniorach: *babcia*, *dziadek*, co jest powszechną praktyką w polskich szpitalach (tam także niedopuszczalne mówienie do starszych osób na ty).

Przesłanie:

Powyższe rady, rekomendacje i zalecenia są oparte na przyjętym przez nas podstawowym przesłaniu: **Nie chcemy, by język był narzędziem dominacji nad drugim człowiekiem**. Chcemy natomiast, by naszym działaniom słownym przyświecała **zasada wzajemności** zawarta w „złotej regule etycznej”: **Traktuj innych tak, jak sam chciałbyś być traktowany**. Lub w prostej, ogólnoludzkiej sentencji: **Nie czyn drugiemu, co tobie niemile**.

Zrozumienie i empatia, oto czego nam dzisiaj potrzeba!



JAK MÓWIĆ I PISAĆ O OSOBACH LGBT

Cecylia Jakubczak
Stowarzyszenie Kampania Przeciw Homofobii

Gej czy homoseksualista?

Osoby LGBT stanowią 5 proc. polskiego społeczeństwa. Oznacza to, że w Polsce żyje około **2 milionów** lesbijek, gejów, osób biseksualnych i transpłciowych.

Choć społeczność LGBT łączy jeden symbol, jakim jest tęczowa flaga, to jest ona **bardzo różnorodna**. Tworzą ją osoby w każdym wieku, mieszkające zarówno na wsi, jak i w mieście, różniące się poziomem wykształcenia i statusem ekonomicznym. Tym, co je łączy, jest brak równych praw względem reszty społeczeństwa oraz zwiększone **ryzyko doświadczenia dyskryminacji** z uwagi na orientację psychoseksualną i tożsamość płciową. Pomimo tego, że na osoby LGBT państwo nakłada takie same obowiązki jak na inne obywatelki i innych obywateli, to nie mogą one liczyć na równe prawa, czego przykład stanowi m.in. brak równości małżeńskiej. Ignorowana przez państwo jest również doświadczana przez osoby LGBT przemoc motywowana homo- i transfobią, czego odzwierciedleniem jest brak przesłanki orientacji psychoseksualnej i tożsamości płciowej jako cechy chronionej w polskim kodeksie karnym.

W skrócie:

- ➔ **Orientacja psychoseksualna** – określa to, w osobach jakiej płci się zakochujemy, kto nam się podoba albo z kim mamy bliską, romantyczną i/lub seksualną relację.
- ➔ **Heteroseksualność** – orientacja seksualna określająca osoby, którym podobają się osoby przeciwnej płci – czują do nich pociąg romantyczny i/lub seksualny.
- ➔ **Homoseksualność** – orientacja seksualna określająca osoby, którym podobają się osoby tej samej płci – czują do nich pociąg seksualny i/lub romantyczny.
- ➔ **Biseksualność** – orientacja seksualna określająca osoby, którym podobają się osoby tej samej lub innej płci – czują do nich pociąg seksualny i/lub romantyczny.
- ➔ **Aseksualność** – orientacja seksualna określająca osoby, które nie odczuwają pociągu seksualnego do innych osób – mogą one odczuwać inne rodzaje pociągu (m.in. romantyczny, sensualny, estetyczny).
- ➔ **Panseksualność** – orientacja seksualna określająca osoby, które mogą tworzyć związki emocjonalne, romantyczne i/lub seksualne z osobami niezależnie od ich płci czy tożsamości płciowej.
- ➔ **Tożsamość płciowa** – określa to, jak odczuwasz swoją płeć, czyli to, czy czujesz się kobietą, mężczyzną, czy osobą niebinarną. Poczucie płci może, ale nie musi, korespondować z płcią przypisaną przy urodzeniu.
- ➔ **Transpłciowość** – szerokie i ogólnie pojęcie określające wszystkie osoby, których tożsamość płciowa różni się od płci nadanej przy urodzeniu.
- ➔ **Trans kobiety** – kobiety, które urodziły się jako kobiety o błędny oznaczeniu płci w akcie urodzenia.
- ➔ **Trans mężczyźni** – mężczyźni, którzy urodzili się jako mężczyźni o błędny oznaczeniu płci w akcie urodzenia.
- ➔ **Niebinarność** – określa osoby, które nie mieszczą się w koncepcji dualizmu płciowego zakładającego, że istnieją dwie płcie: męska i żeńska.





15

- ➔ **Misgendering** – używanie niewłaściwych zaimków względem osób transpłciowych i niebinarnych.
- ➔ **Interpłciowość** – dotyczy osób, które rodzą się z ciałem niewpisującym się w społeczne i medyczne oczekiwania dotyczące wyglądu i funkcjonowania typowych ciał kobieczych i męskich.
- ➔ **Queer** – pojęcie określające osoby, które nie odnajdują się w tradycyjnych kategoriach płci czy orientacji seksualnej.
- ➔ **LGBT** – skrót od słów: lesbijki, geje, osoby biseksualne i transpłciowe.
- ➔ **LGBTQIAP** – skrót od słów: lesbijki, geje, osoby biseksualne, transpłciowe, queer, interpłciowe, asekualne i panseksualne.
- ➔ **LGBT+** – skrót od słów: lesbijki, geje, osoby biseksualne i transpłciowe, gdzie plus oznacza inne osoby nieheteronormatywne, które nie mieszczą się w czterech pierwszych literach skrótu.

- ➔ **Każdy akronim jest właściwy** – jeśli trafnie odnosi się do osób i grup, o których mówimy.
- ➔ **Przed akronimem dodajemy określenie „osoby” lub „społeczność”.**
- ➔ **Unikajmy określeń środowisko/środowiska LGBT.**

Mówimy:

- **Homoseksualność i biseksualność**
– nie homoseksualizm i biseksualizm.
- **Osoby homoseksualne i osoby biseksualne**
– nie homoseksualiści i biseksualiści.
- **Osoba transpłciowa** – nie transseksualista.
- **Korekta płci** – nie zmiana płci..

Niemówimy:

- **Mniejszości seksualne** – określenie to sprowadza osoby LGBT do seksualności, pomijając inne cechy składające się na tożsamość tej grupy.
- **Geje zamiast osoby LGBT** – geje to tylko jedna z grup tworzących społeczność LGBT.
- **Kochający inaczej** – osoby LGBT kochają tak samo jak np. osoby heteroseksualne.
- **Zalegalizować związki osób tej samej płci** – wyrażenie sugeruje, że związki takie są dziś nielegalne, a tak oczywiście nie jest.
- **Homozwiązki, homomałżeństwa, homorodziny** – przedrostek sugeruje, że są inne niż pozostałe związki, małżeństwa, rodziny.
- **Ideologia LGBT** – taka ideologia nie istnieje, LGBT to ludzie.

Język LGBT

W budowaniu tożsamości grupowej rolą języka jest nie do przecenienia. Pełni on zarówno funkcję identyfikującą (pomaga określić, kim jesteśmy), integrującą (stanowi sposób wyrażania wspólnotowej tożsamości), jak i dyferencjacyjną (pozwala odróżnić grupy od siebie). W przypadku **osób LGBT** żyjących w Polsce językiem, którym się posługują, jest język polski. Jednak w celu zbudowania własnej tożsamości **społeczność LGBT wykształciła swój słownik**, na który składają się pojęcia służące opisowi własnej grupy i zjawisk, będących jej doświadczeniem. W związku z tym, że wzmianki nt. osób LGBT w Polsce początkowo odnosili się głównie do zjawisk z obszaru patologii medycznej, droga do wykształcenia języka pozbawionego zwrotów nacechowanych pejoratywnie była dłuża i wyboista. Proces ten dodatkowo utrudniały powszechnie w społeczeństwie homofobia i transfobia oraz brak widoczności osób LGBT w przestrzeni publicznej. Ewolucja językowa nabierała tempa wraz z rozwojem ruchu emancypacyjnego, co znajduje odzwierciedlenie zarówno w języku, którym lesbijki, geje, osoby biseksualne i transpłciowe opisują same siebie, jak i w języku, którym posługują się osoby spoza tej społeczności.



Orientacja a tożsamość

Zaczniemy zatem od podstawowych pojęć, tj. orientacji psychoseksualnej i tożsamości płciowej. **Orientacja psychoseksualna** określa to, w osobach jakiej płci zakochujemy się, kto nam się podoba albo z kim mamy bliską, romantyczną i/lub seksualną relację. **Tożsamość płciowa** natomiast określa to, jak odczuwamy swoją płeć, czyli to, czy czujemy się kobietą, mężczyzną, czy osobą niebinarną. Bywa, że media łączą orientację psychoseksualną z tożsamością płciową, tworząc hybrydę w postaci **orientacji płciowej**. To błąd! Wśród orientacji psychoseksualnych wyróżniamy **orientację heteroseksualną, homoseksualną, biseksualną i aseksualną**. Terminem odnoszącym się do tożsamości płciowej jest **transpłciowość** – pojęcie określające wszystkie osoby, których tożsamość płciowa różni się od płci nadanej przy urodzeniu.

Skróty: LGBT, LGBTQIAP czy LGBT+?

