

«Euskaraldia landatzeko unea da, gero inteligenteak izan behar dugu uzta jasotzeko»

Hizkuntza asertibitateaz gero eta gehiago mintzatzen garen arren, psikolinguistikan ez daramagu hamarkada bat baino aunitzez gehiago. Ferran Suay eta Gemma Sanginesen lana abiapuntu izan zen.

Nola lotu zenituzten psikologia eta hizkuntza?

Bizitzako momentu batean erabaki nuen nire eguneroko hizkuntza katalana izango zela. Bikotekidea, Ferran Suay, Valentziakoa da eta katalan hiztuna. Valentziara etorri ginenean, konturatu ginen fenomeno paranormalak gertatzen zirela: nirekin katalanez aritzea eta katalanen artean gaztelaniaz, eta jakitean ez nintzela hemengoa hizkuntza aldatzea nahiz eta nik katalanez hitz egin. 'Por respeto'. Biok gara psikologoak eta ohartu ginen asertibitatean treba gintezkeela.

Proiektu pilotu bat hasi zenuen, unibertsitatean.

Tailer bat egin genuen, eta oso ondo atera zen, hiztunen sentipenak oso antzekoak ziren. Batetik, azalpen psikologikoa eman genuen eta horrekin bakarrik konturatu ginen motxila arintzen zela; gero metodologia proposatu genuen: 'role playing', egoera ezberdinak azaltzeko, bizitzeko eta aldatzeko. Hortik hainbat artikulu eta liburu idatzi genuen. Datorren urtean 20 urte beteko dira ordutik. 2006an hasi ginen Euskal Herrian. Lasarte-Orian eman genuen lehen tailerra.

Nola egokitu zenuten TELP («taller d'espai lingüístic personal») tailerra gurera?

Ez zen beharrezkoa izan egokitzea. Euskaldunok okerrago sentitzen gara distantzia lingüistikoagatik, baina pentsamendu eta emozioak Europa-ko beste hiztun gutxituenak bezalakoak dira, baita falaziak ere. Gaelikoekin edo bretoiekin konparatzen ahal dugu gure burua.

Ez gara hain bereziak orduan.

Eta berezia sentitu nahi duenarentzat berri txarra da hori.

Milaka lagun pasatu dira TELP tailerretatik Euskal Herrian. Zu ere tailerrei esker euskaldundu zinen.

Bilbon jaio nintzen duela 52 urte. Beti izan dut euskararekiko maitasun handia, baina nire ingurutik oso urrun zegoen. Sentitzen nuen, nahiz eta hizkuntza maite, ezin nuela euskalduna edo Euskal Herriko biztanlea izan euskararik gabe. 17 urterekin euskaltegi batean hasi nintzen, AEKn, jo eta ke aritu nintzen hiru urtez baina gero Salamancara ikastera joan nintzen. Han ez neukan ha-

GEMMA SANGINES SAIZ

HIZKUNTZA AHALDUNTZE TAILERREN SORTZAILEA

Euskaraldia aukera paregabea dela uste du adituak asertiboak izanez noraino irits gaitezkeen deskubritzeko. Gakoa izanen da hori ohiturak aldatzeko.

Maider Iantzi Goienetxe





Eider SUAY i SANGINÉS

rremanik euskaldunekin baina uste dut gramatika apur bat geratu zitzaidala. Valentziara etorri nintzenean eta Euskal Herrian lanean hasi ginenean kontraesan handia zen honetaz gaztelaniaz hitz egitea, eta gogor saiatuta, aurrerapen handia egin nuen. Beste motibazioa haurdun geratu eta alabak euskaldunak izango zirela erabakitzea izan zen. Polita izan da, batzuetan gogorra. Oso argi nuen helburua: oso sentitzea, euskaldun eta pertsona bezala.

Lorpen handia da alabak euskaldunak izatea.

Alabek nirekin beti katalanez egiten zuten, eta nik euskaraz

IBILBIDEA 1970ean

jaio zen Bilbon eta Valentzian bizi da. Castelloko hizkuntz eskolan dabil euskara irakasle. Kirol psikologian eta psikologia klinikoa espezializatu zen eta psikologia eta hizkuntza uztartuz, TELP tailerrak sortu zituen Ferran Suay bikotekidearekin batera. «Sortir De L'Armari Lingüístic» lan arrakastatsua argitaratu zuten biek 2010ean. Eta hura moldatuz, «Irten hizkuntzaren armairutik» plazaratu zuen Emun kooperatibak 2015ean.



egiten nien. Oso txarto zeudenean bakarrik egiten zidaten euskaraz, momentu hunkigarrietan, Euskal Herrira joaten ginenean, edo zerbait pribatua esan behar zidatenean. Gure kode sekretua zen. Hizkuntzak, filosofiaz aparte, tresna bat dira, komunikatzeko eta ez komunikatzeko, eta umeek ez diote kode moral edo filosofiko hori jartzen, praktikoa soilik. Haiengandik ikasi beharko genuke, batzuetan nahasten gara eta. Eurek argi daukate. Orain nerabeak dira alabak. Egunerokotasunean moldatzen dira, baina sentimendu edo pentsamendu konplexuak adierazteko ni garai batean bezala sentitzen dira, murriz. Frustrazio txiki hori izan arren, argi dute nirekin euskaraz egin nahi dutela.

