



# La comunicació inclusiva a l'entitat



Plantejar-nos la comunicació de l'entitat implica pensar en tot allò que ens defineix i en la millor estratègia per donar-ho a conèixer. Però també té a veure amb elaborar una **estratègia comunicativa que posi en valor** a totes les persones que formen part de l'associació i a totes aquelles a les quals pugui arribar el nostre missatge.

D'això se'n diu fer ús d'una **comunicació inclusiva**. I en aquest butlletí, oferirem algunes claus per evitar la comunicació sexista i el llenguatge LGTBIfòc i per abordar el tractament que fem a les persones amb diversitat funcional i a les persones migrades.

**Per què cal comunicar de manera inclusiva?**

El llenguatge és un element que transmet valors i que configura la nostra manera de pensar i la visió que tenim sobre el món. Ens ajuda a construir el propi pensament i a influir en el de les altres persones i reflecteix, **interacciona i influeix emetent valors i reforçant certes idees.**

Parlar de comunicació inclusiva és, per tant, parlar d'una comunicació que recull, **fa visible i reconeix la realitat plural actual**, entenent que les llengües estan vives i que aquestes evolucionen per a respondre a les necessitats que sorgeixen a la nostra comunitat, tenint en compte la manera com les persones volen ser anomenades i tractades.

“El llenguatge és un element que transmet valors i que configura la nostra manera de pensar i la visió que tenim sobre el món. Ens ajuda a construir el propi pensament i a influir en el de les altres persones i reflecteix i interacciona emetent i reforçant certes idees.”

publicació del Centre de Recursos per a les Associacions Juvenils



butlletí

núm. 154 Desembre 2017

edita



gestionat per



en conveni amb



## /La comunicació inclusiva a l'entitat

### Més enllà del llenguatge verbal...

No només les paraules poden contribuir a una comunicació poc inclusiva. Així mateix, evitem l'ús d'imatges que puguin danyar la dignitat de les persones, per exemple transmeten estereotips sexistes i augmentant la cosificació. Així com, per descomptat, també cal evitar aquelles que siguin lgtbifòbiques, racistes, que puguin reproduir estigmes o que resultin ofensives per a les persones amb diversitat funcional.



Hem de tenir en compte que les imatges icòniques i les fotografies garanteixin paritat i diversitat quant al nombre d'homes i dones que apareixen, hem d'evitar l'ús de imatges ofensives o estereotipades, hem d'evitar recórrer a tòpics i hem de representar a persones de procedències i característiques diverses.

Recordeu que si us heu quedat amb dubtes sobre el tema o si voleu treballar més a fons la comunicació inclusiva de l'entitat, podeu demanar una **assessoria gratuïta i personalitzada o una formació a mida** al CRAJ a través del correu electrònic [comunicacio@crajbcn.cat](mailto:comunicacio@crajbcn.cat)!

### Més recursos

Bloc "Regenerem-nos", del Consell de la Joventut de Catalunya: [www.cjb.cat/regeneremnos/](http://www.cjb.cat/regeneremnos/)

Observatori de les dones en els mitjans: <http://eina.observatoridelesdones.org/>

Bloc "Vorereres de colors", del Consell de la Joventut de Catalunya: [www.cjb.cat/vorereresdecolors/](http://www.cjb.cat/vorereresdecolors/)

"Vocabulari terminològic LGBT (lèsbic, gai, bisexual i transgènere)", del TERMCAT: [www.termcat.cat/es/Diccionaris\\_En\\_Linia/164/Presentacio/](http://www.termcat.cat/es/Diccionaris_En_Linia/164/Presentacio/)

"Desestigmatitzem la salut mental", del Consell Nacional de la Joventut de Catalunya: [www.cnjc.cat/sites/default/files/u89/guia\\_desestigmatitzem\\_salut\\_mental.pdf](http://www.cnjc.cat/sites/default/files/u89/guia_desestigmatitzem_salut_mental.pdf)

Recursos i publicacions de SOS Racisme: [www.sosracisme.org/temes/publicacions](http://www.sosracisme.org/temes/publicacions)

Més informació trucant al:

# 932655217

el telèfon d'informació per a les entitats juvenils de Barcelona



Consulta tots el butlletins a: [www.crajbcn.cat](http://www.crajbcn.cat)

o vine a buscar-lo al CRAJ: C. Gran de Gràcia 190-192 (al costat de Fontana)