Akronim LGBT powstał od pierwszych liter grup osób, które łączy inną od większościowej orientacja psychoseksualna i/lub tożsamość płciowa. **L** to lesbijki, **G** to geje, **B** to osoby biseksualne, a **T** to osoby transpłciowe. Skrótowiec LGBT nigdy nie powinien pojawiać się sam – wskazane jest, by poprzedzało go słowo **społeczność, osoby** lub **społeczność osób**. Zabieg ten służy położeniu nacisku na osoby tworzące daną grupę, podkreśleniu ich różnorodności i nadaje im podmiotowość. **Nie używamy określenia środowisko/środowiska LGBT**, które pojawia się głównie w wypowiedziach o negatywnym wydźwięku, sugerując istnienie grupy osób, stanowiących zagrożenie. Często zdarza się, że akronim LGBT jest rozbudowany o kolejne litery – LGBTQ, LGBTQI, LGBTQIA czy LGBTQIAP. Wszystkie wersje są poprawne, jeżeli wybrana forma odnosi się do grupy, która faktycznie pojawia się w artykule lub materiale wideo.

17

Stosowanie skrótowca LGBTQIAP, kiedy nie mówimy o osobach queer, interpłciowych, aseksualnych czy panseksualnych, jest bezzasadne.

Ostatnio coraz popularniejszy jest akronim LGBT+, gdzie plus oznacza wszystkie inne osoby z tęczowej społeczności, które nie identyfikują się z poprzedzającymi znak plusa literami.

Końcówka ma znaczenie

Jak już wspomniano w pierwszej części tekstu, wzmianki nt. osób LGBT w Polsce początkowo odnosły się głównie do zjawisk patologii medycznej. Konsekwencje takiego stanu rzeczy są nadal widoczne w języku mediów, które pisząc o **gejach, lesbijkach i osobach biseksualnych**, używają niepożądanych zwrotów **homoseksualiści i biseksualiści** zamiast **osoby homoseksualne i biseksualne**, a zamiast o **homoseksualności i biseksualności** (lub orientacji homoseksualnej i biseksualnej), które są preferowanymi terminami, mówią o *homoseksualizmie* i *biseksualizmie*, co z racji końcówki *-izm* budzi negatywne skojarzenia związane z chorobą lub zaburzeniem. W przypadku **osób transpłciowych** powszechnym błędem jest używanie terminu „transseksualiści”. **Transpłciowość** odnosi się do tożsamości płciowej, a nie orientacji seksualnej, co sugeruje końcówka *-seksualista*. Warto wskazać, że transpłciowość jako termin parasolowy obejmuje m.in. **osoby niebinarne**, czyli takie, które wewnętrznie nie utożsamiają się wyłącznie z płcią żeńską ani z płcią męską.

Osoby homoseksualne

Takich pozornie neutralnych pojęć dotyczących społeczności LGBT, jak np. **homoseksualiści**, jest więcej. Zaczniemy od terminu **mniejszości seksualne**, który jest niepoprawny z uwagi na to, że kładzie nacisk wyłącznie na seksualność, pomijając inne cechy składające się na tożsamość grupową osób LGBT. Wykluczające względem lesbijkę, osób biseksualnych i transpłciowych jest **zastępowanie akronimu LGBT słowem geje** dla opisu całej grupy (albo geje i lesbijki, jeżeli mówimy również o osobach biseksualnych i transpłciowych). **Kochający inaczej** to również niepożądany, a powszechnie używany zwrot, który sugeruje, że osoby LGBT kochają inaczej niż osoby heteroseksualne, co nie oddaje stanu faktycznego.

Osoby transpłciowe

Szereg niepoprawnych zwrotów, które pojawią się często w mediach, dotyczy **osób transpłciowych**, czyli **trans kobiet i trans mężczyzn** (transpłciowość to jedna z wielu cech, dlatego używamy częstki wyrazowej *trans* z rzecznikiem *kobieta* lub *mężczyzna*). Na liście zwrotów do wykreślenia znajdują się: „**mężczyzna urodzony w ciele kobiety**”; „**kobieta, która była mężczyzną**”; „**mężczyzna uwięziony w ciele kobiety**”. Dlaczego? Odpowiedź jest prosta – trans kobiety nie „urodziły się jako mężczyźni”, a trans mężczyźni nie „urodzili się jako kobiety”. Trans kobiety urodziły się jako **kobiety o błędny oznaczeniu płci** w akcie urodzenia, a trans mężczyźni urodzili się jako **mężczyźni o błędny oznaczeniu płci** w akcie urodzenia. Niepoprawnym zwrotem jest również **zmiana płci**, ponieważ osoby transpłciowe nie zmieniają płci, a dokonują jej korekty, co jest następstwem błędego oznaczenia płci w akcie urodzenia (poprawne terminy: **korekta płci, operacja korekty płci**).

Relacje, rodzina i doświadczenie

Wiele krzywdzących pojęć powszechnie używa się w celu opisania relacji, które tworzą osoby LGBT, ich rodzin oraz doświadczeń. I tak zamiast mówić: „**zalegalizować związki osób tej samej płci**”, co sugeruje, że takie związki są nielegalne (to nieprawda!), wskazane jest mówić: **sformalizować** lub **wprowadzić związki partnerskie** lub **równość małżeńską**. Unikać, jak ognia należy takich zwrotów, jak *homozwiązki* i *homomałżeństwa*, a także *związki gejowskie*, *małżeństwa homoseksualne* oraz skrótu „tzw.” stawianego przed sformułowaniem równość małżeńska, obniżającego rangę związków małżeńskich osób tej samej płci. Te określenia należy zastąpić terminami: **małżeństwo** lub **związek osób tej samej płci**. Niewskazane jest również używanie zwrotu *homorodzina* na opisanie rodzin tworzonych przez rodziców ze społeczności LGBT i ich dzieci. Wystarczy użyć słowa **rodzina** lub ewentualnie **tęczowa rodzina**. Na koniec warto jeszcze zwrócić uwagę na czasownik pojawiający się w kontekście **wychodzenia z szafy** (ang. *coming out*), czyli „przyznać się”. Przyznajemy się zazwyczaj do czegoś wstydliwego, podczas gdy orientacja homo- lub biseksualna oraz transpłciowość nie powinny stanowić powodu do wstydu.



Słuchaj i szanuj

Używanie odpowiedniego słownictwa to pierwszy krok w kierunku tworzenia materiałów medialnych opartych na szacunku do osób, których one dotyczą.
Dlatego tak ważne jest, aby pisząc artykuł lub przeprowadzając wywiad na wizji, dbać o język, który stosuje się do opisania społeczności LGBT.
Błędy zdarzają się każdemu, tak jak np. **misgendering** polegający na użyciu niewłaściwych zaimków względem osób niebinarnych. Ważne jest, by w sytuacji, gdy zdarzy nam się popełnić gafę, przyjąć krytykę, przeprosić i w kolejnym pytaniu lub tekście użyć właściwych słów.



JAK MÓWIĆ I PISAĆ O KOBIETACH

Agata Maciejewska
Fundacja Dziewuchy Dziewuchom



Nie tylko feminatywy

Kobiety stanowią 51,6 proc. ogólnej liczby ludności Polski (wynoszącej ok. 38,5 miliona) – na 100 mężczyzn przypada ich niemal 107. Biorąc pod uwagę tę statystykę, warto zauważać, że ponad połowa polskiego społeczeństwa jest dyskryminowana ze względu na płeć. Wynika to z patriarchalnych struktur władzy utrwalonych w tradycji i obyczaju. Wzory kobiecości i męskości, którymi nasiąkamy od dzieciństwa, uwidaczniają się w wielu sferach życia i mają bezpośredni wpływ na pozycję płci w hierarchii społecznej. To, co kobiece, jest kojarzone ze słabością, podporządkowaniem i bezsilnością – w ten sposób kobiety stają się systemowo podległe, choć nie zawsze zdajemy sobie z tego sprawę. Niekiedy musimy sięgnąć do etymologii wyrazów – samo słowo **kobieta** pojawiło się w polszczyźnie w XVI wieku jako określenie obelżywe, oznaczające »niewiadomą wszeteczną i »rozpuścienną«.

Rola regulacji prawnych w kształtowaniu schematów komunikacyjnych

21

Choć stereotypy płci są głęboko zakorzenione, **współcześnie obserwujemy zmianę oczekiwania wobec kobiet i mężczyzn**. Od lat 70. XX wieku na świecie, a od lat 90. XX wieku w Polsce, dochodzi do podważenia stereotypów płci i próby ich redefinicji. Bardzo ważnym narzędziem kształtującym te procesy jest język. Można go używać, utrwalając dotychczasowe uprzedzenia lub je eliminując.

