

# 残疾包容性语言指南<sup>1</sup>

## 导言

本指南由联合国日内瓦办事处编制，是实施 2019 年启动的《联合国残疾包容战略》工作的一部分。该战略是联合国残疾包容主流化政策及行动的关键框架，目的是消除障碍，让残疾人参与工作和生活的各个领域，以便在残疾包容方面取得可持续和变革性进展。该战略关于传播的指标 15 特别要求在对内对外传播中尊重残疾人。

本文件载有一些**建议**，供联合国工作人员、专家及合作伙伴在关于残疾或其他主题的口头交流和书面函件中使用，包括在演讲与演示、新闻稿、社交媒体帖子、内部函件以及其他正式和非正式文件中使用。本文件参考了对有关残疾包容性语言材料的深入研究以及与各类专家协商、包括与残疾人协商的结果。

**遣词用语至关重要。**不可否认的是，我们提及残疾人时使用的语言会产生一定影响，这是因为，语言左右着我们对世界的看法。语言随着时间的推移而发展，几年前常用的说法如今可能不再被接受，因此应当提高相关认识，在与残疾人交谈或谈论到残疾人时使用恰当措辞。不恰当的语言可能让残疾人觉得受到排斥或冒犯，并可能阻止他们充分和有意义地参与社会生活。使用贬损或不恰当的语言可能构成歧视，妨碍他们享有人权。通过采纳宣扬多样性的语言，我们将为加强残疾的人权模式和创建一个更具包容性的联合国作出贡献。

同时，包容性语言是**克服健全主义**及其固有表现形式的重要工具。健全主义是对残疾的一种被误导的和有偏见的理解，这种理解导致一些人错误地认为残疾人不值得活着。健全主义可能有多种表现形式，包括使用有伤害性的语言。

在语言和术语方面，联合国《**残疾人权利公约**》设定了所有人必须遵循的标准。残疾人权利委员会发表的一般性意见以及联合国其他权威文件也提供了指导，帮助我们更好地理解《公约》及其语言。

这份实用指南旨在促进联合国统一使用尊重人的语言。指南包含应适用的一般性原则，这些原则切实可行，易于采用。附件一载有一个表格，汇总了推荐使用的词语及被认为不合适的措辞。附件二载有需要从语言角度进一步阐明的术语清单，以避免常见错误并遵守联合国术语标准。

---

<sup>1</sup> 本文编译自《残疾包容性语言指南》英文版，尽可能保留了原文内容，某些地方根据中文特征做了调整，采用了中文实例。为使读者能够一目了然，有些词语在中文后括号里附上了对应的英文表述。

## 一般性原则

### 1. 使用以人为本的语言

以人为本的语言是提到残疾人时最广为接受的语言，也是《残疾人权利公约》里使用的语言。以人为本的语言强调人本身，而非残疾，即先提到个人或群体，再提及残疾。例如，我们可以使用诸如“有白化病的儿童”(children with albinism)、“有阅读障碍的学生”(students with dyslexia)、“有智力障碍的妇女”(women with intellectual disabilities)以及“有残疾的人/人士”(persons with disabilities)等表达。<sup>2</sup>

然而，以人为本的规则并不一定适用于所有类型的残疾，也有例外。例如，提到失明人士时，我们既可以说“盲人”(blind persons)，也可以说“有视觉障碍的人”(persons who are blind)，这种情况也适用于聋人和聋盲人(deaf, deafblind persons/persons who are deaf, persons who are deafblind)。

如果有疑问，应该询问当事人或当事团体的身份认同。事实上，残疾人并非一个同质群体，他们可能有不同的自我身份认同。这些身份认同都应该获得尊重和承认。尽管如此，由于身份认同的多样性可能会阻碍确定统一的术语，因此本指南提出的建议都是常用且可接受的术语。

