

## Les 2

# Doorgaan na een pauze

*Pauze is oké. Doorgaan is spreken.*

---

### Wat deze les is

Deze les helpt je **doorgaan met spreken na een pauze**.

Niet sneller praten.

Niet beter nadenken.

Gewoon blijven in het gesprek.

Je hoeft:

- geen vloeiende zinnen te maken
- geen stilte te vermijden
- geen perfecte woorden te vinden

Een pauze betekent **niet** dat je stopt met spreken.

---

### Wat vaak misgaat

Wanneer mensen pauzeren, denken ze:

- “Nu klinkt het raar”
- “Ik ben vastgelopen”
- “Ik moet opnieuw beginnen”

Door die gedachten:

- raken ze gespannen
- stoppen ze helemaal
- verliezen ze hun zin

Dat is geen taalprobleem.

Dat is een **reactie op stilte**.

---

### Belangrijk idee

Een pauze is normaal.

**Doorgaan na een pauze is succes.**

Je hoeft stilte niet te repareren.

Je hoeft alleen **verder te gaan**.

---

### **Woorden voor een pauze (Listen & Repeat)**

Zeg deze woorden hardop. Rustig.

1. “eh...”
2. “even denken...”
3. “ja...”

Deze woorden zijn geen fout.

Ze geven je tijd.

Ze houden je in het gesprek.

---

### **Hoe je dit gebruikt in het echt**

Stel iemand vraagt:

“Hoe was je dag?”

Je zegt:

“Vandaag was het... eh... rustig.”

Je ging door.

Je bleef spreken.

Dat is genoeg.

---

### **Korte voorbeelddialogen (A / B)**

#### **Voorbeeld 1**

A: Hoe was je dag?

B: Vandaag... eh... druk.

A: Ja, bij mij ook.

B: Ja.

#### **Voorbeeld 2**

A: Wat vind je van de les?

B: Ik denk... eh... goed.

A: Fijn om te horen.

B: Ja.

Dit is al een gesprek.

---

### **Spreekoefening (tijdens de les)**

1. Zeg één korte zin  
Bijvoorbeeld: “Vandaag is het...”
2. Pauzeer bewust
3. Ga rustig verder

Niet versnellen.

Niet corrigeren.

Niet uitleggen.

---

### **Belangrijk idee (herhaling)**

Pauze is geen probleem.

Blijven spreken na een pauze **is** spreken.

---

### **Weekchallenge — Stop & ga door**

Zeg elke dag één Nederlandse zin.

Regel:

- Stop even bewust
- Ga daarna verder

Voorbeeld:

“Vandaag... eh... is het oké.”

Klaar = gedaan.

---

### **Kleine reminder**

Iedereen pauzeert.

Spreken stopt soms.

**Jij hoeft niet te stoppen.**