Na konieczność realizowania polityk równościowych w piśmie i mowie wskazują dokumenty międzynarodowe. Konwencja w sprawie likwidacji wszelkich form dyskryminacji kobiet (CEDAW), uchwalona przez Zgromadzenie Ogólne ONZ, która weszła w życie w 1981 roku, zawiera m.in. zapis **o przeciwdziałaniu dyskryminacji i stereotypizacji kobiet i dziewcząt** w podręcznikach i systemie nauczania. Natomiast w 1990 roku Rada Europy wydała rekomendacje w sprawie **eliminacji seksizmu z języka**, wymagające, aby terminologia stosowana w projektach ustaw, administracji publicznej i materiałach edukacyjnych uwzględniała **zasady równości ze względu na płeć**. Polska jest sygnatariuszką obu tych aktów. Istnienie regulacji prawnych dotyczących języka pokazuje, że instytucje międzynarodowe rozpoznają pewne schematy komunikacyjne jako trwały nośnik uprzedzeń.

W skrócie:

- **Unikajmy zwrotów, w których kobieta definiowana jest poprzez mężczyznę, a nie jako samodzielna istota,** np. czyjaś żona, córka, partnerka czy matka.
- **Podkreślamy i doceniamy sprawcość kobiet w historii** – np. Polki wywalczyły, a nie otrzymały prawa wyborcze.
- **Stosujmy odpowiedni rodzaj gramatyczny** – kobiety określajmy rodzajem żeńskim, a mężczyzn męskim, chyba że zwracamy się wprost do osoby, która sobie tego nie życzy.



- **Stosujmy żeńskie formy gramatyczne prestiżowych funkcji i zawodów**
– nie umniejsza to ich powagi, pokazuje zaś, że kobiety pełnią je równie dobrze jak mężczyźni.
- **Zauważajmy obecność kobiet w grupie** – gdy w grupie większość stanowią kobiety, zamiast zbiorczego określania w rodzaju męskim, możemy zastosować formę żeńską.
- **Zachowujmy opcjonalność rodzaju** – zwracajmy się do uczennic i uczniów, ekspertów – ekspertek lub prelegentów i prelegentek.
- **Przestańmy opisywać wygląd i oceniać atrakcyjność** – tam, gdzie nie ma to związku z tematem, wnioskowanie na podstawie wyglądu prowadzi do krzywdzących uproszczeń.
- **Unikajmy przysłów i powiedzeń, które umacniają stereotypy**, takich jak *męska decyzja, baba z jajami, babskie gadanie, babska logika*.
- **Cytujmy rzeczniczki i ekspertki** – szczególnie w twardych, tradycyjnie kojarzonych z mężczyznami dziedzinach i branżach.
- **O sprawy związane z obszarem decyzyjności i wiedzy kobiet**
– takie jak macierzyństwo, ciąża czy zdrowie reprodukcyjne – pytajmy kobiety.

Język jako narzędzie kreowania rzeczywistości

Badania lingwistyczne dowodzą, że to, jak mówimy, nie jest jedynie odbiciem rzeczywistości, ale także **narzędziem jej kreowania** – to ogromne pole dla **aktywizmu słowa**, który można realizować poprzez media. W tekstach prasowych da się korygować nierówności i wykluczać mechanizm dyskryminacji kobiet.

Po pierwsze, tworząc treści medialne, nie należy powielać **stereotypowych wizerunków kobiet**. Obecnie funkcjonują dwa podstawowe stereotypy kobiecości: tradycyjny i nowoczesny (oraz wiele podtypów, np. chłopczyca, żona, lesbijka, singielka, teściowa). Pierwszy podkreśla odpowiedzialność kobiet za wychowanie dzieci oraz stworzenie prawdziwego domu, drugi propaguje wzór kobiety realizującej swoje ambicje w sferze zawodowej i publicznej bez ograniczeń wynikających z roli opiekuńczej. Wiele badań wskazuje, że w większości przekazów dominuje model tradycyjny – kobiety są opisywane jako bierne i pozbawione ambicji na tle aktywnych zawodowo i sprawczych mężczyzn.

Przejawy dyskryminacji kobiet w języku

Kategoriami stereotypizacji są **wygląd zewnętrzny, role społeczne, zachowania i cechy osobowości**, a także **miejscia**, w których prezentuje się kobiety. W wariantie tradycyjnym są przedstawiane jako skupione na innych, niosące pomoc, opiekuńcze. Charakteryzuje je wrażliwość, bezinteresowność, gotowość do poświęceń i wysoki poziom empatii, a ekspresja emocjonalna wyraża się poprzez delikatność, uprzejmość i życzliwość. Biorąc pod uwagę kwestię prezenacji, stereotypowa kobiecość polega na wdzięku, schludnym wyglądzie i subtelności. Kobiety ukazuje się przede wszystkim w relacjach rodzinnych i przyjacielskich (partnerka, matka, przyjaciółka), a ich podstawowym środowiskiem jest dom. Stereotypowe wady to skłonność do narzekania, nadwrażliwość, gadatliwość, kłotliwość, małostkowość, wyrachowanie – nierzadko kojarzone z cyklem menstruacyjnym.

Przypisane role społeczne ściśle wiążą się ze stereotypami dotyczącymi zawodów. Istnieje przekonanie, że kobiety sprawdzają się w profesjach, które stanowią przedłużenie ich ról rodzinnych – w zadaniach związanych z pomocą (pielęgniarka), opieką (przedszkolanka), okazywaniem empatii (terapeutka) i komunikatywnością (nauczycielka). Na tym gruncie doszło w Polsce do dyskusji na temat stosowania **feminatywów** w odniesieniu do nazw zawodów i stanowisk uznawanych za prestiżowe i stereotypowo męskie. W czasach PRL formy męskoosobowe były odbierane jako bardziej nobilitujące, co doprowadziło do wykluczenia ›żeńskich końcówek‹ z nazewnictwa godności, funkcji i zawodów postrzeganych społecznie jako wyższe rangą. Do momentu opublikowania **Stanowiska Rady Języka Polskiego w sprawie żeńskich form** nazw zawodów i tytułów, trwały kontrowersje wokół symetrii systemu rodzajowego. Jednak w listopadzie 2019 roku Rada ukróciła wiele dyskusji, stwierdzając, że większość argumentów przeciw tworzeniu nazw żeńskich jest pozbawiona podstaw. Obecnie nie ma powodu, by unikać określeń *chirurżka, posłanka czy architektka*.

Asymetryczne widzenie kobiet i mężczyzn przejawia się na poziomie języka także w **pozytywnym zabarwieniu kolokacji odnoszących się do mężczyzn (męska rozmowa, chłopski rozum) i negatywnym zabarwieniu tych, które odnoszą się do kobiet (babskie gadanie, babska logika)**.

Powtarzanie tych zestawień umacnia dyskryminację także wtedy, gdy podaje się je dla żartu. W ten sposób skojarzenie pozostaje żywe w naszej kulturze.

Językowa niewidzialność kobiet

Językowa niewidzialność kobiet to kolejne zjawisko utrzymujące nierówność płci. Zarówno w prasie, jak i komunikatach reklamowych czy ostrzegawczych spotykamy się z takim sposobem redagowaniem tekstu, który daje poczucie, że są one skierowane wyłącznie do mężczyzn, z pominięciem kobiet: *zostań klientem naszego banku; strajk nauczycieli; zniżka dla studenta; odznaka dzielnego pacjenta.*





Sytuacji nie ułatwia gramatyka języka polskiego. Opisując panel dyskusyjny z udziałem 10 kobiet i 1 mężczyzny, można napisać, że »paneliści dyskutowali«, zgodnie z zasadą, że obecność jednego mężczyzny implikuje **użycie rodzaju męskoosobowego do opisu całej grupy**.

W imię ekonomii języka rodzaj męskoosobowy uznaje się za uniwersalny, skracający przekaz – znów kosztem widzialności kobiet. Inne aspekty polszczyzny, które składają się na językowy androcentryzm, to **używanie rzeczowników męskoosobowych jako form ogólnych – obywatele, przedstawiciele, podatnicy, używanie męskich form przyimków i imiesłówów w funkcji rzeczowników gatunkowych – ubezpieczony, poszkodowany, aresztowani, czy stosowanie form męskich w poleceniach, instrukcjach i opisach bez względu na płeć adresata:** Jak rozwiązałbyś to zadanie? (np. w podręcznikach dla dzieci).

JAKIE PRAKTYKI ANTYDYSKRYMINACYJNE WARTO WPROWADZIĆ, ABY NIE POWIELAĆ SEKSISTOWSKICH KLISZ, NIE RANIĆ I NIE WYKLUCZAĆ?

24

Sformułowania wtłaczające kobiety w stereotypowe i negatywne wyobrażenia

Prezentując modele rodziny, spróbujmy przełamać tradycyjny wizerunek mamy, zajmującej się jedynie porządkami i dziećmi. Pokazujmy związki jednopłciowe i samodzielne macierzyństwo. Opisujmy historie, w których dziewczynki odważnie odkrywają świat, poszukują przygód oraz uprawiają różne sporty, a nie tylko bawią się „w dom”. Unikajmy zwrotów, w których kobieta definiowana jest wyłącznie poprzez mężczyznę, a nie jako samodzielna istota, np. czyjaś żona, córka, partnerka czy matka. **Podkreślajmy i docenijmy sprawczość kobiet w historii** – np. Polki wywalczyły, a nie otrzymały prawa wyborcze.