### 2. 避免贴标签和定型观念

残疾是生命的一种存在形态，也是人类多样性的一部分，而不是什么需要过分夸大的东西，因此，不应用“励志”或“超人”等词语描绘残疾人。这种语言暗示残疾人取得成功、有一技之长、过上幸福充实的生活是不同寻常的。用“身残志坚”或“克服了”残疾等说法描述残疾人，给人居高临下之感，应该避免。残疾人和其他人在才华和能力方面都是一样的。

“幸存者”一词有时用来指已从某种身体疾病中恢复或已适应了这种疾病的人，例如“脑损伤幸存者”和“中风幸存者”等。有些人还会用“一场战斗”来形容残疾或疾病，比如“与癌症作斗争”。虽然这些表达得到广泛理解和使用，但许多人认为以战斗作比喻是不恰当的，有些人认为这样说有冒犯性。

此外，把残疾人描绘成天生脆弱也不合适。脆弱性是由外部环境产生的，并非个人或群体与生俱来或固有。不仅如此，每个人在特定情况下或特定时间内都可能是脆弱的。一些残疾人可能比其他人更容

---

<sup>2</sup> 这条原则从英语短语的构成特点出发，强调将“人”放在首位，将残疾状况放在“人”之后，即应避免使用 albinistic children, dyslexic students, intellectually-disabled women, disabled persons 等说法。中文词组和短语的构成有其特点，“人”通常放在词组和短语的后半部，故“残疾人”或“残障人士”等是普遍接受的说法。

易受到某些犯罪行为的伤害，例如性别暴力，但不太容易受到其他罪行的伤害，例如被盗用身份。当造成脆弱性的特定障碍和情况消除，他们就不再脆弱了。

应避免给人贴标签，除非与谈论的事情相关，否则不要提及某人的残疾或障碍，尤其是在内部通信和电子邮件中。应该把重点放在技能或要求上，并只有在有助于澄清或者提供有用信息时，才提及一个人的障碍。例如，如果正在讨论盲文文件的质量评估，我们可以提到我们的同事是“盲文使用者”或可以“阅读盲文”，而不说他们是盲人。他们的身体障碍没有相关性：相关的事实是他们拥有所需技能。应始终使用这种积极且赋能的语言。

另一方面，残疾也不应该被隐形。应始终确保将残疾恰当地纳入我们的言谈和工作中。应该公开且有礼貌地讨论与残疾有关的问题，并将残疾包容列入优先事项。长期以来，残疾人缺乏代表性和参与度，受到忽视、故意无视或排斥。

### 3. 不要使用有居高临下意味的委婉语

一些表达随着时间的推移流行起来，成为不恰当表达的替代说法。然而，这其中也有许多表达反映出残疾需要被弱化这种误导性的看法。因此，我们不应使用如“能力不同的人”、“各种能力都有的人”或“毅力坚强的人”等表达，因为这些表达都是委婉语，且可能被视为高人一等或具有冒犯性。例如，“能力不同的人”的说法是有问题的，正如一些倡导者指出的，我们每个人都拥有不同的能力。委婉语实际上是对现实的否定，是避免谈论残疾的一种方式。“有身体障碍的人”是比“能力不同的人”更中性的表达。

与残疾人相关的带有“特殊”一词的表达通常会受到抵触，被视为具有冒犯性且居高临下，原因是它委婉地污蔑了那些不同的人。这一表达不应用于描述残疾人，包括使用诸如“特殊需要”或“特殊帮助”等表达。我们建议尽可能使用中性或积极的语言，如“有针对性的帮助”。“特殊教育”一词广泛用于指学校课程，但这个表达具有负面含义，因为它通常指隔离式教育。

### 4. 残疾既不是病，也不是问题

残疾的医学模式将残疾视为一种需要修复或治愈的身体疾病。在这一模式下，残疾人不被视为权利持有人。同样，残疾的慈善模式将残疾视为健全人必须解决的负担或“问题”。这种模式将残疾人描绘成慈善和怜悯的对象，导致消极态度和定型观念长期存在。

