

# “Ens tenen anormalitzats: cal entrenar la normalitat”

**Quin és aquest armari?**

—FERRAN SUAY: Les limitacions que els catalanoparlants ens posem per viure habitualment en la nostra llengua.

—GEMMA SANGINÉS: L'amagatall que tenen molts catalanoparlants a l'hora d'interactuar. També fem el símil del submarinista: la gent va per sota l'aigua com a parlants, i ser assertiu lingüísticament els fa sortir a la superfície.

—Heu fet una “guia de conducta per a viure en català”. Sona...

—F. SUAY: Estrany, sí, o trist. A Noruega no editen guies per a viure en noruec: és una llengua menys parlada que el català, però té un estat a favor, en comptes d'un estat en contra. Una vegada som on som, en tot cas, hem de fer tot allò que calga per estar millor. I sí, és necessari. Perquè l'ambient t'ensenyi a viure en castellà, amb independència de quina siga la teua llengua de preferència o d'ús. I és important de recalcar que moltes de les limitacions són autoimposades.

—G. SANGINÉS: Prejudicis lingüístics: al carrer de Colom de València no es parla català, o aquest és de fora i, per tant, li parle castellà...

—F. SUAY: I hàbits. Hi ha actituds automàtiques com el que parla amb un dependent i aquest li diu: “Perdone, es que yo no hablo valenciano.” I l'altre

Gemma Sanginés (Bilbao, 1970) i Ferran Suay (València, 1959), són psicòlegs. S'han especialitzat en afers relacionats amb la llengua i acaben de publicar ‘Sortir de l'armari lingüístic’ (Angle Editorial, 2010).

fa: “Ah, pues yo tampoco.” És com si jo et dic: “Perdone, és que sóc cec.” I tu: “D'acord, doncs jo tampoc no hi veuré.”

—Insistiu molt en la importància de centrar-se en la literalitat.

—G. SANGINÉS: Si l'altre et diu que no t'entén, fas que t'entenga, però no assumesques que et dona l'ordre de parlar-li en castellà. Literalitat: si et diu que no el parla, no t'ha dit que no l'entén; si et diu que no l'entén, assumeix tu el rol del qui pot el ajudar a superar aquella mancança.

—F. SUAY: Per als humans és molt

potent l'enquadrament, el marc des d'on observem cada cosa. La gent està acostumada a col·locar el català en un marc polític, d'ideologia, d'identitat, d'origen, etc. És molt important de posar-lo al mateix marc on es posa el coneixement de totes les llengües: el de la capacitat.

—G. SANGINÉS: També és important que nosaltres no connotem l'actitud de l'altre, si no ens n'ha donat mostres explícites.

—F. SUAY: Exacte. No hem d'assumir d'entrada que l'altre, pel fet que parla en castellà o ens diu que no ens entén, és un espanyolista militant. La majoria de vegades amb això n'hi ha hagut prou perquè l'interlocutor canviara de llengua, ho ha après i li resulta còmode. També pot aprendre una altra conducta i sentir-se còmode amb tu d'una altra manera.

—Però què passa quan hi ha mala bava?

—G. SANGINÉS: La gent que no té mala idea són una oportunitat, esdevindran bons models per al seu entorn: evita els prejudicis. Quant als altres, no val la pena de perdre-hi el temps.

—F. SUAY: Les situacions d'interlocutor amb mala llet són les que se solen considerar més fàcils perquè et donen tot el motiu per enviar l'altre a fer la mà. Ara, també cal tenir en compte que no sempre la conducta agressiva et deixa satisfet. Encara que guanyes. Per això recomanem una altra mena de recursos, i ensenyem tècniques de defensa de la crítica, maneres de deixar l'altre neutralitzat.

—Com per exemple?

—F. SUAY: Donar-li la raó directament. “És que sou uns radicals de merda amb això del català”: “Estic absolutament



Gemma Sanginés i Ferran Suay: “Moltes de les limitacions lingüístiques són autoimposades, creades per prejudicis.”



PRATS I CAMPS

d'acord amb tu. M'has llevat les paraules de la boca." Hi ha l'operacionalització: preguntar. Et diuen "Ets un radical" i tu: "I què entens exactament per radical?" Sovint es tracta tan sols de tornar la pilota: la gent normalment no manté més de dues interaccions en aquest sentit. És allò que passa quan vas a Espanya i parles en català amb el del costat o per telèfon, i un altre t'increpa? No entres mai en el contingut: deixa-li anar un "Aquesta conversa és privada." Funciona molt bé: l'altre pensava que feia de salvador de les essències i tu li mostres que és un mal educat. Ja has situat l'afer en un marc diferent. I la gent reacciona als marcs.