Rodzaj gramatyczny zgodny z rodzajem naturalnym

Kobiety określajmy rodzajem żeńskim, a mężczyzn męskim, chyba że zwracamy się wprost do osoby, która sobie tego nie życzy. Są akademiczki, które preferują, by mówić do nich *pani profesor*, zamiast *pani profesoro*. **Tworzenie żeńskich nazw zawodów** cieszących się wysokim prestiżem nie sprawia dużej trudności. Powtarzanie ich daje możliwość osłuchania się z nimi i zwiększa szanse na ich utrwalenie w potocznym języku. Miejmy na uwadze, że język jest narzędziem włączania konkretnych grup, ale także swoistego zapraszania kobiet na stanowiska ministr, prezydentek i premierek.

Obecność kobiet w grupie i wypowiedzi uwzględniające

Gdy w grupie większość stanowią kobiety, zamiast zbiorczego określenia w rodzaju męskim zastosujmy **formę żeńską**. W miarę możliwości zwracajmy się do *uczniów i uczennic*, a nie tylko do *uczniów*. W tekstuach internetowych, gdzie swoboda zapisu jest większa, zachowujmy opcjonalność rodzaju, np. *ekspertów/ekspertek* lub *ekspertów/ek*.

Opisywanie wyglądu i oceny atrakcyjności

Praktyka odnoszenia się do **ubioru** czy **fizjonomii kobiet** ma charakter uprzedmiotowania i wywodzi się ze stereotypowego wymagania schludności, wdzięku czy tradycyjnie pojętej przyzwoitości. Omawianie długości spódniczy czy głębokości dekoltu kobiety oraz wyciąganie wniosków na tej podstawie otwiera drogę do krzywdzących uproszczeń.

Porównania wolne od uprzedzeń

Unikajmy reprodukowania przysłów i powiedzeń, które umacniają stereotypy. Hasła *męska decyzja, baba z jajami* albo *płakać jak baba* mają wyraźnie wartościujący wydźwięk.

Dobór i cytowanie ekspertek i rzeczniczek

Częściej sięgajmy po wypowiedzi i prace naukowe kobiet, szczególnie w tzw. twardych dziedzinach. Głos kobiet jest częściej obecny w tzw. miękkich obszarach, np. tematyce społecznej, prorodzinnej czy artystycznej. Brakuje go natomiast w materiałach dotyczących polityki i ekonomii. Mając do wyboru mężczyznę i kobietę o podobnych kwalifikacjach i wiedzy, wybierajmy kobietę, aby przełamać stereotypy. O sprawy związane z obszarem decyzyjności i wiedzy kobiet – takie jak macierzyństwo, ciąża czy zdrowie reprodukcyjne – pytajmy kobiety – aby nie dochodziło do kuriozalnych sytuacji, że w telewizyjnym studio dyskutują o nich wyłącznie mężczyźni.

Podział na kategorie kobiece/męskie nie wyczerpuje kwestii płci. Zamiast tworzyć założenia na podstawie cudzego wyglądu, dopytajmy o to, w jakiej formie należy zwracać się do konkretnej osoby. Miejmy na uwadze, że emancypuje się także polszczyna niebinarna i nie wahajmy się jej stosować.



JAK MÓWIĆ I PISAĆ O MIGRANTACH

Kalina Czwarnóg
Członkini Zarządu Fundacji Ocalenie

Wszyscy jesteśmy migrantami

Ludzie migrują od początku swojego istnienia jako gatunku. Jest to proces naturalny i stały. Istnieje wiele definicji migracji, ponieważ jest to temat bardzo złożony i wielowymiarowy. Na potrzeby tej publikacji musimy jednak przyjąć pewną definicję i zastosować trochę uproszczeń, gdyż nie jesteśmy wszyscy akademickimi/akademikami. **Migracje można określić jako przemieszczenie terytorialne związane ze względnie trwałą zmianą miejsca zamieszkania.** Wyprowadzka z Radomia do Warszawy na studia również jest migracją. Na potrzeby niniejszego tekstu ograniczę się jednak tylko do migracji międzynarodowych.

Nikt nie wie, ile jest w Polsce migrantów i migrantek. Żadna instytucja nie ma dokładnych danych na ten temat. **Szacuje się, że jest to obecnie około 2 milionów osób.** Mnogość celów przyjazdu, statusów pobytowych, dróg legalizacji i wyjątków przyprawia o zawrót głowy. Jednak wbrew pozorom poprawna nomenklatura w odniesieniu do osób migrujących do Polski nie jest aż tak skomplikowana, jakby się mogło wydawać. W tej publikacji przejdziemy od ogółu do szczegółu, by zdefiniować wszystkie najczęściej spotykane pojęcia.

W skrócie:

- ➔ **Migrant/migrantka** – jest to merytorycznie poprawne określenie wszystkich osób, które zmieniły miejsce/kraj zamieszkania/pobytu.
- ➔ **Uchodźca/uchodźczyni** – osoba, która na skutek uzasadnionej obawy przed prześladowaniem ze względu na swoją rasę, religię, narodowość, przynależność do określonej grupy społecznej lub poglądy polityczne przebywa poza krajem, którego jest obywatelem/obywatelką i ze względu na te obawy nie chce lub nie może do niego powrócić.
- ➔ **Azyl** – status przyznawany tylko w szczególnych przypadkach, kiedy pobyt danej osoby w nowym kraju jest podyktowany ważnym interesem państwa przyjmującego azylanta lub azylantkę. Nie należy go mylić ze statusem uchodźcy.
- ➔ **Osoby wewnętrznie przesiedlone** – osoby, które musiały opuścić miejsce swojego zamieszkania ze względu na działania wojenne lub prześladowania, a nie mają środków lub możliwości, by opuścić swój kraj pochodzenia.
- ➔ **Imigranci/imigrantki** – osoby przyjeżdżające do nowego kraju w ramach migracji dobrowolnych (praca, edukacja, połoczenie z rodziną). Błędem jest nazywanie osób migrujących do Polski **emigrantami/emigrantkami**. Z emigracją mamy do czynienia, kiedy ktoś wyjeżdża z kraju.
- ➔ Używanie terminu **migrant ekonomiczny/migrantka ekonomiczna** może nasuwać krzywdzące skojarzenia z lenistwem czy wykorzystywaniem systemu pomocy społecznej. Rozpowszechnienie tego terminu bez podkreślenia obecności innych motywów przyjazdu daje pole do stygmatyzacji i krzywdzących skrótów myślowych.



- ➔ **Repatriacja** – forma migracji, gdy władze danego kraju organizują przesiedlenie swoich obywateli i obywatelek, którzy i które w ramach działań wojennych, zmian granic czy przymusowych przesiedleń znaleźli i znalazły się poza jego terytorium. Repatriacja dotyczy również potomków osób przymusowo przesiedlanych.
- ➔ Takie sformułowania, jak „zalew imigrantów”, „fala uchodźców”, a także używanie w tym kontekście takich słów, jak „najazd”, „inwazja”, „nachodźcy”, jest przejawem dehumanizacji osób migrujących. Używanie tego typu języka wzbudza w odbiorcach strach, może wzmagać uprzedzenia i przyczynić się do negatywnego nastawienia wobec cudzoziemców i cudzoziemek.
- ➔ Stosowanie zwrotu „nielegalny imigrant/nielegalna migrantka” jest nie tylko niepoprawne, ale też stigmatyzujące. Osobę bez ważnego dokumentu uprawniającego do pobytu nazywamy **nieuregulowanym migrantem/nieuregulowaną migrantką** lub **migrantem/migrantką o nieudokumentowanym (lub nieuregulowanym) statusie**.

28



Migrant/migrantka – czyli kto?

Najogólniejszym terminem, jakiego możemy użyć w stosunku do osoby, która zmienia miejsce/kraj zamieszkania/pobytu, jest **migrant/migrantka**. Jest on właściwy wobec wszystkich osób, które przyjechały z innego kraju do Polski, bez względu na powód ich przyjazdu. Migrant/migrantka jest więc pojęciem bardzo pojemnym: mieści w sobie wiele znaczeń, ale jest przez to mało konkretne.

Migracje zwykło się dzielić na dobrowolne i przymusowe. **Migracje dobrowolne** to takie, które nie są spowodowane przez zagrożenie bądź przymus zewnętrzny. Stanowią one oficjalnie większość globalnych migracji. Z **migracją przymusową** mamy do czynienia, kiedy osoby muszą opuścić swój kraj przez niezależne od nich okoliczności: wojny, prześladowania, rażące łamanie praw człowieka w kraju pochodzenia. Te same osoby, niepostawione przed koniecznością wyjazdu w celu ratowania życia i wolności swojej i swoich bliskich, prawdopodobnie nie zdecydowałyby się na migrację (a przynajmniej na migrację w tym samym momencie). Najbardziej znany, najczęstszy, a równocześnie budzący w ostatnich latach największą emociji rodzajem migracji przymusowej jest uchodźstwo.