Aquesta obra es pot copiar, distribuir i comunicar públicament, citant sempre al Centre de Recursos per a les Associacions Juvenils de Barcelona. No es pot utilitzar amb finalitats comercials. Imatge cedida per Pressfoto / Freepik. Més informació: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/>

Disseny i maquetació: Argus Disseny, SL. Redacció de continguts: Maria Moreno - CRAJ. Impressió: El tintor. Dipòsit Legal: B-17327/2000

## Llenguatge no sexista

En la llengua catalana, com en moltes d'altres, **s'ha assumit l'ús del gènere masculí com a equivalent a un gènere neutre**, contribuint a la configuració mental d'imatges masculines que exclouen les dones. Expressant, reproduint i construint en el pensament una realitat on l'home heterosexual es troba al centre.

Quan parlem de **llenguatge sexista** ens referim a aquell que tendeix a excloure o a no fer visibles les dones i persones que no s'identifiquen com a homes o que adjudica rols a les persones depenent de la seva identitat de gènere i no de les seves capacitats o valors.

Cal fugir, per tant, del principi de l'economia del llenguatge i de la idea que el llenguatge és neutre perquè, fent-ne ús, estem obviant gran part de la població.

Un **llenguatge inclusiu en perspectiva de gènere** és aquell que fa visible de la mateixa manera a dones i homes, manifesta l'existència de tots els gèneres i permet anomenar i expressar plenament.

### Recursos lingüístics per evitar el sexisme

- **Ús dels genèrics i dels noms col·lectius:** la tendència d'utilitzar el masculí com a forma genèrica oculta o minimitza la presència de persones que no s'identifiquen com a homes en determinats contextos. Però cal saber que existeixen noms genèrics que inclouen tots els gèneres.

L'ús de les formes genèriques s'ha de considerar com a primera opció per evitar el masculí com a genèric, perquè són el recurs que afavoreix més la llegibilitat. Per exemple, en comptes de dir "homes i dones" direm població, éssers humans, ciutadania o gent.

- **Ús de dobles formes:** les dobles formes recullen el gènere masculí i el gènere femení. Es recomana, però, restringir-ne l'ús perquè poden fer la lectura més feixuga i binària. És adequat per als documents on es vol emfatitzar la referència a les dones.

S'ha de tenir en compte també que en els casos en què sigui necessària la presència d'un adjectiu o d'un article, aquest ha d'aparèixer en les dues formes. Tot i així, hem de saber que posar primer una o altra forma també implica certa jerarquització i és important alternar l'ordre d'aparició.

Distingim dos tipus de formes dobles: les senceres, que es poden coordinar amb una conjunció, i les abreujades, que se separen amb una barra. Aquestes darreres són útils només quan l'espai ens limiti i no es trobi un altre recurs millor (per exemple, a un qüestionari o al Twitter).

En un mateix document, triarem una d'aquestes opcions i mantindrem la coherència al llarg del text. Per exemple, direm "els i les treballadores" o "les i els treballadors" en comptes de "els treballadors". O treballadors/es.

- **Ús de noms abstractes:** es recomana fer servir substantius abstractes que evitin l'ús d'un dels dos gèneres. Per exemple, direm "es necessita personal amb titulació" en comptes de "es necessiten titulats".

- **Frases i perífrasis:** una altra manera d'evitar el gènere masculí és mitjançant l'ús d'expressions de més d'una paraula que podrien ser expressades amb una sola. Per exemple, direm "personal sanitari" en lloc de "infermeres", "poble català" en comptes de "els catalans" o "personal docent" en lloc de "mestres".

- **La utilització de pronoms indefinits:** si no volem concretar el gènere perquè no sabem si la persona és home o dona,

convé evitar l'ús de l'article. Hi ha altres recursos a l'abast, com els pronoms "algú", "qualsevol", "qui" o "tothom".

- **Evitar l'ús de l'@ i la "x" per designar un genèric:** per a xarxes ens pot ajudar a escurçar les paraules però no ens permet la pronunciació i no té reconeixement lingüístic com a marca de gènere gramatical.

