

5 astuces pour beaucoup progresser en français en 1 mois

Salut chers amis, merci de me rejoindre pour cette vidéo de Français Authentique et aujourd'hui, je vais répondre à une question ou à une demande qu'on me fait très, très souvent. Des gens me disent... c'est une demande un peu d'urgence. Les gens me disent : « Johan, j'ai un examen dans un mois. J'ai un entretien d'embauche dans un mois. J'ai un test à l'école. Comment je peux améliorer mon français très, très vite en un mois ? Comment je peux progresser très vite en un mois ? ». Et c'est ce que je vais faire aujourd'hui. Je vais te donner 5 astuces, 5 conseils, 5 choses que je ferais si je devais progresser très rapidement dans une langue étrangère pour un test, un examen, un entretien, peu importe. Alors, évidemment, ce que je vais partager aujourd'hui ou ce besoin d'urgence, c'est un peu contraire à la philosophie que j'enseigne d'habitude qui est le Kaizen. Tu connais la règle 4 de Français Authentique. Le Kaizen, c'est « on cherche à faire des petits efforts tous les jours sur une longue période, plutôt que des gros efforts ou des grosses progressions moins souvent ». Je dis toujours : il vaut mieux pratiquer 30 minutes chaque jour du lundi au vendredi que 5 heures le dimanche, par exemple. Il vaut mieux moins et de façon régulière, de façon posée et tranquille. Mais là, je comprends que parfois, on a un besoin urgent. On veut progresser vite, rapidement. Voici donc 5 astuces pour progresser le plus vite possible, en faisant le plus de progrès possible en le moins de temps possible.

Il faut évidemment rester réaliste. L'introduction est peut-être un peu longue, mais c'est important de rester réaliste. Ce sont des méthodes court terme que tu ne pourras pas tenir sur six mois, un an. C'est vraiment une méthode d'urgence. Donc, ce qu'il faut que tu fasses, c'est que tu te dises déjà : pendant un mois, le français va être mon thème. Tout ce que je vais faire va tourner autour du français, ça va être mon obsession pour ce mois-ci, ça va être mon thème du mois.

Et la première chose que je vais te recommander de faire, ça va être de définir ta motivation. Pourquoi est-ce que tu veux apprendre le français ? Pourquoi tu veux progresser pendant un mois ? Je l'ai dit avant. Si c'est un test, un entretien d'embauche, peu importe, tu te le notes. C'est ta mission du mois. Je vais te demander de travailler dur pour progresser pendant un mois. Il faut donc que tu aies une vraie raison, une vraie motivation. Donc, première étape, tu te poses la question : pourquoi ? Quelle est ma motivation forte ? Tu l'écris sur un bout de papier pour que tu puisses la voir tous les jours. Soit tu la mets près de ton lit, tu la lis avant de te coucher ou tu la mets sur ton bureau ou sur la table du petit déjeuner, peu importe, mais tu l'écris pour te booster, pour te donner de l'énergie et pour te rappeler tous les jours pourquoi tu fais ces efforts. C'est la première chose à faire.

Deuxième chose à faire : écouter beaucoup tous les jours. Je vais te demander d'écouter au minimum une heure de français par jour. Ça peut être plus. Et il y a trois règles. La première : tu dois comprendre ce que tu écoutes. Cherche du contenu français

authentique que tu comprends. Si tu comprends moins de 80 %, ça ne sert à rien. Cherche du contenu dont tu comprends au moins 80 % et écoute au minimum une heure par jour. Ça doit être du contenu qui t'intéresse. Ça doit être du contenu qui te passionne. Tu dois être absorbé par le contenu et c'est ça qui te motive, qui te pousse à écouter.

Et enfin, tu utilises tes temps morts. Tu ne vas pas rester assis à rien faire pendant une heure ou plus. Tu écoutes le français tous les jours au minimum une heure, en faisant ton jogging, dans les transports, en faisant ton ménage, en prenant le petit déjeuner, pendant tous les moments pendant lesquels ton corps est occupé, mais ton esprit est libre. Deuxième étape : on écoute au minimum une heure par jour. Tu vas inonder ton cerveau de français.