To, kogo możemy nazwać **uchodźcą/uchodźczynią**, jest prawnie zdefiniowane w Konwencji Genewskiej. Zgodnie z zamieszczoną tam definicją, uchodźca to osoba, która na skutek uzasadnionej obawy przed prześladowaniem ze względu na swoją rasę, religię, narodowość, przynależność do określonej grupy społecznej lub poglądy polityczne przebywa poza krajem, którego jest obywatelem/obywatelką, i ze względu na te obawy nie chce lub nie może do niego powrócić.

Uchodźca zgodnie z prawem **jest więc osoba, której** – po rozpatrzeniu jej indywidualnego wniosku – **przyznano formę ochrony międzynarodowej zwaną statusem uchodźcy**. Według szacunków Wysokiego Komisarza Narodów Zjednoczonych do Spraw Uchodźców w 2019 roku na świecie na uchodźstwie przebywało 26 milionów osób. W Polsce w 2019 roku o przyznanie takiego statusu poprosiło ponad 4 tysiące osób. Pozytywnie rozpatrzono jedynie 272 wnioski. Co ciekawe, na przestrzeni ostatnich kilkunastu lat – bez względu na to, kto w Polsce rządzi, na sytuację geopolityczną, kraje pochodzenia osób ubiegających się o status uchodźcy czy ich liczbę – liczba pozytywnych decyzji oscyluje zawsze na poziomie 200–300 rocznie.

Większość uchodźców w naszym kraju to osoby pochodzące z krajów byłego ZSRR, a największą grupę stanowią niezmiennie obywatele i obywatełki Rosji narodowości czeczeńskiej. Na świecie najwięcej uchodźców pochodzi z Syrii, Wenezueli i Afganistanu. Wbrew powszechnemu stereotypowi **85 proc. uchodźców/uchodźczyń przyjmują kraje rozwijające się**, najwięcej goszczą Turcja, Kolumbia i Pakistan. Tradycyjnie ponad połowa uchodźców w Polsce to kobiety, a ponad 40 proc. to dzieci.

Polska stosuje również inne formy ochrony i zezwoleń na pobyt ze względu na potencjalne zagrożenie osoby i jej praw w kraju pochodzenia (ochrona uzupełniająca, pobyt ze względów humanitarnych, pobyt tolerowany), zdarza się więc, że potocznie nazywa się uchodźcami osoby ze wszystkimi powyższymi formami pobytu.

Błądzie jest mylenie statusu uchodźcy z azylem. **Azyl** przyznawany jest znacznie rzadziej i tylko w szczególnych przypadkach, kiedy pobyt danej osoby w nowym kraju jest podyktowany ważnym interesem tego państwa. Często więc azyl przyznawany jest znanym dysydentom lub... szpiegom!

Większość osób na świecie, które musiały opuścić swoje domy ze względu na działania wojenne lub prześladowania, a nie mają możliwości, by opuścić kraj pochodzenia, przemieszcza się lub jest przesiedlana w ramach terytorium kraju. W takiej sytuacji mówimy o osobach **wewnętrznie przesiedlonych** (lub potocznie **uchodźcach wewnętrznych**). W takiej sytuacji znajduje się obecnie prawie 46 milionów osób na świecie.

Osoby przyjeżdżające do nowego kraju w ramach migracji dobrowolnych – do pracy, w celach edukacyjnych czy jako członkowie rodzin – nazywamy **imigrantami/imigrantkami**. Błądzie, który często pojawia się w medialnych wypowiedziach dotyczących osób migrujących do Polski, jest nazywanie ich **emigrantami/emigrantkami**. Z emigracją mamy bowiem do czynienia, kiedy ktoś wyjeżdża z kraju. Emigrantami więc są Polki i Polacy w Wielkiej Brytanii.

Wyjątkową formą migracji jest **repatriacja**. Dochodzi do niej, kiedy władze danego kraju organizują przesiedlenie swoich obywateli, którzy w ramach działań wojennych, zmian granic czy przymusowych przesiedleń znaleźli się poza jego terytorium. Obecnie Rzeczpospolita Polska prowadzi program repatriacji dla osób pochodzenia polskiego i ich rodzin, który ma na celu ich przesiedlenie na stałe do Polski i nadanie polskiego obywatelstwa. O repatriację mogą obecnie starać się osoby z Armenii, Azerbejdżanu, Gruzji, Kazachstanu, Kirgistanu, Tadżykistanu, Turkmenistanu, Uzbekistanu, a także azjatyckiej części Rosji.

O migracji bez straszenia

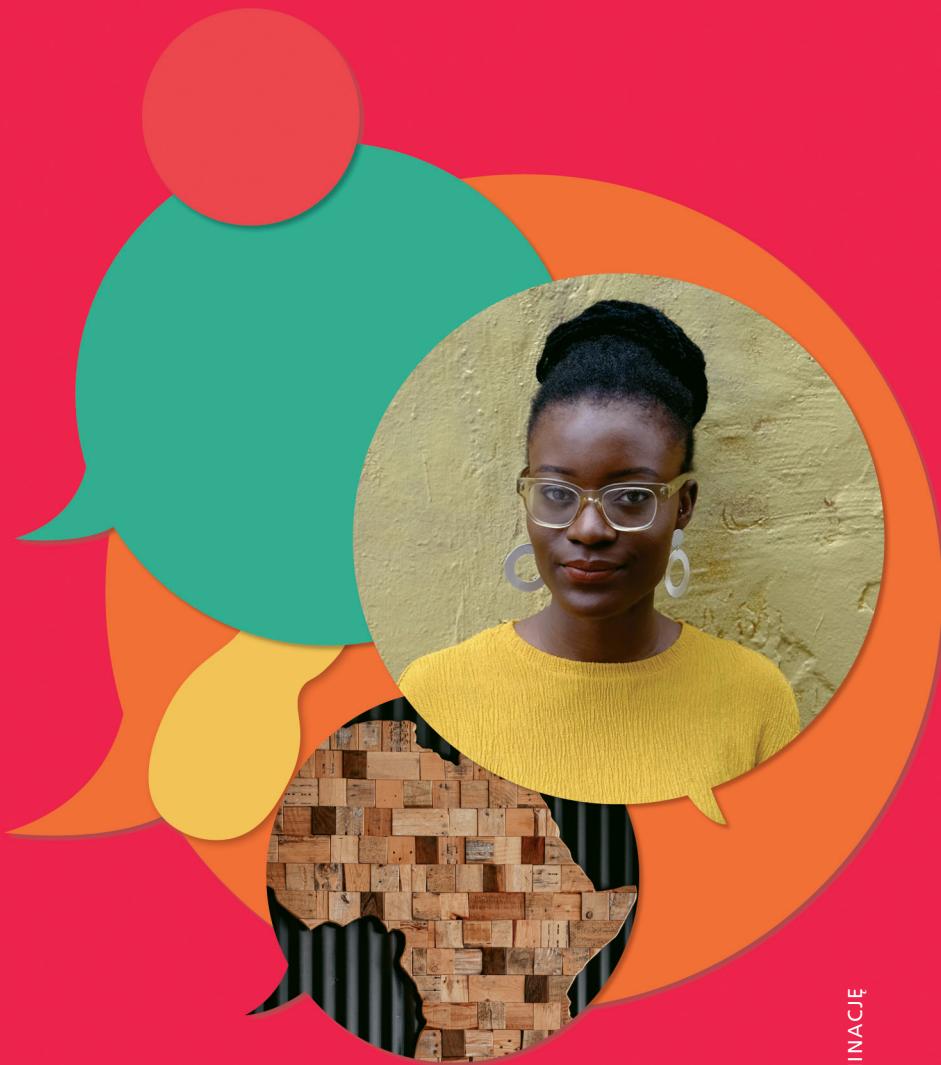
Odradzamy także używanie terminu „**migrant ekonomiczny/migrantka ekonomiczna**”, który może nasuwać krzywdzące skojarzenia z lenistwem czy wykorzystywaniem systemu pomocy społecznej. Decyzja o zmianie kraju zamieszkania jest dyktowana wieloma powodami. Rozpowszechnianie terminu „migrant ekonomiczny /migrantka ekonomiczna” bez podkreślenia obecności innych motywów przyjazdu daje pole do stigmatyzacji i krzywdzących skrótów myślowych. Niestety, od kilku lat widocznym zjawiskiem w mediach, dyskusjach politycznych i prywatnych rozmowach jest dehumanizacja osób migrujących.



Sformułowania takie jak „zalew imigrantów”, „fala uchodźców” narzucają odbiorcom/odbiorczynom negatywne skojarzenia z klęską żywiołową, ekstremalnym zjawiskiem naturalnym, na które człowiek nie ma wpływu i które powoduje szkody i zniszczenie. Jeszcze gorsze jest używanie w tym kontekście takich słów, jak „najazd”, „inwazja”, „nachodźcy”, sugerujących przemoc, wojnę, kolonizację. Używanie tego typu języka wobec osób migrujących wzbuza w odbiorcach i odbiorczyniach takiego przekazu strach, wzmaga uprzedzenia i przyczynia się do negatywnego nastawienia wobec cudzoziemców i cudzoziemek.

