



SOMDOCENTS

GUIA DE LLENGUATGE INCLUSIU

GUIA DE LLENGUATGE INCLUSIU

El llenguatge és capaç de **reforçar, limitar i condicionar la forma de sentir i de pensar de les persones** i és un aspecte clau en la **transmissió de valors i en la socialització**.

En la nostra **societat heteropatriarcal**, existeixen manifestacions masclistes, racistes o d'homofòbia, i aquestes es poden veure fàcilment **reflectides i reforçades en la llengua**.

El llenguatge no és sexista en si mateix, **sinó que ho és el seu ús**.

Fer un ús no sexista del llenguatge contribueix a una **major visibilització de la dona, a trencar estereotips i a fomentar igualtat**.

Fomentar una escola inclusiva, respectuosa i igualitària és incongruent si utilitzem un llenguatge sexista, de manera que cal que **posem el nostre granet de sorra per fomentar la coeducació i la igualtat**.

Aquesta guia ofereix alternatives i recomanacions per fer un ús del llenguatge inclusiu. Quan generem continguts, aquests han de ser inclusius per fomentar la participació de la dona i corregir la tendència a un enfocament androcèntric del discurs.

Tenir cura del llenguatge en tots els nostres documents, plataformes digitals, xarxes socials i comunicació amb l'alumnat és clau per promoure el nostre compromís amb la coeducació i amb una societat respectuosa i igualitària, lliure d'estereotips sexistes i discriminatoris.

GUIA DE LLENGUATGE INCLUSIU **SomDocents**

1. Formes genèriques
2. Formes dobles
3. Tracte igualitari i fora prejudicis
4. Respecte a la diversitat
5. Evita expressions amb connotacions sexistes

«Si el llenguatge no em nomena, no existeixo, però, mentre jo existeixi, lluitaré perquè el llenguatge em nomeni.»

Diana Raznovich

1. Formes genèriques

Evitem utilitzar el masculí genèric com a norma. Per evitar-ho, podem **utilitzar termes col·lectius i genèrics** que incloguin ambdós sexes, un ús que es prioritza a les formes dobles en masculí i femení.

Alumne	Alumnat Estudiant
Professor / mestre	Equip docent Professorat Personal docent Claustre
Director	Direcció Junta directiva
Tots	Tothom Cadascú Qualsevol <i>Utilitzem tothom, algú, cadascú, qualsevol o qui en comptes de tots, el, els o aquells.</i>
Home	Humà Humanitat
Ciudadans	Ciudadania
Nens	Infància Infants Mainada, canalla
Nois / adolescents	Joves Jovent o joventut Adolescència <i>Quan parlem sense referir-nos a una edat concreta, hem d'incloure'ls als dos: infants i joves.</i>
Amics	Amistats
Pares	Família
Treballadors	Personal Plantilla Equip
Els altres	La resta Aliens o alienes Altres persones
Els seus iguals	La resta d'iguals

La paraula **persona** seguida d'un adjectiu o **d'una frase subordinada** ens permet disposar d'una expressió vàlida per a homes i dones. També podem utilitzar **qui o gent**.

Les dones de la neteja	El personal de neteja <i>No pressuposem que siguin dones.</i>
Destinatari	La persona destinatària
El responsable	La persona responsable
L'adult	La persona adulta La persona referent
Psicòleg, psicopedagog, orientador...	Professional en psicologia, psicopedagogia, orientació acadèmica...
Estem agraïts	Us agraïm
Benvolguts	Us donem la benvinguda
Encarregat de	S'encarrega Es responsabilitza
Estem compromesos amb	Tenim un compromís amb
Estar atents	Estar en alerta
Alumnes motivats i respectuosos	Alumnat que mostra motivació i respecte Alumnat motivat i respectuós
Els lectors del blog	Qui llegeix el blog La gent que llegeix el blog Les persones que llegeixen el blog
El que pensa	Qui pensa que

2. Formes dobles

Per tal de no excloure a cap gènere, normalment el femení, **podem optar per les formes genèriques o fer desdoblaments**. És preferent utilitzar un terme genèric si és possible, però, per tal de dinamitzar la lectura i quan no sigui possible fer ús de genèrics, haurem d'esmentar ambdós gèneres.

Companyes	Companyes i companyes
Ell mateix	Ell mateix i ella mateixa <i>Podem dir: De forma autònoma, autònomament o d'elaboració pròpia.</i>
Els alumnes	Els i les alumnes Les i els alumnes
El professor/ el mestre	El professor o professora La mestra o el mestre
Els avis	Les àvies i els avis <i>(Compte! Direm la gent gran quan no ens referim explícitament a persones amb nets i netes).</i>
Els pares	El pare i la mare <i>(La família, els familiars...)</i>
El principal protagonista	El i la principal protagonista
El nen	El nen o la nena

L'ordre sí que és important!

És encara més inclusiu i igualitari tenir en compte l'ordre que donem als desdoblaments i **no sempre posar en primera posició el masculí**. Per tant, **és convenient anar alternant les posicions per un tracte igualitari**.

Preposicions

Hi ha tres estratègies igualment vàlides quan fem desdoblaments:

- Signatura de la directora o **del** director.
- Signatura de la directora o **el** director.
- Signatura de la directora o **(sense)** director.

Adjectius

Si acompanyen altres paraules amb les que han de concordar, aplicarem el criteri de proximitat, de manera que l'adjectiu concordarà amb la paraula més propera (l'última):

- Els nens i nenes més **mogudes**.

