



O Poder da linguagem



Emotional Wellbeing Team in Schools
(EWTIS)

A programme of Support for Post Primary Schools

1 A maneira como você fala sobre saúde mental e doença mental na escola é importante.

2 A linguagem que você usa para descrever a si mesmo e outras pessoas pode ter um grande impacto no seu bem-estar emocional ou no de outra pessoa.

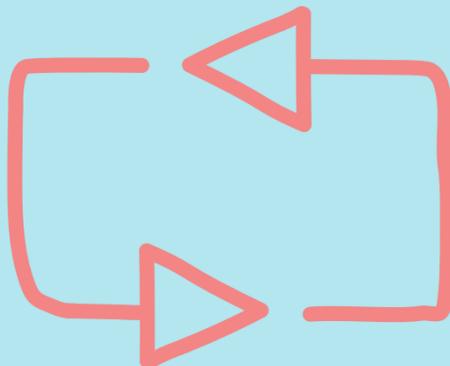
3 Leva tempo e esforço para fazer mudanças no seu idioma; com a prática, fica mais fácil.

Trocas simples

Estou tão deprimido!

Estou ansioso!

Eu tenho TOC!



Sinto-me infeliz hoje porque...

Sinto-me ansioso/assustado/nervoso.

Gosto de ser organizado.



O Poder da linguagem



Emotional Wellbeing Team in Schools
(EWTs)

A programme of Support for Post Primary Schools

1. A maneira como você fala sobre as diferenças das pessoas em relação à saúde, aprendizagem e comportamento é importante.

2. A linguagem que você usa para descrever a si mesmo e outras pessoas pode ter um grande impacto no seu bem-estar emocional ou no de outra pessoa.

3. Leva tempo e esforço para fazer mudanças no seu idioma; com a prática, fica mais fácil.

Trocas simples

Você é surdo?

Pessoa normal.

Banheiro para deficientes.



Você não me ouviu?

Pessoa sem deficiência.

Banheiro acessível.



O Poder da linguagem



Emotional Wellbeing Team in Schools
(EWTs)
A programme of Support for Post Primary Schools

1. A maneira como você fala sobre identidade de gênero e orientação sexual nas escolas é importante.

2. A linguagem que você usa para descrever a si mesmo e aos outros pode ter um grande impacto no seu bem-estar emocional ou no de outra pessoa.

3. A linguagem usada para descrever comunidades LGBTQ+ muda ao longo do tempo e pode diferir entre culturas e gerações

Trocas simples

Você é muito jovem para saber de quem gosta!

É muito difícil lembrar dos seus pronomes.

É importante ser fiel a si mesmo, não importa sua idade.

Pode levar um tempo para me adaptar, mas continuarei trabalhando nisso.



O Poder da linguagem



Emotional Wellbeing Team in Schools
(EWTs)
A programme of Support for Post Primary Schools

1.

A maneira como você fala sobre raça e etnia na escola é importante.

2. A linguagem que você usa para descrever a si mesmo e outras pessoas pode ter um grande impacto no seu bem-estar emocional ou no de outra pessoa.

3. A linguagem é poderosa; as palavras podem excitar, dividir, inspirar e oprimir. A linguagem inclusiva deve ser usada para honrar e celebrar as identidades das

peessoas

Trocas simples

De onde você realmente é?

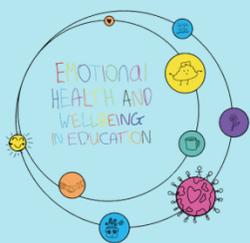
Esse é seu cabelo de verdade?

Eca, que comida é essa que você está comendo?

Qual é a sua formação cultural?

Seu cabelo está ótimo. Como você o penteia?

Nunca experimentei isso antes, qual é o gosto?



O Poder da linguagem



Emotional Wellbeing Team in Schools
(EWTS)
A programme of Support for Post Primary Schools

1.

A linguagem que usamos para descrever mulheres e meninas é importante.

2.

Linguagem misógina e sexista afeta a todos.

3.

A linguagem é poderosa, as palavras podem excitar, dividir e até incitar a violência.



Trocas simples



Meninos serão meninos!

Ela acha que está sempre certa!

Seja homem!



Comportamento é uma escolha, não uma característica de gênero.

Ela frequentemente faz comentários fortes.

Você consegue lidar com isso.