Na koniec apelujemy o nieużywanie zwrotu **nielegalny imigrant/nielegalna migrantka**. Nie ma w ogóle czegoś takiego jak nielegalny człowiek. Nielegalny może być czyn, jak kradzież czy fałszerstwo. Kiedy osoba przebywa w Polsce bez ważnego dokumentu uprawniającego ją do tego (np. wizy), to jej pobyt można uznać za nielegalny. Osobę taką nazywamy **nieuregulowanym migrantem/ nieuregulowaną migrantką lub migrantem/migrantką o nieudokumentowanym (lub nieuregulowanym) statusie**.

Stosowanie zwrotu „nielegalny imigrant/nielegalna migrantka” jest nie tylko niepoprawne, ale też stigmatyzujące. Sugeruje, że dana osoba popełnia przestępstwo, a przecież pobyt w Polsce bez wizy lub innego wymaganego zezwolenia nie jest przestępstwem.



JAK MÓWIĆ I PISAĆ O OSOBACH POCHODZĄCYCH Z AFRYKI

Paweł Średziński, Mamadou Diouf

Fundacja Afryka Inaczej

Wojciech Wagłowski, FleishmanHillard



Nie mów do mnie Murzyn. Afryka i Afrykanie

Szacunkowe dane wskazują, że w całej Polsce mieszka ponad 6 tys. osób pochodzących z Afryki, z czego około 1/4 przebywa w rejonie aglomeracji warszawskiej. Ich obecność nie zawsze ma charakter trwałego, a Polska bywa przystankiem na drodze ich życia. Nie jest to dużo, biorąc pod uwagę inne mniejszości. Grupa ta jest jednak bardzo zróżnicowana.

Kontynent afrykański tworzą 54 państwa, a jego mieszkańców posługują się blisko tysiącem języków – to zdecydowanie więcej niż liczba krajów tworzących Europę i liczba języków w niej występujących. Jednak podświadomy, a być może z powodów odległości kulturowej, Afrykę zdecydowanie częściej niż Europę traktujemy jako jeden organizm. Mamy trudność w zrozumieniu różnic między np. Senegalką a Somalijką, podczas gdy dość jasno widzimy takie między Szwedem a Węgrem.

W skrócie:

32

- ➔ Osoby o czarnej skórze uważają słowo **Murzyn** za obraźliwe. Niesie ze sobą negatywne stereotypy, odziera z indywidualności, zwykle jego użycie – odniesienie do rasy – nie jest uzasadnione.
- ➔ Zamiast **Murzyn** używajmy określeń odwołujących się np. do kontynentu – **Afrykanin** i **Afrykanka** lub do państwa pochodzenia – np. **Etiopczyk** i **Etiopka**. Mówimy przecież **Polak** i **Polka**, a nie **biały**.

Poznać, znaczy zrozumieć

Polskie rozumienie Afryki zostało ukształtowane przez historię, kulturę i literaturę. Jej wyobrażenia wciąż są inspirowane minioną epoką kolonializmu oraz obrazem Afryki, jaki kreują medialne przekazy nakierowane na ludzką tragedię, a także apele o wsparcie organizacji pomocowych działających w niektórych rejonach Afryki. Historia kolonializmu i niewolnictwa, Kali z powieści Henryka Sienkiewicza, Murzynek Bambo z wiersza Tuwima, Makumba z piosenki Big Cyc czy w końcu telewizyjne obrazy wojen i chorób wciąż wpływają na to, jak w Polsce postrzegani są mieszkańcy i mieszkańców Afryki. Takie wycinkowe i punktowe spojrzenie, znajduje odzwierciedlenie w języku i służy stereotypizacji. **Z kilkoma narosłymi mitami warto się szybko rozprawić.**

Afryka jest różnorodna. W jej kulturze wspólnota czy grupa jest ważniejsza niż jednostki. Pokrewieństwo, a szczególności powinowactwo, jest naturalnym spoiwem społecznym. Ludy oraz plemiona (wyrazy w Polsce już niemal zapomniane albo kojarzone z odległą przeszłością) są ważniejsze niż narody. Wciąż w Afryce funkcjonuje wiele religii rodzimych, w których „duchy” są łącznikiem między człowiekiem a bogiem.

Kontynent afrykański cechuje też bardzo silne zróżnicowanie gospodarcze. Występują obszary dobrobytu oraz biedy. Głównym bogactwem są surowce naturalne – miedź, złoto, ropa naftowa. Rośnie znaczenie turystyki. PKB na mieszkańca Seszeli czy Mauritiusa jest wyższy niż Argentyny. Jednocześnie dół tej samej tabeli okupują Kongo, Republika Środkowoafrykańska i Burundi.

Wyobraźnia kształtuje język

W codziennej rzeczywistości słowom nadawane jest znaczenie nie tylko słownikowe. Na sens równie mocno wpływa wyobraźnia mówcy, kontekst i pryzmat własnych doświadczeń dziennikarza czy PR-owca. Jest to szczególnie istotne dla opisu Afryki i jej mieszkańców.

Ze świecą można szukać osób mających na myśli np. mieszkańca Włoch czy Francji, które mówią o nim tubylec. Zdecydowanie częściej słowo to używane jest w przypadku mieszkańców i mieszkańców Afryki czy Australii. Cały świat jest zamieszkiwany przez tubylców, jednak jego społeczne rozumienie jest zawężone do kilku grup geograficznych.

Także słowo *plemię* zdecydowanie częściej kojarzy się z dzikością i brakiem kultury niż organizacją i więzami społecznymi, które je słownikowo definiują.

Oprócz używania słów, których znaczenie i kontekst kształtuje wyobrażenia, w Polsce niestety wciąż w mowie potocznej używa się takich rasistowskich określeń, jak *asfalt, czarnuch* czy *bambus*.

Murzynka i Murzyn

Najistotniejszą kwestią jest jednak obecnie użycie słowa **Murzyn** i **Murzynka**. **Słowa te są obraźliwe dla mieszkańca Afryki i nie powinny być w ogóle używane**, co dla osoby mieszkającej w Polsce może być trudne do zrozumienia. Jest jednak ku temu kilka istotnych powodów. Po pierwsze, **dawno ukształtowane skojarzenia z tym słowem są negatywne**. Etymologiczny słownik języka polskiego wskazuje, że określenie Murzyn pojawiło się w języku polskim w XIV wieku jako przekład łacińskiego słowa *Aethiops*, co oznacza »ciemnolity«. Źródłem tego określenia mogło być jednak łacińskie słowo *Maurus* oznaczające mieszkańca Mauretanii lub osobę o ciemnym kolorze skóry.

Pierwsze wizerunki człowieka o ciemnej karnacji pojawiły się w Polsce pod wpływem chrześcijaństwa – przedstawiały jednego z trzech królów odwiedzających Jezusa w Betlejem. Jako osobę o ciemnym kolorze skóry przedstawiano także diabła – czyli zło wcielone w ludzką postać – co w przeszłości sprzyjało kształtowaniu negatywnego odbioru osób o ciemnym kolorze skóry, szczególnie wśród mniej wykształconych warstw społecznych.

Po drugie, **dla Afrykanina słowo Murzyn kojarzy się z czymś obraźliwym**. Miało na to wpływ nieporozumienie językowe. Niefortunnie przetłumaczono słowo Murzyn na język angielski jako *nigger*. *Nigger* jest określeniem bardzo obraźliwym i oznacza czarnucha. Błąd ten mocno zakorzenił się w języku potocznym.



Jeśli nie Murzyn, to kto?

Z przyczyn emocjonalnych i poznawczych rozsądne wydaje się nazywanie ludzi w sposób uwzględniający ich miejsce pochodzenia. Istotne więc będą aspekty geograficzne i narodowościowe. **Tak jak mówimy Polak, powinniśmy mówić Sudańczyk czy Somalijczyk, a nazwy Afrykanin używać tak, jak używamy nazwy Europejczyk.**

Słowo Murzyn nie jest w ogóle potrzebne, tak jak nie występuje określenie osób o białej karnacji. I nie chodzi tu o dyktaturę poprawności politycznej, ale odrobinę empatii i zwykłą ludzką przyzwoitość.

[Dowiedz się więcej](#)

Sami Afrykanie zanim poznają język polski, często uczą się języka angielskiego, stąd niemal od razu przypisują słowu Murzyn negatywny kontekst.

Zwolennicy używania słowa Murzyn powołują się na jego neutralną etymologię. Jednak warto zauważać, że **jest to słowo określające drugiego człowieka przez pryzmat koloru skóry**. Ludzie o ciemnej karnacji to osoby urodzone i zamieszkujące w różnych częściach świata i identyfikujące się z różnymi religiami – nie ma potrzeby łączenia ich w jedną grupę w sposób, w jaki to czyni słowo Murzyn. Określenie to nie wyjaśnia niczego poza kolorem skóry, a informacja ta sama w sobie jest zazwyczaj nieistotna.