Numéro 3 : lire beaucoup, au moins 15 pages par jour minimum, en plus de l'écoute. Le français écrit est différent du français parlé. Il y a des tournures de phrases différentes, du vocabulaire différent. Et toi, tu as besoin des deux. Et là, tu fais une course contre la montre, tu veux progresser en un mois, le plus possible. Tu as donc besoin des deux français qui se complètent et c'est pour ça qu'il faut lire beaucoup. Ça va t'apprendre en plus à mieux t'exprimer à l'écrit, donc à mieux écrire. On apprend à mieux parler en écoutant, on apprend à mieux écrire en lisant. Donc, si tu lis beaucoup, tu vas apprendre du vocabulaire, tu vas découvrir un nouveau type de français, et évidemment, les mêmes règles s'appliquent que précédemment pour la lecture. Il faut que tu lises des choses que tu comprends, des choses qui t'intéressent et tu peux aussi essayer d'utiliser tes temps morts, lire quelques pages dans le bus, dans le métro ou pendant d'autres moments qui le permettent.

Numéro 4 : il va falloir pratiquer tous les jours et ce que j'entends par-là, c'est réaliser au moins deux actions. Une action, ça va être, par exemple, un SMS que tu vas écrire en français, un message que tu vas publier sur la page Facebook de Français Authentique ou sur les groupes privés ou WhatsApp, Telegram, Facebook de mes académies. Ça va être un mail que tu vas m'envoyer en français, mais ce qu'il faut (ou à des amis ou peu importe), tous les jours, il faut que tu pratiques au minimum deux fois. Deux fois, ça peut être un mail le matin, une publication Facebook le soir. Ça peut être aussi des échanges sur Skype ou sur Zoom. Dans nos groupes de l'Académie, on échange à l'oral aussi. Donc, il faut, c'est le quatrième, que tu pratiques tous les jours via au minimum deux actions.

Numéro 5 : le week-end, tu choisis soit le samedi, soit le dimanche comme tu veux, tu vas te faire une journée marathon pendant laquelle tu vas écouter au minimum 2 heures de français en faisant de l'exercice. Important. Pourquoi c'est important ? Quand je dis exercice, ça peut être un jogging, ça peut être du vélo, ça peut être de la marche. Il faut bouger. C'est important parce que quand tu bouges, quand tu fais de l'exercice, quand ton corps est actif, eh bien ton cerveau, il a plein d'oxygène, pas mal de circulation. Ton cerveau a plus d'oxygène et tu retiens mieux, tu apprends mieux. Donc en prenant le week-end (ça va être 4 week-ends si on parle d'un mois), un jour, samedi ou dimanche, pendant lequel tu vas

écouter au minimum deux heures en faisant de l'exercice, tu vas renforcer tout ce que tu as appris au cours de la semaine.

Donc, voilà ce que je te suggère. C'est un programme énorme, mais c'est ce que je te dis. C'est un programme court terme, d'urgence seulement pour un mois. Mais si tu le suis à la lettre, si tu suis ce plan de bataille à la lettre, tu vas progresser énormément en un mois.

Premièrement, je résume : tu cherches ta motivation forte. Pourquoi tu veux faire ces efforts ? Quel est le résultat ? Pourquoi vas-tu devoir te motiver un mois ? Tu l'écris sur un bout de papier. Tu le mets soit près de ta table de nuit, sur ton bureau, à un endroit où tu le verras tous les jours.

Deuxièmement : tu écoutes au moins une heure par jour.

Troisièmement : tu lis au moins 15 pages par jour.

Quatrièmement : tu pratiques tous les jours. Tu réalises au moins deux actions chaque jour.

Et cinquièmement : le week-end, tu te prévoies une journée marathon, pendant laquelle tu écoutes au moins deux heures en faisant de l'exercice. Tout ça, ça va booster ton niveau en un mois.

J'espère que ça t'a plu, que ça t'aidera et surtout que tu le feras. Je sais que peut-être 1 à 3 % des gens qui regardent cette vidéo le feront. Si tu le fais, dis-le en commentaire. Dis-nous : « Je l'ai fait. Ça m'a aidé, ou ça ne m'a pas aidé », mais je sais que ça t'aidera. Si cette vidéo t'a aidé, laisse un petit pouce en l'air, apporte ton soutien à la chaîne et n'oublie pas de t'abonner en activant les notifications pour recevoir chaque lundi l'information comme quoi une nouvelle vidéo de Français Authentique est disponible.

Merci de ta fidélité et de ta confiance. A très bientôt. Salut !