En canvi, si és relatiu a professions i càrrecs, és recomanable repetir l'adjectiu si aquest és variable, tant en singular com en plural:

- Educadors i educadores físiques.
- **Educadors físics i educadores físiques.**

No és necessari repetir l'adjectiu si aquest és invariable:

- Educador social o educadora social.
- **Educador o educadora social.**

L'ús de desdoblaments amb barres «/»

És un recurs que cal **reservar per a documents administratius, llista de càrrecs, formularis...**, és a dir, quan cal un estalvi d'espai. Per exemple:

- Nen/a
- Alumne/a
- Educador/a

De totes maneres, molts dels mots tenen genèrics alternatius: *infants*, *alumnat* i *personal educatiu*.

També es poden trobar **formes amb substantius no sexuats**, com, per exemple:

- Llicenciat en: amb llicenciatura en
- Domiciliat a: amb domicili a

Si tenim una taula o formulari, i trobem necessari utilitzar les barres, **tindrem en compte** el següent:

- Si la forma femenina presenta diferències ortogràfiques respecte a la masculina que no consisteixen només a afegir o canviar una lletra, s'ha d'escriure la terminació femenina des de la vocal tònica incloent-hi aquesta. Ex: **Usuari/ària**

Ús de la X o la l

«Ei, noix!» , «totis». Són fórmules ràpides per utilitzar un llenguatge inclusiu i proper, ja que inclouen a homes, dones i d'altres identitats que surten d'aquest marc. **Es recomana**

només fer-les servir en el llenguatge molt informal o a les xarxes socials. Tot i així, serà més recomanable utilitzar un terme genèric o desdoblaments.

3. Tracte igualitari i fora prejudicis

Quan coneixem la persona referent, i sabem que és una dona, és discriminatori utilitzar un terme masculí. Per tant, **sempre que sapiguem que la persona és una dona, així ho indicarem.**

- Autora, metgessa, psicòloga, investigadora, alcaldessa...

És important no caure en redundància ni prejudicis, com ara:

- **Escriure *dona* seguit d'una denominació de càrrec públic és un ús inapropiat**, ja que remarca que la condició sexual és prevalent sobre la identificació professional. A més, és redundant, ja que l'article ja ho indica.
 - » *Les dones policies, la dona gerent...*
- Hi ha **expressions que associen determinades professions únicament a les dones** o que donen **per suposat que la persona a qui ens referim és heterosexual**.
 - » *Les seves dones, les dones de la neteja, el pare i la mare...*, caldria dir *les seves parelles, el personal de neteja o els seus cònjuges o la família*, ja que no podem donar per suposat que el model familiar o parella és heterosexual.
- **Evitar utilitzar termes de distinció en les dones pel seu estat civil o edat** ni tampoc referir-nos sempre a la dona com acompanyant.
 - » «El senyor Jaume va venir amb la seva dona», posant la dona en segon pla.
 - » Evitar «senyora» o «senyoreta», per edat o estat civil.
 - » «Mare soltera». Les famílies monoparentals són estructures familiars i no cal fer explícit l'estat civil quan la persona no té parella.

4. Respecte a la diversitat

Hem d'evitar expressions i metàfores que estigmatitzin la salut mental o la frivolitzin. En aquest sentit, proposem alternatives respectuoses:

Discapacitat	<p>Persona amb discapacitat</p> <p>Persona amb diversitat funcional</p> <p>Hem de posar èmfasi en la condició de persona, ja que la dificultat, deficiència o trastorn no determina la persona.</p>
Alumne autista/nen autista	<p>Persona amb autisme/alumnat amb autisme</p> <p>Nen o nena que té autisme</p> <p>La persona no és autista o dislèctica, sinó que la persona té autisme o dislèxia.</p>
El cec/cega o sord/a invident	<p>Persona amb ceguesa, persona amb sordesa</p> <p>Persona que té una deficiència auditiva</p> <p>Persona amb necessitats de tipus sensorial</p>
Minusvàlid/a, invàlid/a, paralític/a...	<p>Persona amb discapacitat física</p> <p>Persona amb mobilitat reduïda</p>
Educació especial	Pedagogia terapèutica
Alumnat amb algun trastorn, malaltia mental, dement...	<p>Alumne o alumna que té un diagnòstic de...</p> <p>Persona amb problemes de salut mental</p> <p>Alumnat amb necessitats educatives específiques</p>
<p>«Vivim una situació esquizofrènica»</p> <p>«Sembles bipolar»</p> <p>«Avui estic molt depre»</p>	<p>«Vivim una situació complexa/canviant»</p> <p>«Ets molt voluble»</p> <p>«Avui tinc el dia trist»</p>

5. Evita expressions amb connotacions sexistes

Moltes vegades utilitzem expressions o frases fetes que tenen connotacions sexistes, i cal tenir-les presents per tal d'evitar-les i no seguir generant estereotips i desigualtats.

Certes expressions homòfobes, com, per exemple:

- «**Que et donin pel cul**» o «**Això és una mariconada**».

Caldrà evitar-les i substituir-les per «Ves a pastar fang» o «Això és un ximpleria».

Relacionar allò femení amb una cosa emocional, intuïtiva, relacionada amb cures i família i allò masculí amb una cosa d'acció, pràctica, relacionada amb el camp laboral, els esports..., ja que reforça els estereotips sexistes i genera desigualtat, de manera que hem d'evitar-ho.

- «M'heu fet emocionar. Heu fet que **sortís la meva part femenina**».
- «Juga a futbol **tan bé com un home**».
- «Tan fort que és i **ha cridat com una nena**».
- «**Plores com una nena**».
- «Vaja! S'ha descosit el botó de la bata, després li direm **a la mare** perquè el cusi».

Hi ha moltes alternatives per expressar-nos sense haver de recórrer a paraules, expressions o imatges que poden marginar. Utilitzar un llenguatge inclusiu ens farà ser una societat més respectuosa, igualitària i empàtica!