

## II. Biztatás, bátorítás

---

Mi baj van?

Előfordul az  
ilyesmi.

Ne félj,  
menni fog!



Fel a fejjel!

## II. Biztatás, bátorítás

### Beszédpanelek és mintadialógusok

- **Ne izgulj, menni / sikerülni fog!**
- **Ne butáskodj, menni / sikerülni fog!**
- **Ne hülyéskedj, menni / sikerülni fog!**
- **Ne félj, menni / sikerülni fog!**
- **Meglátod, menni / sikerülni fog!**
- **Biztos menni / sikerülni fog!**
- **Nyugi, menni / sikerülni fog!**

I.

- Annyira félek, hogy megbukok a nyelvvizsgán!
- Ne izgulj! Biztos sikerülni fog!
- Gondolod?

II.

- Annyira félek ettől a konferenciától! Előadást kell tartanom, és ott lesz a főnököm, egy neves tudós...
- Meglátod, menni fog! Te leszel a legjobb!
- Kedves tőled, hogy így biztatsz.

- **Szedd már össze magad egy kicsit! (lehet irritált)**
- **Ne legyél (már) ilyen negatív! (kissé irritált)**

I.

- Érzem, hogy nem fog menni a vizsga.
- Jaj, dehogynem! Ne legyél már ilyen negatív!
- Jól van na, de ha egyszer tényleg félek tőle!

II.

- Nem fogom tudni leadni ezt a munkát pénteken. Ráadásul nem is lett olyan jó, mint ahogy elképzeltem. Holnap felmondok, én nem bírom ezt a stresszt!
- Szedd már össze magad egy kicsit! Ezt havonta egyszer mindig előadod, aztán mindig meg vannak veled elégedve!

- **Mindenkivel előfordul (hat) ilyesmi.**
- **Előfordul az ilyesmi.**
- **Velem is előfordult már nemegyszer, hogy...**
- **Van ilyen.**

I.

- Mi baj van?
- Semmi. Tegnap összevesztem egyik kollégámmal. Ráadásul az én hibám volt, tettem egy hülye megjegyzést a munkájára. Nem akartam megbántani, de nem tudtam megállni, hogy ne szóljak be neki.
- Ezen ne rágd magad! Velem is előfordult már nemegyszer, hogy olyat mondtam, amit nem kellett volna. Majd kibékültök!

II.

- Jaj, ne haragudj, de összetörtem az egyik kávéscsészédet!
- Semmi baj. Előfordul az ilyesmi.

- **Fel a fejjel!**
- **Ne keseredj el!**
- **Ne vedd úgy a szívedre!**

I.

- Mi baj van?
- Az előbb összeveszttem a barátnőmmel. Semmi komoly, de azért rossz kedvem lett tőle.
- Fel a fejjel! Biztosan nemsokára kibékültök.

II.

- Tudod, annyira rosszul esett, amikor a Józsi azt mondta, hogy úgy nézek ki, mint Yoko Ono száz évesen!
- Jaj, ne vedd úgy a szívedre! Nem hiszem, hogy komolyan gondolta.
- Dehogyanem! Látnod kellett volna, ahogy vigyorgott hozzá!

- **Nem szabad feladni!**
- **Most akarod feladni, amikor ...?**
- **Most akarod feladni, amikor ott vagy a célnál?**

- Én nem megyek többet németórára. Olyan béna vagyok, mindenki sokkal jobban beszél nálam.
- Ne hülyéskedj! Most akarod feladni, amikor a nyelvvizsga előtt állsz? Ha összeszeded magad egy kicsit, biztosan sikerülni fog!
- Hát, nem tudom.

- **Ne (is) törődj vele!**
- **Ne (is) foglalkozz vele!**
- **Hagyjad, hadd mondja!**

- Olyan rosszul esik, hogy Pali mindig úgy beszél velem, mintha idióta lennék.
- Ne is törődj vele! Tudod, hogy mindenkivel ezt csinálja.
- Tudom, de mégis rosszul esik...

- **Ha (bármiben) tudok segíteni, csak szólj!**
- **Szólj nyugodtan, ha bármiben tudok segíteni!**
- **Tudod, hogy rám mindig számíthatsz.**

- Hétvégén költözünk, és még el sem kezdtünk pakolni!
- Ha tudok segíteni, csak szólj!
- Kösz, rendes vagy!

## Gyakorlat

### Egészítse ki a szituációkat!

- 1.- Jaj, annyira félek az informatika-vizsgától!
- Ne .....! Biztosan ..... fog!
- 2.- Még egy csomó dolgot el kell intézнем, mielőtt szabadságra megyek.  
Csak azt nem tudom, hogyan.
- Nyugodtan ....., ha .....  
..... segíteni!
3. - Majdnem elsírtam magam, amikor kiderült, hogy nem mentem át a  
nyelvvizsgán.
- Elhiszem. De azért ne ..... el, legközelebb  
biztosan sikerülni fog!
4. - Annyira rosszul esik, hogy Noémi állandóan kritizál. Ráadásul  
nincs is igaza.
- Hagyjad, .....! Tudod hogy soha  
nincs megelégedve semmivel.
- Tudom, de mégis rosszul esik.
5. - Én otthagytam az egyetemet. Nem érdekel már az informatika. Igaz,  
más sem.
- Ne már! ..... magad egy  
kicsit! Még egy év és kezdedben a diploma!

## A gyakorlat megoldása

1.- Jaj, annyira félek az informatika-vizsgától!

- Ne **izgulj/félj!** Biztosan **menni/sikerülni** fog!

2.- Még egy csomó dolgot el kell intézнем, mielőtt szabadságra megyek.

Csak azt nem tudom, hogyan.

- Nyugodtan **szólj**, ha **kell/tudok valamit** segíteni!

3. - Majdnem elsírtam magam, amikor kiderült, hogy nem mentem át a nyelvvizsgán.

- Elhiszem. De azért ne **keseredj** el, legközelebb biztosan sikerülni fog!

4. - Annyira rosszul esik, hogy Noémi állandóan kritizál. Ráadásul nincs is igaza.

- Hagyjad, **hadd mondja/kritizáljon!** Tudod hogy soha nincs megelégedve semmivel.

- Tudom, de mégis rosszul esik.

5. - Én otthagytam az egyetemet. Nem érdekel már az informatika. Igaz, más sem.

- Ne már! **szedd össze** magad egy kicsit! Még egy év és kezdedben a diploma!