Nola ikusten duzu Valentziatik Euskaraldia?

Barrutik ikusten dut Euskaraldia, bertan lanean aritu naizelako. Ideia nagusia zoragarria da, esportatzekoa: aurrean daukazu pertsona bakoitza arnagune bihurtzea. Harreman edo solasaldi bakoitzean erdaraz edo euskaraz egin erabaki behar dugunean estres linguistikoa sentitzen dugu, eta kanpainan barne eztabaida hori murrizten saiatu gara instrukzio berri batekin: gure buuruari esango diogu aurrekoak komunikatzeko arazoak izan arte beti aurrera egingo dugula euskararekin.

Ez dakit nola jasoko duen gizarteak instrukzioa baina horrela egiten bada euskararen presentzia oso-oso handia izango da. Pentsa dezakegu 15 egunetan ez direla gauzak konponduko, bereziki urtean murrizketak badaude eta administrazioen aldetik erantzun erakargarri edo erabilgarri ez badago, osasun eta

justiziako euskara eskaeretan adibidez. Ahultasun handiena horixe da, nire ustez. Nahiz eta Euskaraldia bultzada sozialetik jaio, administrazioen aldetik oso babestua dago, eta hor kontraesan bat ikusten da. Mezu positibora noa orain: uste dut aukera paregabea dela asertiboak izanez noraino irits gaitezkeen deskubritzeko, noraino jarrai dezakegun euskaraz aldatu gabe eta komunikatzeko arazorik gabe. Beste arazoak beste arazoak dira. Euskaldunak deskubrituko ditugu inguruan, eta oso garrantzitsua da hori Euskaraldia bukatzean ohiturak aldatzeko.

Zer da estres linguistikoa?

Oreka apurtzen denean ematen den erantzuna da estresa. Komunikatzeko naturaltasuna galtzen dugu hiztun gutxi tuok, inguruko presioagatik eta hizkuntza indartsu bat dugulako ondoan. Sentitzen dugu gure gainean dagoela komunikazioaren ardura eta baita bestearen ongizatearena ere.

Solasaldi guztietan erabaki beharrak gure barne oreka apurtzen du. Teknikoki egoera etsigarria da, bi aukerak direlako txarrak. Erdaraz hitz egiten badugu, besteak nahi duena egiten dugu, autoestimua kaltetzen dugu, eta kontzientzia linguistikoa baldin badugu, gure ideologiaren arabera gure hizkuntzari edo herriari traizio egiten diogula sentitzen dugu. Euskarari eusten badiogu, presioa eta neke handia sentitzen dugu, agian bestearen erantzun txarra ere jas dezakegu. Eta gaia aldatzea ere pasatzen da: 'Baina euskaraz? noiztik?'

Zer aholku emanen zenizkiguke hizkuntza sumisio hori gainditzeko?

Hiru ataletan esku hartzen dugu: kognitiboan, psikologikoan eta motorrean, alegia, Pirritx, Porrotx eta Marimototsen 'sentitu, pentsatu eta ekin' horretan. Alde kognitiboan, aurreiritziak dektatu eta desmuntatzen ditugu, psikologikoan emozioak eta arnasketaren kontrola lantzen ditugu, eta komunikazioan, ahazkoan eta ez-ahazkoan, gure hizkuntza maneiatzen saiatzen gara, gorputzaren hizkuntza, eta honako instrukzio zuzena ematen dugu: hasi euskaraz eta ikusi zer gertatzen den, baliteke keinu gehiago egitea, altuago mintzatzea, errepikatzea. Besteari galdeztzen ahal diogu ea ondo ulertzen duen.

Aurreiritzi bat da euskaraz egitea heziketa txarrekoa dela pentsatzea. Badira gehiago ere: euskararekiko gaitasuna dikotomikoa dela, badakizu edo ez dakizu. Baina hainbat modu daude: mantso mintzatzea, euskaraz agurtzea. Gure tailerretan asko azpimarratzen dugu progresibitatea. Sarri gertatzen da familia, lagun edo lankideen artean, badakite euskaraz, edo zerbait badakite, baina ez dugu aurrerapenik planteatzen. Kirolean bezala, agian ez zara gai maratoni bat egiteko baina gogoia baduzu minutu bat ibili eta beste minutu bat korrika egin dezakezu. Helburua osasuna bada berdin dio bata edo bestea, dikotomiatik ihes eginez aurrerapausoak eman ditzakegu eta aurrerapen bakoitzean gure burua indartu: 'Ondo noa'.

Asertibitatea lotsaren eta agresibitatearen erdian kokatzen duzu, eta euskal hiztunak hagitz lotsatiak garela diozu.

'Erretako' hiztunak izan gaitzek beste muturrera pasatu-

takoan, eta hori ere ez da eredu erakargarria. ‘Ikusten nola den arazo bat? Ez dut arazorik nahi, erdaraz egingo dugu’.

