

L'aprenentatge assertiu en l'autodefensa dels drets lingüístics

Josep-Ignasi Felipe Marcet

(Llicenciat en psicologia)

El éssers humans, pel fer de ser-ho, aspirem a viure amb dignitat i autorealització. Tanmateix, tot sovint els agents de socialització (la família, l'escola, els nostres grups de referència i de pertinença...) ens fan aprendre conductes i ens fan actuar de manera incompatible amb aquells objectius vitals. El resultat és que sovint ens sentim insegurs, incapaços d'expressar segons quines emocions, ens veiem inferiors... i ens inhibim d'actuar com en el fons creiem que hauríem de fer-ho o, senzillament, no fem, pensem o sentim allò que realment voldríem fer, pensar o sentir. Podem arribar a creure que hem perdut el control de la nostra pròpia vida i, el més greu de tot, la víctima d'aquesta inseguretats no la reconeix com a problema, tot justificant la seva inhibició amb excuses, pensaments irracionals, mentides... «No dec emprar el català generalment amb el públic perquè la major part és forastera» o «si li responc en català, s'enfadarà» són mostres de pensaments habituals en molts dels nostres conciutadans, parlants d'una llengua subordinada.

Cal saber, però, que tot el ventall d'inseguretats i d'inhibicions que ens fan sentir malament no són pedres motllars de cap personalitat inamovible sinó, ben al contrari, conductes o sèries de seqüències conductuals que hem après, com hem dit suara, dels nostres semblants mitjançant l'actuació dels agents socialitzadors. I així com hem après a comportar-nos d'aquesta manera davant segons quines situacions, és possible també que en un futur, davant les mateixes situacions, ens comportem d'altres maneres ben diferents que no ens faran sentir malament. Un cop haurem *desaprès*, millor que oblidat, la conducta social problemàtica i les seves conseqüències desadaptatives, aprendrem formes de comportar-nos que ens faran sentir molt més bé amb nosaltres mateixos. Doncs bé, l'aprenentatge assertiu té per objecte ensenyar una nova manera de comunicar-se amb els altres, un altre enfocament de la vida basat en l'autocontrol, que és directament aplicable a l'autodefensa dels drets lingüístics dels parlants de llengües minoritzades.

És força coneguda la situació actual del català com a llengua minoritzada en perill de substitució, a causa de la interferència d'altres llengües, cosa que explica la seva incapacitat, ara com ara, de funcionar com una veritable llengua referencial completa. En tot això hi té molt a veure la manca de lleialtat lingüística, entesa com l'adherència o adhesió a la llengua pròpia i la voluntat

d'usar-la i de mantenir-la. I aquesta lleialtat lingüística es relaciona molt directament amb la conducta verbal de les persones. De fet, són les persones que parlen una llengua, en aquest cas el català, les que han de practicar l'adhesió a l'idioma en tots els àmbits de la vida quotidiana, per poder combatre la minorització progressiva causada pel bilingüisme social substitutori. I és en la conducta de les persones on pot intervenir la psicologia conductista per tal de mostrar als usuaris de la llengua com, mitjançant l'aprenentatge assertiu, poden practicar l'autodefensa eficaç dels seus propis drets lingüístics com a membres d'una comunitat nacional subordinada.

Quan no actuem d'una manera assertiva en l'autodefensa del nostre dret d'expressar-nos en la nostra llengua dins el nostre país, tot sovint incidim en tres característiques conductuals: de primer, ens manca tenacitat per a aferrar-nos al nostre objectiu, que pot ser, per exemple, no passar-nos a la llengua dominant en una determinada situació o davant un interlocutor concret; en segon lloc, mostrem una excessiva sensibilitat o bé una resposta conductual exagerada davant les crítiques; finalment, experimentem una reacció excessiva d'angúnia, d'ansietat, de culpabilitat... Vegem-ho amb l'exemple següent.

El senyor X, un catalanoparlant a Catalunya que s'ha proposat de mantenir un nivell alt de fidelitat lingüística, s'ha d'adreçar a la senyora Y, que és una funcionària forastera inadaptada. El senyor X, que coneix aquesta circumstància i ha d'acomplir un tràmit administratiu urgent davant la senyora Y, reacciona emprant automàticament la llengua dominant, sense ni tan sols gosar de dir «bon dia» (manca de tenacitat); acomplert el tràmit, el senyor X se sotmet a una autocrítica fora de mida (conducta cognitiva exagerada) i finalment s'apodera d'ell un sentit de culpabilitat tan gran que l'omple d'angúnia durant tota la resta del dia (reaccions cognitives i fisiològiques excessives).