残疾人不应被称为病人，除非他们正在接受治疗，仅在这种情况下，才可称其为病人。我们也应该避免用医学诊断给他们贴标签(例如，“阅读障碍症”)，因为这体现了残疾的医学模式。应改用强调人的语言(例如，“有阅读障碍的人”或“他/她有阅读障碍”)。

诸如“遭受”、“受……折磨”、“罹患”等表达都是不恰当的，它们暗示了持续的痛苦和无能为力，并假定残疾人生活质量低下。相反，我们可以单纯地说一个人“有(某种残疾)”或“是(盲人、聋人、盲聋人士)”。

除非完全相关，否则不应使用“受害人”一词。例如，说一个人是“脑瘫受害人”是不恰当的，脑瘫不会使人成为“受害人”。受害人是受到犯罪伤害或人权受到侵犯的人，通常被视为脆弱且无助。使用这一表达指代残疾人时，必须考虑这层隐含的意思。

我们应避免提及一个人“被困在”残疾的身体里(例如，“他被瘫痪的躯体禁锢”)或“突破”了残疾(例如，“她突破了残疾对她的禁锢”)。我们的肉体 and 思想不能跟我们的存在本身分离，这是一种冒犯残疾人的健全主义语言。

## 5. 在口语和非正式言谈中使用合适的语言

大多数残疾人都不会介意日常生活中使用的词语。我们可以对坐轮椅的人说“我们出去走走”，或者写给失聪者：“你有没有听说这个新闻？”然而，“瞎子”或“聋得像根木头柱子”这类词语是不可接受的，并且永远不应该使用，哪怕在非正式场合也不应使用。我们也应该小心使用“对批评视而不见”、“充耳不闻”或“装聋作哑”这类比喻。

滥用术语也可能不恰当且伤人，所以当忘记一些事情时，应该避免说“我肯定是得了老年痴呆症”，或者当其他人表现出过度不信任时，应避免说“他们有偏执症”。切勿用与残疾有关的词语表达侮辱或批评。例如，不要用“盲人骑瞎马”来表达对冒险鲁莽行为的批评；不要用“长残了”比喻人的长相变化；在某人不理解或不明白讨论的概念或事务时，不要用“弱智”形容对方。

## 附件一

### 残疾包容性语言

请注意，同一单元格中的词语因属同一类别而归集在一起，不一定为同义词。

建议使用的语言	避免使用的语言
残疾人/人士 有残疾(残障)的人/人士 有[障碍类型]的人/人士 残障者/人士 身心障碍者/人士	残废、废人、废物 能力不同的人、各种能力都有的人、毅力 坚强的人
非残疾人	健全人、正常人、健康人
有(某种残疾/障碍/病症)	遭受、受……折磨、罹患
有智力残疾(障碍)的人/人士 智力残疾者/人士 智力障碍者/人士	智障、脑瘫、脑残、傻子、傻瓜、呆子、 呆瓜、笨蛋、弱智
社会心理残疾者/人士	疯(婆)子、神经病、颠婆、颠趴
有听力(觉)障碍的人/人士 听力(觉)障碍者/人士 听障者/人士 听力不佳者/人士 失聪者/人士 聋盲者/人士 聋哑人/人士	聋子、哑巴
盲人 失明者/人士 有视力(觉)障碍的人/人士 视力(觉)障碍者/人士 视障者/人士 低视力者/人士 视力不佳者/人士 聋盲者/人士	瞎子、独眼龙