«Hiztunek erdarara jotzeko arrazoi garrantzitsuena euskararen ghattizazioa da gaur egun», zenioen «Argia»-rekin izandako elkarrizketa batean, 2013an. Esaldi hori sinatuko zenuke orain ere?

Azken urteetan ez dut hainbeste aukera izan inguru euskaldunetan egoteko. Inguru batzuetan oso normalizatua ikusten dut euskara, garai hartako umeak heldu bihurtu dira egoera normalagoan, ideologikoki ez dute erosi heziketaren diskurtso hori. Orokorrean askeagoa da gizartea aurreiritzi aldetik eta bada itxaropena gazteen artean. Garai hartako nerabe pila batek ez dute lortu euskaldunak izateko gaitasuna, ikastetxeetan gero eta gehiago erabiltzen delako gaztelania, eta eremu pribatua edo herrikoa ez bada euskalduna ez dute hainbeste aukera izan euskara jatorra izateko, baina hori beste arazo bat da. Horrexegatik, oso ideia ona da, hainbat elkartek eta pertsonak bultzatuta egiten ari diren bezala, aisialdia euskaraz egitea. Administrazioak euskarazko aisialdia babestu behar du.

Norbaitek erraten badigu ez zaiola gustatzen euskaraz egitea, gure hizkuntza aldatzen dugu. Arroparekin ez genuke eginen.

Automatismo bihurtu da: kaleratzen garenean oso normal ikusten dugu, eta hiztunok eredu gara, egiten duguna kopiatzen dute besteek, ez bakarrik umeek. Ohiturak aldatzea lortzeko, konturatzea da lehen urratsa, eta horretarako arreta behar da. Euskaral-



diaren egunotan hori da puntu nagusia.

Aldatzea baino zailagoa da irautea. Zeintzuk dira horretarako gakoak?

Euskaraldiko partaideen artean badira oso serio hartzen dutenak, benetako aldaketak egin nahi dituztenak, eta badira hain kontziente ez direnak. Mezua jende kontzienteari zuzenduko nioke, bizitzaren hobekuntza nahi duten horiei, inteligenteei: esango nieke, behin esfortzua eginda, Euskaraldia amaitu eta gero emaitza jasotzeko unea dela. Euskaraldia landatzeko momentua da

«Gure buruari esango diogu aurrekoak komunikatzeko arazoak izan arte beti aurrera egingo dugula euskararekin. Horrela egiten bada, euskararen presentzia oso handia izango da»

eta gero inteligenteak izan behar dugu uztia jasotzeko. Esango nieke ohiturak ez direla 15 egunetan aldatzen, agian hiruzpalau hilabetetan sortuko direla aldaketak.

Agian gure helburuak zehaztu behar ditugu, ez dugu pentsatu behar magikoa izango dela, %100 euskaraz biziko garela, benetako egoera ez delako normala: bizi garen lekuetan bizi gara, baina bide handia egin dezakegu. Gure buruari esan diezaiokegu euskaldun garen bitartean eredu ona garela beste euskaldunentzat, gizarte euskaldunean eragin hedakorra etorriko dela

eta horrela egingo dugula Euskal Herri euskalduna.

Pentsa daiteke diskurtso baikorregia dela baina dauzkagun tresnak hauexek dira, euskaldunok ahalik eta gehien izatea eta solasaldietan lasai itxaroten geratzea kristalezko bola ateratzen gabe. Gero ikusiko dugu nola konponduko garen; ez aurreratzea da inportanteena.

Nola ikusten duzu katalana Valentzian?

Euskara irakaslea naiz, publiko berezia dut, hizkuntza eskolako ikaslerik onenak eta lankiderik motibatuenak ditut. Valentzian katalana oso bizirik dago eta praktikan jartzen baduzu %100 katalanez bizi zaitetzke. Ni hala bizi naiz eta ez da arazorik niretzat. Medikua-renera joatean ere ez. Polizia-rekin hitz egiten dudanean ere ez. Kasu zehatz batzuk gertatzen dira. Orain dela aste batzuk salaketa jarri zioten paziente bati medikuari katalanez hitz egiteagatik. Horren kontra borrokatu bai, baina ezin dugu energia guztia horretan jarri, aurrera joan behar dugu mediku gehienek ez dutelako hori egiten. Hizkuntzen arteko hurbiltasunak gaitasunean laguntzen du, baina Euskal Herrian ere, adin tarte batean, aitzakia txarra da ‘ez dizut ulertzen’.

[Gemma Sanginesek ez du amaitu nahi Ipar Euskal Herria aipatu gabe]: Tailerrak eman ditut bertan eta etsipena sentitzen dute, ahaztuak sentitzen dira. Horregatik, ‘Irteten hizkuntzaren armairutik’ itzuli genuenean, beste kapitulu bat gehitu nuen, Ipar Euskal Herrikoa. Arreta handiagoa jarri behar diegu, bakardadea sentitzen dutelako eta egoera larriagoa dutelako, Araban eta Nafarroa hegoaldean bezala.