





## **ES POT APRENDRE A DISCULPAR-SE?**

Hi ha qui pensa que aquesta habilitat social està passada de moda. Molts joves solen pensar que disculpar-se és rebaixar-se. Pot ser que, en opinar així, estiguin donant per descomptat que demanar disculpes equival a deixar-se trepitjar per l'altre.

Però disculpar-se no és rebaixar-se: és arreglar alguna cosa que s'havia trencat. És tornar a tenir la mateixa relació, o una relació millor, amb una persona a qui havíem ofès o molestat.

- **Teniu clar el què és disculpar-se? Ho practiqueu quan és necessari?**
- **Per disculpar-se, cal emprar sempre la fórmula "disculpa" o "perdona" o hi ha altres maneres de fer-ho? Poseu-ne alguns exemples.**
- **Has oblidat l'aniversari d'una amiga molt estimada i està dolguda. Explica a la resta de companys/es com et disculparies.**