<p>有身体残疾(障碍)的人/人士 身体残疾者/人士 身体障碍者 身障人士</p>	<p>瘸子、跛子、跛脚怪</p>
<p>轮椅使用者 行动障碍者/人士 行动不便者/人士 个人移动辅助器具使用者</p>	<p>瘫在轮椅上的人</p>
<p>个头较小的人 身型小巧的人 体格矮小的人 软骨发育不全者</p>	<p>侏儒、矮子、矮冬瓜、矬子、矮矬子</p>
<p>有唐氏综合征者 有 21-三体综合征者</p>	<p>白痴、先天愚儿</p>
<p>有白化病者/人士</p>	<p>白毛怪、白毛女</p>
<p>受麻风病影响者</p>	<p>麻风病人</p>
<p>有语言障碍的人/人士 失语者/人士 语言障碍人士 通信辅助器具使用者</p>	<p>哑巴</p>
<p>无障碍停车位 无障碍洗手间 残疾人(专用)停车位 残疾人(专用)洗手间</p>	<p>残疾停车位 残疾洗手间</p>

## 附件二

需要从语言角度进一步说明的术语<sup>3</sup>：

1. 进入(权)与无障碍(**access vs accessibility**)
2. 盲文(**Braille**)
3. 说明性字幕与对白字幕(**captions vs subtitles**)
4. 失聪群体(**Deaf Community**)
5. 聋盲(**deafblind**)
6. 声明与披露(**declaration and disclosure**)
7. 残疾人(**disabled person**)
8. 易读(**easy read**)
9. 帮助、支持与协助(**help, support, assistance**)
10. 障碍与残疾(**impairment vs disability**)
11. 融入与包容(**integration vs inclusion**)
12. 需要与要求(**needs vs requirements**)
13. 为残疾人设立的组织与残疾人组织(**organizations for/of persons with disabilities**)
14. **PWD**
15. 简明语言、简明英语(**plain language, plain English**)
16. 合理便利(**reasonable accommodation**)
17. 服务类动物(**service animals**)
18. 手语与国际手势(**sign language and international sign**)
19. 视力障碍与失明(**visual impairment vs blindness**)

---

<sup>3</sup> 本附件所载词语原为需要进一步解释的英文术语。为方便参考，小标题中保留了英文原文。

## 1. 进入(权)与无障碍(access vs accessibility)

进入(权)意指进入某地的许可或权利。例如，如果有联合国出入证，我们就可以进入联合国大楼及所属区域。

无障碍指产品、设备、服务或环境的设计便于残疾人或非残疾人使用，包括信息和通信无障碍。例如，物质环境无障碍指的是创造一个残疾人可以自由行动的无障碍环境。若沿用上述例子，则意味着虽然我们可能有权进入联合国大楼及所属区域，但如果有楼梯或厚重的门等实体障碍阻挡，我们还是无法真正无障碍通行。虽然我们可能有权访问印刷版或数字版联合国文件，但除非文件以所需格式(如盲文或易读格式)提供，否则无法让残疾人能够真正无障碍阅读。

有时，进入有保证，但无障碍却得不到保证，所以这两个术语并不等价，应在正确的语境中使用。

## 2. 盲文(Braille)

盲文不是一种语言，它是一个可以用手指阅读的凸点系统，供盲人或低视力者使用。并非所有盲人都能阅读盲文。那些会阅读盲文的盲人称为盲文使用者。每个人都有学习阅读盲文的能力，所以不应假定盲文使用者均为盲人。

将印刷文本转换为盲文的过程称为“转录”(不是“翻译”)，“印刷盲文”的过程称作“压花”。

## 3. 说明性字幕与对白字幕(captions vs subtitles)

说明性字幕和对白字幕虽然都以文本形式出现在屏幕底部，但两者并不相同。

说明性字幕包括背景噪声、说话者身份、音乐描述及其他相关细节的信息，因此对听力障碍者尤为有用。

对白字幕假定观众可以听见声音，但无法理解视频中的语言(如外语影片)，仅包含对白。

说明性字幕有两种形式：开放式字幕和隐藏式字幕。观众可以关闭隐藏式字幕，但开放式字幕则内嵌入视频，无法关闭。无障碍会议上可以远程或现场提供实时字幕。

使用这些术语时，应考虑上述所有差异。

## 4. 失聪群体(Deaf Community)

那些为自己属于“失聪群体”自豪的人经常使用“我失聪”(I am Deaf(首字母大写))的写法。他们认为自己是一个独特的文化和语言少数群体，使用手语作为他们的主要语言，并拥有相似的价值观。然而在联合国，对于“失聪”或“失聪群体”等英文词语的首字母，我们不使用大写。