**—Per què s'assumeix que parlar català tingui una connotació política i parlar en espanyol, no?**

—F. SUAY: És que han fet una inversió enorme, de segles, de molts diners (nostres), de recursos i crueltat per aconseguir-ho, per fer que la normalitat siga en espanyol i que, per tant, l'espanyol no connote. Així, el català és la raresa. Ara recorde José Maria Mena, que va ser el fiscal general de Catalunya, que explicava en una entrevista que ell només parlava català amb els pagesos, perquè eren els únics que ho feien amb "natu-

ralitat", sense "connotacions polítiques". És un magnífic exemple del missatge que ens volen transmetre. El fet que parlar en català connote políticament és un dels grans assoliments de la colonització nacional i lingüística. Han conflictivitzat una llengua fins al punt que tinguem la sensació que, usant-la, pots ofendre. Quantes vegades no has sentit "Bon dia", "Buenos días", "Ay, perdone"? Com si li haguera xafat un peu!

**—Ja fa temps que duu a terme els tallers lingüístics. Com se us va acudir la idea?**

—F. SUAY: Després d'una manifestació del 25 d'Abril, vam entrar en un cafè, allà al parterre. Darrere nostre, entraren uns joves que plegaven la pancarta de la Plataforma d'Estudiants per la Llengua. I en el moment en què el cambrer els va contestar en castellà, ells van canviar de llengua. Vàrem veure que hi ha un salt entre consciència i conducta que no s'havia tractat mai.

**—En què consisteixen els tallers?**

—G. SANGINÉS: Partint de la base teòrica de la psicologia clínica, de l'entrenament en habilitats socials i també de la psicologia de l'esport, vam crear un model multicomponent (similar als

que s'empren per deixar de fumar, per exemple) i, d'acord amb els tres nivells de resposta de la conducta (allò que pensem, allò que sentim i allò que fem), vam pensar quins serien els recursos adients perquè la gent poguera sentir-se més còmoda. Perquè és tracta que la gent que vol mantenir la llengua pugui fer-ho, i que l'impediment més important no siguin ni els seus prejudicis ni el seu malestar. Vam pensar d'ordenar tècniques de control fisiològic, tècniques per a desmuntar prejudicis, de comunicació verbal i no verbal... També expliquem les bases psicobiològiques que fan que ens sentim malament de parlar una llengua minorada.

—F. SUAY: La idea és adquirir i desenvolupar recursos, què podem fer per sentir-nos més tranquils si és que la cosa ens ataca molt, i com ens hem de comportar respecte als altres per transmetre una sensació de naturalitat en parlar.

**—Cal entrenar la naturalitat?**

—F. SUAY: Pot semblar paradoxal, però és la situació que tenim. La paraula *normalització* és prou lletja, però indica que ens tenen anormalitzats i ens hem d'entrenar per a la normalitat.

—G. SANGINÉS: I fins i tot assumint

## “El problema és que claudiquem una infinitat de vegades que no caldria fer-ho”

que vivim en una situació anormal, podem buscar el premi: quan trobem algú que ens dedica un somriure especial pel fet de parlar català o que ens tracta millor... També ens hi hem de fixar, en aquestes coses, i fins i tot enregistrar-les, perquè ens en recordem.

—F. SUAY: I contar-les!

## “Ens hi hem de fixar, quan algú ens dedica un somriure especial pel fet de parlar català”

—No offeriu argumentari.

—G. SANGINÉS: L'usuari d'aquest llibre és una persona que tinga consciència lingüística, que vulga la seua llengua, que vulga parlar-la i deixar de passar-ho malament quan ho fa en determinades situacions.

—F. SUAY: Un dels mals que patim és d'explicar massa la nostra conducta. Si a tu et pregunten per què duus eixes arracades, diràs “perquè vull”, “perquè m'agraden”. Si en comptes d'això comences a donar justificacions, evidències que, als teus mateixos ulls, és una conducta qüestionable.

—Presenteu solucions factibles.

—F. SUAY: Sovint, als tallers, a les conferències, ixen les situacions extremes, les limitacions externes: casos paradigmàtics són el guàrdia civil que va armat o la persona que acaba d'aterrar de Buenos Aires. Mira: fins i tot si en eixes coses claudicàrem però, en canvi, parlàrem en català a tota persona que ens poguera entendre bonament, no hi hauria problema: el problema no és no parlar mai en castellà, sinó que claudiquem una infinitat de vegades que no caldria fer-ho: quan l'altre no ho ha demanat, no ho necessita, no et força. Si tothom parlara català en

les situacions fàcils, quan no hi ha perill per a la comunicació, ni tan sols per al teu benestar perquè ningú no et posa en dubte, hi hauria una revolució, de sobte el paisatge canviaria de color. I veuríem què passa en cadascuna d'aquestes ciutats grans on diuen que no es parla.