W opinii prof. UW dr hab. Marek Łaziński z Rady Języka Polskiego stwierdza, że „**słowo »murzyn« jest obarczone złymi skojarzeniami**. Krzywdząca frazeologia dotyczy też innych grup ludzkich czy narodów, ale stereotypizacja osób czarnoskórych jest w polszczyźnie wyjątkowa i nieporównywalna z sytuacją w językach sąsiadów. Z tego m.in. powodu powinno być używane jedynie na prawach historycznego cytatu (jak Murzyn zrobił swoje... w cytacie z Fryderyka Schillera)“⁷.

⁷ (https://rjp.pan.pl/index.php?option=com_content&view=article&id=1892:murzyn-i-murzynka&catid=44&Itemid=208).



JAK MÓWIĆ I PISAĆ O ŻYDACH

Anna Makówka-Kwapisiewicz, Anna Zielińska

Żydowskie Stowarzyszenie Czulent

współpraca Marta Guze-Korszyńska,
Aleksandra Laskowska

Biuro Komunikacji Społecznej
Gminy Wyznaniowej Żydowskiej w Warszawie

*Śmierć i żywot są w mocy języka
– Miszlei 18:21 (Księga Przysłów)*

Słowa, które ranią

Pierwsze doniesienia historyczne o społeczności żydowskiej w Polsce pochodzą z IX wieku. Życie Żydów rozwijało się w ośrodkach miejskich wokół gmin żydowskich, pełniących funkcję samorządu żydowskiej społeczności. Gminy Wyznaniowe Żydowskie nadal prowadzą swoją działalność, są podstawowymi organizacjami wspólnot żydowskich i wchodzą w skład Związku Gmin Wyznaniowych Żydowskich w RP. Obecnie szacunki poszczególnych organizacji wskazują, że społeczność żydowska liczy między 3000 a 200 000⁸ osób. Według spisu powszechnego z 2011 roku⁹ w Polsce mieszka około 7500 Żydów, jednak organizacje żydowskie szacują, że polska społeczność żydowska liczy od kilkunastu tysięcy do około 30 tysięcy osób.

W skrócie:

- ➔ **Żyd/Żydówka** – poprawne, neutralne i nieobrażliwe określenie członków narodu żydowskiego, mniejszości żydowskiej lub wyznawców judaizmu.
- ➔ **Starozakonni, izraelici, judańscy** – wyrażenia neutralne, lecz archaiczne.
- ➔ **Izraelczycy** – mieszkańcy państwa Izrael.
- ➔ **Izraelici** – grupa etniczna zamieszkująca królestwo Izraela w czasach biblijnych.
- ➔ **Holokaust, Shoa** – określenia opisujące wymordowanie milionów Żydów w czasie drugiej wojny światowej, pisane wielką literą.
- ➔ **Żydokomuna** – pojęcie o pejoratywnym zabarwieniu, przypisujące Żydom, na przekór faktom, szczególną rolę i liczebność w ruchu komunistycznym.
- ➔ **Żydek, Żydówczka, Żydziątko** – zdrobnienia o mocno obrażliwym zabarwieniu (tak jak Polaczek, Polaczki).
- ➔ **„Żydzić” czy „wyżydzić”** w znaczeniu skąpić lub wyłudzić – określenia powielające negatywne stereotypy na temat Żydów.

Żyd i Żydówka

Polska to kraj, gdzie nadal, jak pisał prof. Leszek Kołakowski, samo słowo Żyd stanowi „abstrakcyjny symbol ujemny”, stanowi element wyzwiska, rodzaj określenia pejoratywnego, ukierunkowanego bądź przenoszącego agresję¹⁰.

⁸ J. Maltz, Despite anti-Semitism Fears, Poland, Åœs Jews Refuse to Hide Away, Haaretz, 1 maja 2018, <https://www.haaretz.com/world-news/europe/.premium.MAGAZINE-despite-anti-semitism-fears-poland-s-jews-refuse-to-hide-away-1.6045384>.

⁹ https://stat.gov.pl/files/gfx/portalinformacyjny/pl/defaultaktualnosci/5670/22/1/1/struktura_narodowo-etniczna.pdf.

¹⁰ J. Tokarska-Bakir, *Legendy o krwi. Antropologia przesądu*, Wydawnictwo W.A.B., Warszawa 2008, s. 43.



Tymczasem wyrazy **Żyd**, **Żydówka** są neutralnymi i poprawnymi określeniami członków narodu żydowskiego, mniejszości żydowskiej, wyznawców judaizmu. Są to słowa, które powinny w neutralny sposób określać osobę wyznającą judaizm lub mającą pochodzenie żydowskie, tak jak Francuz, Polak czy wyznawca innej religii, np. buddysta albo chrześcijanin.

Niestety, słowo Żyd w języku potocznym często wykorzystywane jest jako obelga, synonim nieuczciwości, skąpstwa: *skąpy jak Żyd*, *chciwy jak Żyd*, *chytry jak Żyd* itd. Inne obraźliwe wyrazy to gudłaj, mosiek, parch, żydek, żydlaczenie, żydofil, Żydowica, Żydowin, Żydowo, żydożercy, **Żydóweczka**, **Żydziątko** itd.

Starozakonni, judaiści, mozaïści, Izraelczycy i Izraelici

Często w obiegu publicznym pojawiają się takie określenia, jak **Starozakonni**, **izraelici**, **judaiści** czy **mozaïści**. Są to terminy wykorzystywane w dwudziestoleciu międzywojennym głównie przez intelektualistów katolickich, którzy obawiali się lub nie chcieli używać słowa Żyd. Są poprawne, ale już przestarzałe i obecnie bardzo rzadko spotykane. Mieszkańców Izraela nazywamy **Izraelczykami**, a nie **Izraelitami**, gdyż Izraelici to grupa etniczna zamieszkująca królestwo Izraela w czasach biblijnych.

37

Antysemityzm w języku



Różne przejawy antysemityzmu, stereotypów i uprzedzeń znajdują swoje odbicie zarówno w mowie potocznej, jak i dyskursie społeczno-politycznym. Dlatego nie powinno się publicznie przytaczać dowcipów, przysłów i powiedzeń, które umacniają te stereotypy. Przykładem słów raniących są czasowniki **żydzić**, **wyżydzić**. Szkodliwa jest również generalizacja, zwłaszcza przypisywanie całej grupie cech jednej osoby, ponieważ nie każdy Żyd jest bogaty i nie każdy Żyd jest kapitalistą, bankierem czy komunistą.

Określeniem zdecydowanie negatywnym jest też **żydokomuna**, przypisujące Żydom szczególną rolę i liczebność w ruchu komunistycznym w Rosji. W Polsce było wykorzystywane podczas wojny bolszewickiej w propagandzie endeckiej, utożsamiającej Żydów z komunistami – wrogami Polski. Na świecie spopularyzowane przez propagandę nazistowską.

Należy także unikać sformułowań określających Żydów/-ki jako grupę, która wykorzystuje władzę, łączy się i robi interesy tylko ze „swoimi”, by zaspokajać żydowską chciwość i chęć władzy nad światem.

Antysemickie mity

Postawa niechęci i wrogości wobec Żydów wiąże się z antysemityzmem, dlatego bardzo ważne jest to, aby w charakterystyce Żydów, państwa Izrael lub Izraelczyków **nie nawiązywać do negatywnych określeń kojarzonych z historycznym antysemityzmem** typu: oskarżenia o bogobójstwo, spowodowanie śmierci Jezusa, porywanie dzieci, rytualne spożywanie krwi chrześcijańskich dzieci.

Przykładem niewłaściwego przekazu są też teksty bazujące na **teoriach spiskowych**, które rozpowszechniają antysemickie przekazy obwiniające Żydów/-ki o najgorsze tragedie świata. Bazują one na nieprawdziwych, odmawiających człowieczeństwa, demonizujących i opartych na stereotypach opiniach o Żydach, powielających **mit o międzynarodowym spisku żydowskim** (powoływanie się na żydowskie pochodzenie George'a Sorosa) czy o kontrolowaniu przez Żydów mediów, gospodarki, rządu lub instytucji społecznych (powoływanie się na żydowskie pochodzenie Adama Michnika).

Holokaust i Shoa

Poruszając tematy związane z zamordowaniem milionów Żydów w czasie II wojny światowej, należy używać słów: **Holokaust** i **Shoa** pisanych wielką literą.

Szczególnie bolesne są przekazy zaprzeczające Holokaustowi. Takie mówienie i pisanie bezcześci pamięć milionów zamordowanych i bagatelowizuje zbiorową traumę, a także podstawy tożsamości wielu Żydów w Polsce i na świecie. Antysemici pod hasłem „**kłamstwo oświęcimskie**” rozpowszechniają fałszywe idee, że Żydzi jako naród i Izrael jako państwo wymyślili lub wyolbrzymiają Zagładę – użycie komór gazowych w obozach koncentracyjnych czy zawyżona liczba ofiar. Negują fakt ludobójstwa ludności żydowskiej przeprowadzonego przez niemieckich narodowych socjalistów i ich wspólników podczas II wojny światowej.

