

## Stop met sorry zeggen — en spreek als iemand die Nederlands durft

Hoe je de verontschuldigingsgewoonte doorbreekt en zelfverzekerder klinkt

### HET KERNIDEE

Je hoeft je Nederlands niet te verontschuldigen. Je hoeft het alleen te spreken.

Begin gewoon. Vervang de verontschuldiging door een verzoek. Als je een fout maakt — ga door.

De verontschuldiging stuurt het signaal: 'verwacht niet veel van me.' Stuur dat signaal niet.

## 20 VERONTSCHULDIGING-NAAR-VERZOEK CONVERSIES

Kolom A: de verontschuldiging die je gewend bent te zeggen. Kolom B: wat je in plaats daarvan zegt.

#	De verontschuldiging	Wat je in plaats daarvan zegt
1	Sorry, mijn Nederlands is niet zo goed.	[Niets. Begin gewoon.]
2	Excuseer mijn Nederlands.	[Niets. Zeg wat je wilt zeggen.]
3	Ik weet niet hoe ik dit moet zeggen.	Hoe zeg je [woord] in het Nederlands?
4	Mijn Nederlands is nog niet perfect.	Ik leer nog — het gaat beter.
5	Sorry dat ik zo langzaam spreek.	[Ga gewoon door. Langzaam is prima.]
6	Ik hoop dat je me begrijpt.	Begrijp je wat ik bedoel?
7	Sorry, ik maak veel fouten.	[Ga door. Corrigeer als je het merkt.]
8	Mijn grammatica is niet zo goed.	Is dit de juiste manier om het te zeggen?
9	Sorry, ik moet even nadenken.	Even denken... (en dan ga je door)
10	Ik probeer het maar het lukt niet altijd.	Ik oefen nog — dank voor je geduld.
11	Sorry dat ik dit in het Engels vraag, maar...	[Stel de vraag in het Nederlands — ook als het niet perfect is.]
12	Ik weet het woord niet.	Hoe heet dat ook alweer?
13	Sorry, ik begrijp je niet.	Kun je dat herhalen? Of iets langzamer?
14	Mijn uitspraak is niet goed.	[Ga door. Uitspraak verbetert door te spreken.]
15	Ik heb niet zo veel geoefend.	Ik oefen elke week — het helpt.
16	Sorry dat ik zoveel vragen stel.	Ik heb nog een vraag.
17	Ik weet niet of dit klopt.	Klopt dit zo?
18	Het spijt me dat mijn Nederlands zo is.	[Niets. Begin je volgende zin.]
19	Ik durf bijna geen Nederlands te spreken.	Ik spreek nog niet zo lang Nederlands — maar ik doe het.
20	Sorry voor mijn accent.	[Niets. Je accent is deel van wie je bent.]

## REFLECTIEVRAGEN

1. Wat voor signaal geeft een verontschuldiging vóór je Nederlandse zin?
2. Hoe vraag je om hulp zonder je te verontschuldigen?
3. Wat doe je als je een fout maakt en je merkt het?
4. Wat doe je als je een fout maakt en je merkt het niet?
5. Noem één verontschuldiging die jij vaak gebruikt — en schrijf de versie zonder.

### **KLEINE ACTIE VOOR VANDAAG**

Één gesprek vandaag zonder 'sorry' of 'excuseer' voor je Nederlandse zin. Begin gewoon. Kijk wat er gebeurt.