## 5. 聋盲(deafblind)

聋盲人士是一类特殊群体，他们有明显的感官损失，包括失明和失聪。在联合国，“聋盲”(deafblind)的形式优于“聋且盲”(deaf-blind)。

## 6. 声明与披露(declaration and disclosure)

残疾人有权分享或不分享关于自身残疾情况的信息。在工作场所，我们应该远离“声明”或“披露”残疾情况的传统措辞，因为这些措辞可能使“分享有关残疾情况的信息”这一举动看起来像透露秘密。

“认定为残疾人”这一说法也应避免，因为它引发了其他关乎身份和归属的问题。有人可能有障碍，但并未被认定为残疾人。当谈到人们选择让雇主或同事知晓他们的障碍或特定要求时，“选择让别人知道有关他们的残疾/障碍情况的信息”是一个简单、恰当的说法。

## 7. 残疾人(disabled person)

在一些国家，disabled person 是首选用语，例如，在提及本国法律、政策或实体时，必须保留这一用语，因为它反映了该国的现实或作者有意的选择。如有必要，可以使用引号。然而，在联合国网站、文件和演讲中，我们建议使用“‘人’字在前”的语言，如 persons with disabilities。在中文里，使用“残疾人”或“残障人士”的说法没有问题。

## 8. 易读(easy read)

“易读”是一种无障碍格式，主要为智力障碍者或理解书面文字有困难的人设计。

编写一份主流文件的易读版本的过程称为“改编”，而非“翻译”。但是，和其他任何文件一样，用一种语言编写的易读文件可以翻译成其他任何语言。在这种情况下，我们可以将翻译成果称为译文。

在联合国，当谈到这一特定格式时，为避免造成误解，我们优先使用“易读”一词，而不是“易于阅读”(easy-to-read)。例如，“《联合国纪事》是一份关于联合国及其各机构工作的易于阅读的季刊”，并不意味着《联合国纪事》以“易读”格式提供，仅表明这一刊物易于阅读和理解。

## 9. 帮助、支持与协助(help, support, assistance)

“帮助”、“支持”和“协助”三个词的内涵不同，不能互换。



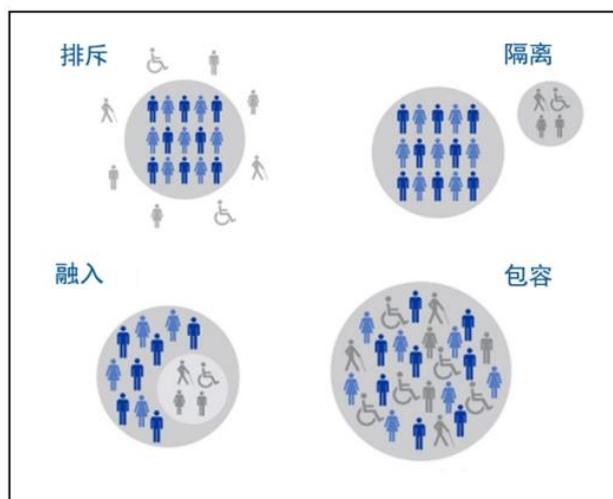
对残疾人不建议使用“帮助”一词，因为它将残疾人描述为不能自理的、依附于他人的人。“支持”和“协助”是更赋权、更恰当的说法，可以用于如“需要协助的参与者”或“残疾人支持措施”等表达中。