Mowa nienawiści – antysemityzm w przestrzeni publicznej

Warto pamiętać, że nie tylko słowa i wyrażenia mogą mieć antysemicki wydźwięk. Takie są także zastępujące je obrazy. Obok oczywistych symboli nazistowskich jednym z najczęściej spotykanych przekazów jest **gwiazda Dawida wisząca na szubienicy**. Gwiazdę Dawida jako obelżywy znak pod adresem rywali stosują często kibice polskich drużyn piłkarskich.

Wiele emocji wśród społeczności żydowskiej wywołują **obrazy Żyda z pieniążkiem**. Nawet jeżeli są kupowane i wieszane w domach w dobrej wierze, bez negatywnych ocen ze strony posiadacza, to w opinii innych osób mogą ugruntowywać obraz Żyda jako osoby robiącej interesy, lichwiarza, czyli kogoś, kto żyje z cudzej krzywdy.

Napisy na murach: „Bij Żyda”, „Zabij Żyda”, „Żydzi do gazu” uważa się za bazgroły, co powoduje, że są postrzegane tylko jako przejaw vandalizmu. Tymczasem trzeba je widzieć jako przejaw mowy nienawiści, coraz częściej pojawiającej się w dyskursie publicznym w Polsce.



Ilustrowanie materiałów o Żydach w mediach tradycyjnych i społecznościowych

Artykuły i wiadomości o Żydach i Żydówkach, a także państwie Izrael często są ilustrowane zdjęciami lub **obrazami przedstawiającymi ultraortodoksyjnych Żydów i ultraortodoksyjne Żydówki**, chasydów i ortodoksyjne dzielnice Jerozolimy. Współczesna społeczność żydowska w przeważającej części jest świecka, a jej członkowie nie przypominają figurek „Żyda na szczęście”. Izrael to nowoczesne państwo, które można obrazować zdjęciami budynku parlamentu (Kneset) czy innych niż Jerozolima miast.

W mediach społecznościowych antysemityzm jest zapisywany także „między wierszami”. Przykładem może być **symbol (((Echo)))** używany często na Twitterze jako sposób poinformowania, że dana osoba jest Żydem/-ówką, a firma lub organizacja należy do Żydów.



39

Gdzie szukać wiarygodnej informacji o tematyce żydowskiej?

Według polskiego ustawodawstwa prawnym przedstawicielem społeczności żydowskiej w Polsce jest **Związek Gmin Wyznaniowych Żydowskich**.

Poszukując eksperta/-tki z zakresu tematyki żydowskiej, warto najpierw skontaktować się z organizacjami żydowskimi, a także sprawdzić, czy dana osoba jest ekspertem w konkretnym temacie.

Dla przykładu rabin będący nauczycielem religijnym nie jest ekspertem z dziedziny antysemickich przestępstw z nienawiści.

PARTNERZY

INICJATOR



FleishmanHillard

Jesteśmy międzynarodową agencją public relations. Nasz zespół na co dzień pomaga Klientom – firmom, organizacjom pozarządowym i instytucjom publicznym – w skutecznej komunikacji i budowaniu relacji z ich pracownikami, opinią publiczną, klientami, partnerami i innymi interesariuszami.

www.fleishmanhillard.pl

HONOROWY PATRONAT



Rzecznik Praw Obywatelskich

Stoi na straży wolności i praw człowieka i obywatela, w tym realizacji zasady równego traktowania. Bada, czy na skutek działania lub zaniechania organów władzy publicznej nie nastąpiło naruszenie prawa, zasad współżycia i sprawiedliwości społecznej oraz czy nie doszło do aktów dyskryminacji.

www.rpo.gov.pl

PATRONAT MERYTORYCZNY



Rada Języka Polskiego

Rada Języka Polskiego (RJP) jest instytucją opiniodawczą i doradczą w sprawach używania języka polskiego w komunikacji publicznej. RJP została powołana przez Prezydium Polskiej Akademii Nauk uchwałą nr 17/96 z dnia 9 września 1996 roku, a w 1999 roku działalność Rady została ujęta w przepisach Ustawy o języku polskim. RJP formalnie stanowi komitet problemowy przy Prezydium PAN.

www.rjp.pan.pl

PARTNERZY SPOŁECZNI



Fundacja Dziewuchy Dziewuchom

Fundacja Dziewuchy Dziewuchom powstała w 2018 roku jako rozwinięcie działań administratorek kanałów społecznościowych Dziewuchy Dziewuchom. Organizacja prowadzi profile internetowe, w których za pomocą autorskich treści, udostępnionych artykułów prasowych oraz komentarzy na temat bieżących wydarzeń popularyzuje feministyczne wartości. Fundacja naglaśnia i wspiera inicjatywy prokobiece, akcje społeczne i kampanie na rzecz równouprawnienia, a także niesie pomoc osobom pokrzywdzonym przemocą seksualną. Chcesz nas wesprzeć? Wejdź na naszą stronę.

www.dziewuchydziewuchom.pl/wesprzyj/



Stowarzyszenie Kampania Przeciw Homofobii

Kampania Przeciw Homofobii to założona w 2001 roku organizacja społeczna działająca na rzecz społeczności osób LGBT – lesbijek, gejów, osób biseksualnych, transpłciowych, ich rodzin i bliskich. Łącząc ludzi wokół idei równości, działamy po to, by osoby LGBT żyjące w Polsce mogły cieszyć się pełnią praw. Tworzymy kampanie społeczne, prowadzimy działania rzecznicze i edukacyjne, świadczymy pomoc prawną i psychologiczną, budujemy ruch sojuszniczy i współpracujemy z biznesem. Od czasu założenia KPH akceptacja społeczna względem osób LGBT wzrosła o 30 proc.

www.kph.org.pl/



Fundacja Ocalenie

Fundacja Ocalenie działa od 2000 roku. Wspieramy migrantów i migrantki w integracji i indywidualnym rozwoju. W swoich biurach w Warszawie i Łomży zapewniamy bezpłatne wsparcie dla około 3000 osób rocznie. Pomagamy załatwiać codzienne sprawy, jak zapisanie dziecka do przedszkola czy umówienie wizyty u lekarza, a także trudniejsze, związane z legalizacją pobytu i pracy, wsparciem prawnym, psychologicznym, kryzysową pomocą interwencyjną. Uczymy polskiego dorosłych i wspieramy dzieci cudzoziemskie w nauce. Chcesz nam pomóc? Odwiedź stronę kampanii Witaj w domu:

www.witajwdomu.org.pl

PARTNERZY SPOŁECZNI



Fundacja Afryka Inaczej

Fundacja „Afryka Inaczej” powstała w 2008 roku. Jej założycielem jest Mamadou Diouf, Senegalczyk od ponad 35 lat mieszkający w Polsce. Fundacja zgodnie ze swoją nazwą mówi o Afryce inaczej, a jej celem jest pokazanie różnych obliczy Afryki, nie tylko tych znanych z doniesień prasowych, i prowadzenie dialogu polsko-afrykańskiego. Osoby, które chcą wesprzeć działania Fundacji, mogą to zrobić na stronie

www.afryka.org



Żydowskie Stowarzyszenie Czulent

Żydowskie Stowarzyszenie Czulent – pozarządowa ekspercka organizacja rzecznica, działa na rzecz szerzenia tolerancji, kształcenia postaw otwartości wobec mniejszości narodowych, etnicznych i religijnych z naciskiem na przeciwdziałanie antysemityzmowi i dyskryminacji. Stowarzyszenie współpracuje z instytucjami krajowymi i zagranicznymi (ODIHR/OSCE, AJC, NDI, ENAR, RPO) oraz jest członkiem Koalicji Równych Szans oraz ENCATE European Network Countering Antisemitism Through Education.

Odwiedź nas na naszej stronie: www.czulent.pl/



Gmina Wyznaniowa Żydowska w Warszawie

Gmina Wyznaniowa Żydowska w Warszawie jest moralnym i prawnym spadkobiercą przedwojennych gmin żydowskich. To podstawowa organizacja warszawskiej wspólnoty żydowskiej, wchodząca w skład Związku Gmin Wyznaniowych Żydowskich w RP. Gmina warszawska z Filią w Lublinie liczy ponad 700 dorosłych członków, którzy zgodnie z Prawem Powrotu mogą ubiegać się o obywatelstwo Izraela (warunkiem jest, by przynajmniej jedno z dziadków było Żydem) lub dokonali konwersji na judaizm prowadzonej przez jednego z rabinów Gminy.

www.jewish.waw.pl



→ **Redakcja**

Andrzej Jędrzejczak, Anna Bodnar, FleishmanHillard

→ **Ilustracje**

Maciej Organiściak, FleishmanHillard

→ **Opracowanie graficzne i skład**

Jolanta Jacent-Styczyńska, PRACOWNIA

→ **Korekta tekstów**

Natalia Jóźwiak, trzymamzasłowo.pl

→ **Strona internetowa**

Ottimo APPS Sp. z o.o.

Warszawa, 2021

WYDANIE 1 – zmienione 10-03-2021





FLEISHMANHILLARD

PORADNIK: JAK MÓWIĆ I PISAĆ O GRUPACH NARAŻONYCH NA DYSKRYMINACJĘ