### Altres formes de llenguatge sexista que hem d'evitar

- **Paraules que canvien de significat** segons s'apliquen a un home o a una dona. Per exemple, home públic i dona pública. Així mateix hem de tenir en compte que els adjectius tampoc s'atribueixen de manera innocent:

	Noia	Noi
Persona activa	nerviosa	inquiet
Persona sensible	dolça	efeminat
Persona expressiva	grossera	segur
Persona curiosa	cotilla	intel·ligent

- Utilitzar **diferent tractament** per a homes i dones (senyor i senyoreta).

- Fer servir **el femení per menysprear o desqualificar** ("això és cosa de dones").

- Fer ús de paraules amb **connotacions** positives que no tenen femení (cavalleriesitat) i d'altres amb connotacions negatives que no tenen masculí (harpia).

## Llenguatge no LGTBIfòbic

El reconeixement progressiu dels drets i les llibertats de persones lesbianes, gais, bisexuals, pansexuals, transsexuals i intersexuals ha fet que a la nostra societat es **redueixi la discriminació** i es **potenciï la igualtat de tracte** en aquests col·lectius. Tot i així, encara perduren moltes actituds i comportaments hostils a les identitats i les orientacions sexuals no majoritàries.

Per tal de trencar amb les opressions físiques, emocionals i simbòliques que multipliquen els prejudicis d'una **societat tradicionalment binària, cissexista i heteronormativa**, i amb l'objectiu de fer visible la diversitat afectiva, sexual i de gènere, és important que tinguem en compte una sèrie de recomanacions:

- En comptes de parlar d'homosexuals o de comunitat homosexual, és preferible **parlar dels col·lectius concrets** per no invisibilitzar la resta.

- Quan parlem de persones transsexuals, es recomana parlar **d'homes i dones transsexuals**. I, per descomptat, dirigir-nos en funció del gènere amb el qual s'identifica el subjecte i no pas en funció del gènere assignat al néixer. I quan tractem amb elles, no hem de fer referència al seu "nom anterior".

De la mateixa manera, quan ens trobem a una reunió amb moltes persones desconegudes, hem de demanar que tothom es presenti amb l'article amb el qual vol ser anomenat.

- En el **contingut audiovisual**, cal evitar la iconografia referent a expressions corporals i gestuals acompanyades de símbols que alimenten estereotips (manera de vestir, colors, to de veu). I no hem d'utilitzar iconografies biològiques que facin referència a un gènere determinat.

- Evitar sempre **expressions LGTBIfòbiques arrelades al llenguatge quotidià**. Per exemple, l'expressió "mariconada",

"donar pel cul", "efeminat". Així com evitar els acudits que utilitzin l'opció sexual com una forma de burla o atac.

- Per tal de guanyar presència, donarem veu a les persones LGBTI en els nostres missatges per garantir el tracte igualitari i vetllarem per una **representació plural i diversa de les diferents persones LGBTI**. També tractarem de positivament la representació de les persones LGBTI en totes les comunicacions amb una imatge integral.

- Tenir clar des de l'entitat la diferència entre **orientació afectivo-sexual** (atracció afectiva i emocional) i **identitat de gènere** (sentiment de pertinença a un sexe), així com la resta de conceptes relacionats amb els col·lectius.

## El tractament de les persones amb diversitat funcional

Històricament, el llenguatge, per referir-se a les persones amb discapacitat, ha estat ple de **connotacions pejoratives**. Cal treballar per incorporar canvis en el nostre vocabulari per col·laborar en la integració i normalització del col·lectiu. Tot i així, les **discussions sobre els conceptes** que envolten al col·lectiu encara estan obertes i existeix pluralitat d'opinions entre les pròpies implicades.

Fins i tot, quan tractem de comunicar-nos de la manera més respectuosa possible, correm el risc de caure en alguns tics propis d'una **societat capacitista**: es tracta d'una realitat on totes les persones llogades socialment com a "capacitades" són les que construeixen la norma i on s'espera que les persones amb diversitat funcional no s'hi adaptin o hi quedin excloses. El pensament capacitista interpreta la diversitat funcional com un error i no pas com una conseqüència més de la diversitat humana.

Ens hem d'esforçar, per tant, en formular una **comunicació centrada en el valor de la persona** i amb la vocació de representar-la en totes les seves complexitats, no només des de la perspectiva d'allò que la fa diversa i plural.

Alguns consells:

- **Sempre parlem de persones:** hem d'evitar l'ús d'etiquetes genèriques i reflexionar fins a quin punt és necessari especificar el tipus de diversitat de la persona. El concepte "diversitat funcional" ja és suficientment específic com per subratllar la característica o el valor que la fa diferent.