—València en pot ser un cas paradigmàtic: sempre hi ha algú que no hi viu i que te n'explica la seva història truculenta.

—F. SUAY: Mira, en un curs, una persona ho va verbalitzar, això: “És que si vas per València parlant tothora en valencià et poden trencar la cara.” Em va parèixer tan greu que vaig aturar el taller i vaig demanar que alçara la mà tothom qui s'haguera pegat amb algú (també si havia guanyat) pel fet de parlar en valencià. Saps quantes mans s'alçaren, dels 35 que hi havia? Cap. Ni el que ho havia dit. Però si això no es mostra, si no es fa aquesta pausa, cadascú se'n va a casa pensant: “Ostres, tinc sort, a mi no m'han pegat, però es veu que als altres sí perquè ningú no ha dit res.” I això contribueix a escampar la por. De vegades, aquesta espècie de teràpia que fem, d'explicar-nos els conflictes (que ho entens perquè almenys pots plorar en el muscle d'algun company) té un efecte molt negatiu: genera por.

—G. SANGINÉS: I falseja la realitat.

—Heu dit que ens sentim malament de parlar una llengua minorada. Per què?

—F. SUAY: Perquè hem après la des-emparrança. La *desemparrança apresada* és un terme que descriu la situació que es viu quan interioritzem que fem allò que fem obtenim càstig. Si parlem en català, podem collir conseqüències adverses: et qüestionen, et pregunten, et connoten políticament, et miren segons com. I quina alternativa tens? Parlar en castellà? Aleshores et sents malament, saps que contribueixes a la substitució lingüística, et sents foraster a casa teua...

—La submissió lingüística també crea malestar, per tant?

—F. SUAY: És clar! Sembla que la submissió, que aplica molta gent, siga un recurs, però en realitat no ho és. És com si diguera: jo, com a recurs per a no discutir mai amb els companys de feina, pague sempre els cafès. Home, no discutiu mai però la teua butxaca ho notarà, no? El cas és que hem après la desemparrança i en tenim un recordatori constant (tal com

comentava l'altre dia Joan Melià, ara no tots els guàrdies civils et peguen amb la culata quan parles en català, però això passa de tant en tant: té la funció que no oblides que la culata hi continua essent). I encara hi ha una altra cosa.

—Digueu.

—F. SUAY: Les persones que actuen com a models en la societat perquè tenen impacte i notorietat pública són lingüísticament submisos i modelen aquesta submissió, mostren com s'ha de ser: com ells i, per tant, submis.

—Un testimoni del vostre llibre: “Havia estat parlant tranquil·lament valencià més d'un quart amb una mare de l'escola, i quan va eixir el tema de la procedència i li vaig dir que jo era romanesa, immediatament em va parlar castellà. Li vaig preguntar per què feia això i em va contestar que volia que jo l'entenguera, que era una qüestió d'educació”.

—G. SANGINÉS: A mi també m'ha passat, això! Fa mitja hora que parles, de cop et pregunten d'on eres: “De Bilbao”, i l'altre: “Por cierto...” És al·lucinant!

—F. SUAY: El prejudici passa davant de l'experiència, és una constant en la conducta humana. Recordes allò de no deixes que la realitat t'esguerre un titular? Doncs, au, no deixes que l'experiència et desballeste un prejudici [riu].

—I com hi pots respondre?

—F. SUAY: Hi ha, un recurs humorístic: “Sí, sóc de Bilbao, però sé exactament igual de valencià que fa deu segons.”

—L'empreu molt, l'humor, per resoldre situacions incòmodes.

—G. SANGINÉS: Sí, és molt útil. En tot cas, la idea és que, del ventall de recursos que expliquem, cadascú s'aculla als que li vagen millor.

—Tenir un catàleg de respostes preparades rebaixa l'estrès.

—F. SUAY: És clar. Com que són situacions bastant repetitives, pots tenir preparades respostes estàndard. No cal ser cap virtuós ni que improvises constantment. De fet, les situacions no són tan variades: són faves comptades.

—G. SANGINÉS: Als tallers hi ha gent que ens diu que se sent cansada de topar sempre amb les mateixes històries. Nosaltres ho girem i diem: quina sort, sempre és igual, amb un grapat de coses que et prepares ja ho tens fet!

Núria Cadenes