

Relate สานใจในความสัมพันธ์



Relate, เมฆภูมิคุ้มใจ 14 วันฉันทำได้

ติดแอนติไวรัสโควิด

เรื่องโดย ทีมงานความสุขประเทศไทย

06 Apr 2020

การเสพสื่อในช่วงโควิด 19 ข้อมูล ข่าวสาร และคำพูดตามสื่อต่างๆ บางครั้งกลายเป็นการตีตรา ก่อให้เกิดทัศนคติแบบเหมารวม ไร้ความเห็นอกเห็นใจกัน กิจกรรมนี้จะช่วยเราในการติดตั้งแอนติไวรัสโควิดด้วยการสื่อสารเชิงบวก

ช่วงเวลา : ทุกครั้งที่เสพสื่อออนไลน์

วิธีการ

1. เมื่อเราต้องสื่อสารเรื่องเกี่ยวกับโควิด-19 ไม่ว่าจะในฐานะผู้ส่งสารหรือผู้รับสื่อ ขอให้คิดว่าเราจะสื่อสารด้วยภาษาที่คำนึงถึงความเป็นมนุษย์ เพื่อสร้างบรรยากาศทางสังคมที่ดี
2. เมื่อกล่าวถึงไวรัส ขอให้ใช้คำว่า 'โควิด-19' เลี่ยงการใช้คำที่สื่อถึงความเหยียดหยามผู้อื่น เช่น ไวรัสจากจีน ไวรัสอยู่ยั่น ฯลฯ
3. การเรียกผู้ที่อาจติดเชื้อให้ใช้คำว่า 'คนที่อาจติดเชื้อ' หลีกเลี่ยงการใช้คำตีตราคนอื่นเป็นอาชญากร เช่น ผู้ต้องสงสัยติดเชื้อ ผู้ป่วยต้องสงสัย ฯลฯ

4. การเรียกผู้ได้รับผลกระทบจากการติดเชื้อไวรัส ขอให้ใช้คำว่า ผู้ติดเชื้อ, คนที่กำลังรักษา, คนที่กำลังฟื้น หรือใช้คำว่า ผู้เสียชีวิตจาก.... โดยหลีกเลี่ยงคำว่า ‘เหยื่อ’ เพราะคนเหล่านี้ต้องดำเนินชีวิตต่อไปในวันข้างหน้า เราไม่ควรตีตราเขาเพียงเพราะเขาเป็นผู้ป่วย
5. สำหรับผู้ติดเชื้อให้ใช้คำว่า คนที่ได้รับเชื้อหรือผู้ติดเชื้อ หลีกเลี่ยงการใช้คำที่แสดงถึงความไม่เห็นอกเห็นใจ หรือลดทอนความเป็นมนุษย์ เช่น ตัวแพร่เชื้อ ทำให้คนอื่นติดเชื้อ ฯลฯ
6. ทุกครั้งก่อนที่จะพิมพ์ข้อความ แชร์ หรือโพสต์เพื่อสื่อสารเรื่องราวใดๆ ออกไป ขอให้เราได้หยุดคิด อ่าน ทบทวนอีกครั้งให้มั่นใจว่าสิ่งที่เราเขียนไม่ได้เป็นการตีตราหรือทำร้ายใคร ขอให้เราทุกคนได้เป็นผู้สื่อสารที่รู้เท่าทัน และช่วยกันสร้างสรรค์การสื่อสารที่มีคุณภาพ

กิจกรรมนี้อยู่ในหมวด *Relate* สานใจในความสัมพันธ์ : การดูแลความสัมพันธ์ของเรากับครอบครัวและคนรอบข้างอย่างมีคุณภาพ

ให้ช่วงเวลาของการอยู่บ้าน ได้สร้างโอกาสใหม่ ให้คุณค่าและเพิ่มความหมายในการดูแลชีวิตจิตใจของตัวเองและคนรอบข้าง ด้วยชุดความรู้ ‘เมนูภูมิคุ้มใจ 14 วันฉันทำได้’ ที่ happinessthailand.com และ FB ความสุขประเทศไทย facebook.com/happinessthailand