- **Evitar sensacionalismes i un llenguatge paternalista:** hem de intentar no atribuir vivències a aquestes persones que no corresponguin amb les seves experiències. Termes com impedit o impedida, víctima, afligit o afligida, no beneficien la normalització.

- **Evitar termes que menyspreïn la persona:** paraules com minusvàlid o minusvàlida, boig o boja, anormal o deficient menystenen les capacitats de la persona.

- **Evitar eufemismes condescendents:** termes com "psíquicament diferent", persona "amb problemes físics" o "físicament limitat" són eufemismes que utilitzem per no ferir sensibilitats en les persones però que són condescendents.

- **Fugir de les comparacions** entre persones amb diversitat funcional i persones amb capacitats "habituals".

- **Garantir la representació:** sovint són col·lectius de persones poc representades en la societat. No només cal que els fem visibles en moments concrets (com el dia Mundial de la Salut Mental, per exemple), sinó que tinguin presència de manera regular i natural en les nostres comunicacions. Cal donar-los espai sempre en les activitats, debats i accions.

- **Garantir l'accessibilitat:** a l'hora de comunicar-nos directament amb aquestes persones, facilitarem l'accés a la informació i al intercanvi adaptant els continguts o diàlegs a les seves necessitats. Per exemple, fent més accessible la nostra web, proporcionant l'opció d'un interlocutor que es pugui comunicar per llengua de signes.

**Pel que fa a la salut mental**, cal saber que segons l'estudi "Desestigmatitzem la salut mental", elaborat al 2016 pel CNJC, **"el 20% dels i les joves d'arreu del món pateix alguna mena d'afecció a la salut mental"**. Tot i així, aquestes persones són sovint estigmatitzades i poc visibles a través dels nostres espais comunicatius.

Què hem de tenir en compte a l'hora de dirigir-nos al col·lectiu? Més enllà del que ja hem comentat:

- Evitar termes que designen **trastorns mentals com a adjectius negatius o còmics**, com esquizofrènic, paranoic, depressiu, quan ens referim a situacions o coses caòtiques, irracionals o extravagants.

- No confondre els trastorns mentals amb **discapacitats intel·lectuals**.

- **Evitar expressions estigmatitzadores:** psicòpata, boig o boja, trastornat o trastornada. En el seu lloc, parlarem de persones que viuen amb un problema de salut mental.

- Presentar **la salut i la malaltia** com dos aspectes naturals i substancials a la vida.

## El tractament de les persones migrades

Sovint, a les comunicacions que tracten temes vinculats a les migracions és recurrent trobar llenguatge exclusiu que **generalitza els col·lectius i crea estereotips**. El tracte "elles contra nosaltres", la manca de visibilitat de la diversitat ètnica, les expressions deshumanitzades i els enfocaments centrats en el conflicte i la hostilitat són freqüents i alimenten els discursos d'oci, dificultant així la integració.

Algunes recomanacions:

- **Evitar la imprecisió:** fer referència a grans quantitats de persones migrades o minories ètniques sense que ho fonamentem en cap dada. Les aparicions subjectives en els discursos alimenten la simplificació dels fets i donen lloc a informacions que sovint no corresponen a la realitat.

- **Evitar generalitzacions:** aquestes creen una construcció social plena d'estereotips que acostumen a mostrar les persones migrades com un col·lectiu homogeni, eliminant les seves pròpies diversitats.

- **No caure en la utilització d'expressions deshumanitzades:** fer ús de paraules com "allau o onada d'immigrants" reforça la idea que ens envaeixen.

- **Potenciar la construcció en primera persona:** utilitzar el nom i cognom de la persona sense necessitat de definir-la en un grup cultural o ètnic.

- **No contraposar als col·lectius:** evitar binarismes com "autòctons i immigrants" o "els d'aquí i els de fora".

- **Normalitzar la diversitat cultural:** fer-la visible a través de tots els materials que comuniquem des de la naturalitat. Això inclou també els tractaments gràfics i les fotografies, més enllà dels comunicats.

- **Precisió lèxica:** hem d'evitar paraules o expressions inexactes o imprecises. Per exemple, no confondre adjectius musulmà i islàmic (que fan referència a la religió de l'islam) amb àrab o marroquí (que designa un origen geogràfic).