



Scheda informativa

Che cos'è l'abilismo?

L'abilismo consiste nel discriminare o trattare in modo diverso le persone a causa di una disabilità. Questo può avvenire attraverso pregiudizi, comportamenti discriminatori o strutture sociali. L'abilismo strutturale si manifesta, ad esempio, quando si attribuisce eccessiva importanza alla capacità di rendimento o quando le persone con disabilità hanno un accesso limitato all'istruzione, al lavoro o all'assistenza sanitaria a causa della mancanza di accessibilità. Riconoscere e contrastare attivamente l'abilismo è importante.

Come si manifesta l'abilismo?

Pregiudizi e stereotipi

Le persone con disabilità vengono spesso giudicate in modo affrettato. Ad esempio, vengono considerate meno competenti, dipendenti dagli altri o vengono dipinte come «eroine ed eroi fonte di ispirazione» quando riescono a svolgere attività quotidiane.

Discriminazione

Le persone con disabilità subiscono svantaggi nel mercato del lavoro, nell'istruzione, nella sanità o in altri ambiti della vita. Questo può manifestarsi attraverso la mancanza di accessibilità, limitazioni nell'accesso o discriminazioni ingiustificate.

Disabilità invisibili

Non tutte le disabilità sono visibili. Le persone con disturbi mentali, dolori cronici o neurodivergenze spesso non vengono prese sul serio o vengono stigmatizzate.

Linguaggio e comunicazione

L'abilismo non si manifesta solo nelle parole, ma anche nel modo di comunicare. Ecco alcuni esempi:

- Espressioni banalizzanti: «Sei così coraggiosa/o nonostante tutto», «piccola eroina / piccolo eroe».
- Espressioni incentrate sulla patologia: dire «soffre di...», quando la disabilità viene considerata come il tratto identitario principale di una persona.
- Espressioni orientate al deficit: concentrarsi sulle limitazioni invece che sui diritti e sulla partecipazione.



**ZUKUNFT INKLUSION
AVENIR INCLUSIF
FUTURO INCLUSIVO
FUTUR INCLUSIUN**

Altri esempi sono disponibili nella scheda informativa «Linguaggio e disabilità».

Esempi di abilismo nella vita quotidiana

- Mancanza di accessibilità: luoghi pubblici, siti web o mezzi di trasporto non sono accessibili oppure le soluzioni vengono offerte solo su richiesta.
- Commenti inappropriati: «Non sembri affatto una persona con disabilità.» oppure «C'è sicuramente una cura, no?».
- Osservazioni insensibili: battute sulle persone con disabilità oppure termini legati alla disabilità usati come un insulto.
- Atteggiamento paternalistico: a una persona con disabilità viene offerto aiuto senza chiederle prima se ne ha bisogno, anche se è lei stessa a poter decidere se vuole essere aiutata.
- Atteggiamento iperprotettivo: alle persone con disabilità non viene riconosciuta la capacità di vivere in modo autonomo o di prendere decisioni da sole.

Che cosa si può fare contro l'abilismo?

Formazione e consapevolezza

Informatevi sulle esperienze delle persone con disabilità e sugli ostacoli che incontrano nella vita di tutti i giorni.

Linguaggio

Usate un linguaggio rispettoso e inclusivo ed evitate termini offensivi o svalutanti.

Accessibilità

Impegnatevi a favore dell'accessibilità in tutti gli ambiti della vita.

Partecipazione ed empowerment

Coinvolgete attivamente le persone con disabilità e permettete loro di partecipare alle decisioni.

Reagire all'abilismo

Ascoltate le persone direttamente interessate, riconoscete le situazioni di discriminazione e intervenite quando sentite affermazioni problematiche.



**ZUKUNFT INKLUSION
AVENIR INCLUSIF
FUTURO INCLUSIVO
FUTUR INCLUSIUN**

Diventare sostenitrici e sostenitori

Chi sostiene le persone con disabilità si impegna a loro favore senza parlare al loro posto e senza trattarle con atteggiamento paternalistico. Queste persone usano le proprie risorse per abbattere le barriere e dare spazio alle voci delle persone con disabilità.

Ulteriori informazioni sono disponibili in questo podcast (in tedesco): [Allyship](#).

*Discriminazione = quando una persona viene trattata peggio di un'altra perché appartiene a un determinato gruppo. Ad esempio, quando una persona non ottiene un posto di lavoro a causa della sua disabilità.