## 10. 障碍与残疾(impairment vs disability)

障碍是指“任何心理、生理或解剖结构或功能上的缺损或异常”(世界卫生组织)，而残疾“是伤残者和阻碍他们在与其他人平等的基础上充分和切实地参与社会的各种态度和环境障碍相互作用所产生的结果”(《残疾人权利公约》序言第(五)段)。由于这两个术语具有不同含义，因此不可互换。

## 11. 融入与包容(integration vs inclusion)

融入和包容之间存在实质性区别。融入是指残疾人适应或融入社会的过程；包容是指社会发生改变，采取主动、积极的态度接纳残疾人的过程，不管其障碍如何。谈到残疾人时，“包容”的内涵是积极主动的，而“融入”的内涵是消极被动的，因此，这两个术语不可互换。



## 12. 需要与要求(needs vs requirements)

一些联合国实体和专家表示更倾向使用“要求”一词而不是“需要”。这与处理残疾问题的人权方针相一致：根据这一方针，我们承认残疾人是权利持有人。“需要”一词反映了“残疾人就需要帮助”或“残疾人就是负担”的刻板印象，特别是在提到“照顾需要”时。举一个能够说明这一人权方针的例子：学校必须向有视力障碍的学生提供盲文材料，并不是因为他们需要这些材料，而是因为他们有权在与其他学生平等的基础上接受优质教育。

### **13. 为残疾人设立的组织与残疾人组织(organizations for/of persons with disabilities)**

“残疾人组织”应与“为残疾人设立的组织”区分开。

残疾人组织由残疾人自己领导和管理，代表成员的合法权益。

反之，为残疾人设立的组织为残疾人提供服务或代表残疾人提出倡议，但不由残疾人领导和管理。

### **14. PWD**

不应在正式的联合国文件中使用 Person With Disability 的缩写形式“PWD”或“pwd”指代残疾人。

### **15. 简明语言、简明英语(plain language, plain English)**

简明语言是受众在第一次读到或听到时就能理解的一种交流方式。简明语言避免使用复杂的言辞和行话，并运用其他一些原则，如使用短句或避免被动语态等，也可以称其为浅白语言或浅显文字。然而，在运用这一术语时，语境非常重要。例如，如果提到一份文件将以“简明英语”提供，可能被理解为仅提供英语版本，而不包括任何其他语言。如果情况并非如此，则“简明语言”的说法更可取。

### **16. 合理便利(reasonable accommodation)**

在残疾语境下，经常出现在“合理便利”这一表述中的 accommodation 一词，指为确保残疾人能享有一切人权和基本自由而进行的必要、适当的修改和调整。

英语里的 accommodation 一词也有“住宿，食宿”的意思。为了避免误解，当提到居住或停留的地方时，可以使用其他表达，如住房(housing)、住宿(lodging)、居住地点(place of residence)或生活安排(living arrangements)等。在没有歧义的情况下，也可以使用“accommodation”一词。

### **17. 服务类动物(service animals)**

服务类动物接受过训练，能为残疾人执行特定任务。这类动物可能包括那些引导视障人士、帮助拉轮椅或捡回掉落物品的动物。有时，“服务类动物”一词比“服务犬”更适合，可涵盖提供类似服务的其他种类动物。例如，经过训练的卷尾猴可帮助照料身体障碍者的生活起居。其他可以训练或提供慰藉的动物包括鸚鵡、雪貂和马。

### **18. 手语与国际手势(sign language and international sign)**

世界各地的手语各不相同，有墨西哥手语，立陶宛手语等等。一些国家，如加拿大，有不只一种手语。

没有所谓的国际手语，但是有国际手势。国际手势是一种基于一系列公认手势的手语形式，来自世界各地的失聪人士在活动中会使用这些手势。因此，我们可以说，联合国提供国际手势传译，但并不称其为一种语言。

### 19. 视力障碍与失明(**visual impairment vs blindness**)

“视力障碍”(或曰“视觉障碍”)包含了各种程度的视力损伤情况，失明仅是其中之一，因此，“视力障碍”和“失明”两个术语不是同义词。