

**Minden olyan irodalmi alkotás feldolgozásánál beemelhető, amelyben lehetőség nyílik a bocsánatkérésre: pl. Lilla bocsánatot kér Csokonaitól, mert máshoz ment (Csokonai: *A Reményhez*); Hermész bocsánatot kér Apollótól, hogy elhajtotta a marháját (mitológia)...**

Bocsánatot kérni nem könnyű...

(1) Bocsánatot kérni nehéz. Nem véletlen, hogy jó bocsánatkéréssel szinte alig találkozunk, hiszen nem könnyű belátnunk, ha hibáztunk, könnyebb másra hárítani a dolgot, „terelni”, akár vádaskodni. A jó bocsánatkéréshez első lépés felismerni, milyen hibát követtünk el, majd azt, hogyan ne kérjünk bocsánatot.

(2) A foghegyről odavetett „bocs” – ha még grimaszt is vágsz hozzá – csak annyit üzen, hogy nem gondolod komolyan, inkább csak túl akarsz lenni a „kötelező illetanon”. A „de” szócska sem segít, hiszen mindenki tudja, hogy utána jönnek a kifogások. Nem az a lényeg, hogy ki kezdte a vitát, vagy hogy a sértett vagy te mit érzel, hanem az, hogy mit tettél, és annak mi a következménye.

(3) A valódi bocsánatkérésnél fontos, hogy egyes szám első személyben beszélj, hiszen el kell ismerned, hogy hibáztál. Konkrétan nevezd meg a tettet, amiért bocsánatot kérsz, adj rá magyarázatot! Mondd ki, hogy megbántad, amit tettél; ígérd meg, hogy a jövőben nem történik hasonló; és hogy igyekszel jóvátenni a hibát. És persze kérj bocsánatot!

(4) Bocsánatot kérhetsz, de nem várhatod el, hogy a másik megbocsát. Semmiképpen ne szorongj amiatt, hogy elfogadják-e a bocsánatkérést, amennyiben te megtettél mindent, ami ebben a helyzetben elvárható. Hasznos tanács: inkább előre kérj engedélyt, mint utólag bocsánatot.

*(oktatási célra átalakított szöveg)*

**1. Elveszett bekezdés. Olvasd el a következő bekezdést! Véleményed szerint melyik bekezdés után következett az eredeti szövegben? Egészítsd ki a hiányos mondatot!**

*Ha bocsánatot akarsz kérni, ne üzenetben vagy cseten tedd! Természetesen szóbeli bocsánatkérés esetén az érzelem és a hangleyjtés is jelentős mértékben befolyásolja a végeredményt. Ha szemtől szemben kérünk bocsánatot, a szemkontaktus, az őszinteség megfelelő kifejezése, és az ehhez hasonló tényezők is fontos szerepet játszanak.*

A **harmadik** bekezdés után következik, mert **ez már a bocsánatkérés módjáról, „kiegészítőiről” szól.**

## 2. Magyarázd meg röviden, mit jelentenek a szövegből kiemelt szavak!

belát: *elfogad, elismer, beismer*

másra hárítani: *valamilyen kellemetlenséget másra fog a maga mentése céljából másra fog*

foghegyről odavet: *felsőbbséggel, lenézően, fölényeskedő szűkszavúsággal beszél*

grimasz: *az arc, száj, orr gúnyt, lekicsinylést, megvetést, undort kifejező mozdulata, vagy ezek elhúzása, elgörbítése, eltorzítása mások nevetésének kiváltására.*

konkrét: *érzékelhető, kézzelfogható, pontosan megnevezett*

## 3. A 3. bekezdés alapján sorold fel a bocsánatkérés elemeit! (hat elem)

– *sajnálátát fejezi ki, bocsánatot kérsz*

– *elismeri a hibát*

– *megnevezi, mit követett el*

– *megmagyarázza a hiba okát*

– *ígéret a jövővel kapcsolatban*

– *jóvátétel ígérete*

## 4. Mit jelent a szöveg végén megfogalmazott tanács: *inkább előre kérj engedélyt, mint utólag bocsánatot?*

*Érdemes előre gondolkodni, és engedélyt kérni, hogy valamit megtehessünk.*

Forrás:

A valódi bocsánatkérés 8 pontja, <https://asszertivakademia.hu/a-valodi-bocsanatkeres/>,  
(Megtekintés: 2022.08.23.)

Langner Livia *Egy őszinte bocsánatkérés anatómiája*, <https://mindsetpszichologia.hu/egy-oszinte-bocsanatkeres-anatomiaja>, (Megtekintés: 2022.06.13.)

A bocsánatkérés kulcselemei, <https://mipszi.hu/hir/160419-bocsanatkeres-kulcselemei>,  
(Megtekintés: 2022.06.13.)