

## Assertivitat, si us plau

*Des de la Butaca d'en Voltaire. PER L'HOMENOT DE LA PIPA*

*Il·lustració: Maria Picassó*

Les persones que tenen tendència a no molestar, a ser responsables, molt autoexigents, crítiques amb elles mateixes, a no fer paleses les seves conviccions i pensaments més íntims per tal de no molestar, que els costa manifestar les seves conviccions, són, sovint, susceptibles de necessitar consell, ja sigui en el divan psicoanalític, mitjançant "coaching" o altres teràpies alternatives: productes varis del camp, exercicis de contorsió d'importació oriental...

Aquest funcionament provoca un estat d'angoixa que s'ha de manegar amb intervencions per millorar l'autoestima i requereixen canvis de actituds i plantejaments nous. Un dels molts consells que solen rebre és que practiquin l'assertivitat, que incorporin a la seva conducta funcionaments assertius, que mostrin les seves opinions i defensin el seu espai a l'hora de relacionar-se amb els altres.

A la nació catalana, tímida, obsessiva, ordenada històricament i poc assertiva en general, potser per les garrotades rebudes en els darrers segles, ens ho vam manegar tan malament quan podíem créixer sols (no ens enganyem, són més de tres segles d'històries mal resoltes) que tant el seu cos com la seva ànima són carn de teràpia. No estem tan malalts com per necessitar tractament farmacològic, l'opció psicoanalítica és una de les millors, no progresses mai malgrat vols fer-ho, però entretenir, a fe de Déu que ho fa, i molt, que si la culpa és del pare o de la mare, i més quan ens va traumatitzar una guerra que ens va deixar orfes de pare i mare...

En resum, hem de ser més assertius, mitjançant l'autoafirmació, i manifestar els nostres drets. I fer-ho amb assertivitat vol dir no deixar-se manipular i manipular els altres. Llàstima que en política la persona poc assertiva cau, sovint, sota les grapes d'interlocutors agressius amb tics i costums dictatorials. Us sona allò dels actes reflexos del franquisme?