Si el senyor X s'hagués comportat d'una manera assertiva, en primer lloc hauria decidit si ell volia, sense cap mena de pressió ni cap coacció externa ni interna, expressar-se en català o bé en la llengua dominant. Posat que qualsevol d'ambdues opcions és legítima, ja que hom no pot impedir a ningú que renunciï voluntàriament a algun dels seus drets o a tots, en aquest article suposarem que el senyor X ha decidit d'adreçar-se en català a la senyora Y i mirarem d'ajudar-l'hi, aplicant

unes senzilles estratègies derivades de l'aprenentatge assertiu.

Perseverar en l'objectiu com a primera virtut: el disc ratllat

Per quina raó la gent sol canviar a la llengua dominant al primer senyal de *perill*? Respostes òbvies són: per manca de fidelitat lingüística, per por, per vergonya, per no tenir les coses clares... Però darrere de totes aquestes respostes hi ha una mateixa raó de fons, que és la manca de perseverança, de tenacitat, en la lluita per l'autodefensa del propi dret. Cal, doncs, que la gent que es comporta com el senyor X i que se sent miserable i *miserable* per això, aprengui a comportar-se d'una manera més insistent i persistent. Per exemple, mitjançant la tècnica del disc ratllat.

El disc ratllat consisteix a repetir un cop i un altre allò que volem, però, i això és molt important, sense enutjar-nos, ni alçar la veu, ni molt menys cridar, escri-dassar l'altre o mostrar cap comportament violent ni agressiu. La conducta assertiva és, precisament, el punt interdistant o d'equilibri entre la passivitat i la conducta agressiva. Tornem al senyor X.

-Senyor X (davant la funcionària Y): «Bon dia.»

-Senyora Y: «Buenos días. ¿Qué desea?»

-Senyor X: «Vinc per presentar aquesta sol·licitud que s'ha de tramitar per via urgent, d'acord amb el reglament.»

-Senyora Y: «Lo siento, pero no entiendo el catalán.»

-Senyor X: «Ja em sap greu, això, però entengui que jo tinc el dret d'expressar-me en català.»

-Senyora Y: «Lo siento, no le entiendo.»

-Senyor X (pausadament): «Li dic que tinc el dret d'expressar-me en català.» (disc ratllat).

-Senyora Y (sorpresa): «¿Qué dice?»

-Senyor X: «Que tinc el dret de parlar en català.» (disc ratllat).

-Senyora Y (impacient): «Lo siento pero no le puedo atender si no me habla en castellano.»

-Senyor X (tranquil): «Però jo he de poder parlar en català.» (disc ratllat).

-Senyora Y: «¿...?»

-Senyor X (manté la calma): «Que li dic que tinc el dret de ser atès en català.» (disc ratllat).

I així indefinidament fins que quedi clar que aquí només hi ha dues possibilitats: o la senyora Y comença a dir alguna cosa en català, ni que sigui *macarrònic*, o el senyor X és atès adequadament per una altra persona.

La tècnica del disc ratllat, però, normalment no la fariem servir tota sola en una situació com aquesta, sinó combinada amb d'altres que veurem a continuació.



L'acord viable

El senyor X podria, a més de *ratllar-se*, oferir a la senyora Y un acord, un pacte per a sortir de la situació, que fos acceptable per ambdues parts. Vegem-ho.

[...]

-Senyora Y: «Lo siento pero no entiendo el catalán.»

-Senyor X: «Ja em sap greu, això, però entengui que jo tinc el dret d'expressar-me en català.»

-Senyora Y: «Lo siento, no le entiendo.»

-Senyor X (pausadament): «Li dic que tinc el dret d'expressar-me en català.» (disc ratllat).

-Senyora Y: «¿Cómo dice?»

-Senyor X (s'adreça a una altra funcionària): «Que em podria atendre algú altre en català?»

-Senyora Y: «Pase a la ventanilla ocho y colóquese el primero.»

-Senyor X (molt sorprès que la dona l'hagi atès, deu ser un miracle): «Gràcies, molt amable.»

D'aquesta manera, ni que sigui mentida que la senyora Y és molt amable, el senyor X no ha renunciat al seu dret, al qual no volia renunciar, i serà atès adequadament sense haver d'esperar més temps; amb la petita cessió d'haver de canviar de finestra, que serà compensada pel fet de no haver d'estar més temps davant aquella dona esquerra.

L'autorevelació

Aquesta tàctica és molt idònia per a aplicar-la, quan s'escaigui, juntament amb el disc ratllat. Molt sovint tendim a pensar que els nostres sentiments negatius no haurien de ser una justificació adient al nostre comportament. Passa, però, que de vegades són precisament els nostres sentiments desagradables la base més realista des de la qual contrarestar els envits d'algú que tracta de manipular-nos.

[...]

–*Senyora Y*: «Lo siento, pero no entiendo el catalán.»

–*Senyor X*: «Ja em sap greu, això, però entengui que jo tinc el dret d'expressar-me en català.»

–*Senyora Y*: «Lo siento, no le entiendo.»

–*Senyor X (pausadament)*: «Li dic que tinc el dret d'expressar-me en català.» (disc ratllat).

–*Senyora Y*: «¿Y no le da lo mismo hablarme en castellano, teniendo en cuenta que yo no entiendo el catalán?»

–*Senyor X*: «Miri, ocorre que si canvio d'idioma em sentiré malament amb mi mateix.» (autorevel·lació).

–*Senyora Y*: «Pues así no podemos hacer nada...»

–*Senyor X*: «Doncs jo no canviaré pas d'idioma, perquè no vull passar-me tot el dia remugant i ple d'angoixa.» (disc ratllat i autorevel·lació).

–*Senyora Y*: «¿...?»

–*Senyor X (tranquil i pausadament)*: «No vull pas prendre mal, perquè ja tinc un dia bastant fotut per a afegir-hi més angúnia. Jo tinc el dret de ser atès en català i no vull canviar d'idioma. Així, si vol avisar algú que em pugui atendre en català, li ho agrairé.» (autorevel·lació, disc ratllat i acord viable).

Avenir-se en la possibilitat: el banc de boira

Mitjançant aquesta tècnica, aprenem a acceptar les crítiques amb què no estem d'acord i que ens semblen injustes i manipuladores, sense renunciar al dret de ser els únics jutges de la nostra pròpia conducta, bo i admetent que és possible que el nostre interlocutor tingui una certa part de raó. Comportar-nos com un banc de boira, que no respon a les agressions sinó que les absorb, ens permet de rebre crítiques manipuladores sense posar-nos a la defensiva ni comportar-nos violentament, però també sense cedir ni un gram.

[...]

–*Senyora Y*: «Lo siento, no le entiendo.»

–*Senyor X*: «És possible que vós no m'entengau, però jo tinc el dret de ser atès en català.» (avenir-se en la possibilitat i disc ratllat).

–*Senyora Y*: «Desde luego, qué falta de educación...»

–*Senyor X*: «Entenc que us sembli de mala educació el fet de parlar la meua pròpia llengua al meu propi país, però hi tinc dret.» (banc de boira i disc ratllat).

–*Senyora Y (emprenyada)*: «Estamos en España, caballero.»

–*Senyor X (molt tranquil)*: «Pot ser. Tot és opinable. Però jo vull ser atès en català.» (banc de boira i disc ratllat).

–*Senyora Y*: «Pues a mi me habla en castellano porque estamos en España y yo no tengo por qué aprender el catalán.»

–*Senyor X (pausat)*: «No pensi que no la comprenc, però entengui que jo tinc el dret de ser atès en català. Que em podria atendre algú altre?» (banc de boira, disc ratllat i acord viable).

Fins ací hem plantejat les possibilitats de l'aprenentatge assertiu com a eina útil en l'entrenament dels parlants de llengües minoritzades, cas del català, en l'auto-defensa dels drets lingüístics, i hem fet una ràpida revisió d'algunes de les tècniques assertives sistemàtiques que són directament aplicables al cas. Cal dir, a més, que l'objectiu d'aquesta mena d'intervencions no és tant ajudar les persones a parlar sempre en català, en qualsevol circumstància, com que els parlants aprenguin a sentir-se bé amb ells mateixos, sense cap mena de pensament, sentiment o conducta desadaptativa, un cop hagin pres la decisió voluntària d'emprar l'una o l'altra llengua en una situació concreta i específica. Tanmateix, és poc probable que una persona que normalment se sent més còmoda parlant en català decideixi voluntàriament canviar de llengua en una situació específica. Això sol ser conseqüència d'alguna mena de pressió, interna o externa, que cal analitzar acuradament en cada cas.♦

ESTABLIMENTS
BOMBONERIA

CONFITERIA  GELATERIA

de Sarrià

PASTISSERIA

Major de Sarrià, 57. Tels. 203-07-14, 203-00-04
 Plaça de Sarrià, 12-13. Tel. 203-04-73
 Fax 280-65-56 - 08017-Barcelona