

## 5 astuces pour ne plus bloquer à l'oral en français

Salut ! Tu comprends le français à l'écrit, tu comprends quand on te parle, mais au moment de t'exprimer, c'est la panique. C'est normal, tu n'es pas seul. D'autres ont résolu ce problème. On va voir ensemble aujourd'hui quelques moyens de parler sans bloquer.

Merci de me rejoindre pour cette nouvelle vidéo. Avant de passer au contenu et avant d'étudier ensemble quelques moyens, quelques astuces, pour parler sans bloquer, je souhaitais t'annoncer ou te rappeler que jusqu'au 26 décembre, tu pouvais te procurer l'ensemble des cours de Français Authentique avec une très belle promotion d'hiver. Donc, c'est le moment d'en profiter, d'agrandir peut-être la taille de ta bibliothèque de cours Français Authentique. Tu as un lien pour ce faire dans la description.

Le blocage à l'oral, c'est une des plus grandes peurs des apprenants, c'est un des plus gros problèmes des personnes qui souhaitent s'améliorer en français ou qui étudient le français. Le sujet est tellement important qu'on en a déjà fait au moins deux vidéos sur la chaîne. On va te mettre le lien vers l'une d'entre elles dans le « i » comme info et dans la description. Tu pourras aller jeter un petit coup d'œil peut-être après avoir regardé ce contenu, parce qu'aujourd'hui, on a voulu aller un peu plus loin et te donner cinq astuces supplémentaires pour ne plus bloquer quand tu parles le français.

Premièrement : Identifier d'où vient ton blocage. Ça, c'est une étape importante. On ne peut pas résoudre un problème si on ne connaît pas son origine. Est-ce que, à ton avis, tu bloques à l'oral parce que tu n'es pas assez bon, pas assez doué en français ? La réponse, évidemment, est non. Est-ce que tu bloques parce que ton niveau de vocabulaire n'est pas suffisant ? Non. Bien sûr, avoir un bon vocabulaire est important et parfois c'est le fait qu'on manque de vocabulaire qui fait qu'on va avoir des doutes, mais ce n'est pas le manque de vocabulaire en lui-même qui crée les blocages à l'oral.

J'en ai beaucoup parlé pendant l'événement « Parle le français sans bloquer ». On va te mettre un lien vers l'une des vidéos de cette série. Mais ce ne sont pas des problèmes de vocabulaire ou des problèmes de talent qui font que tu bloques à l'oral.

Ce qui prouve ce que je viens de dire, c'est qu'il t'arrive certainement dans ta langue maternelle d'oublier un mot, d'avoir un mot de vocabulaire qui t'échappe et pourtant tu ne bloques pas. Dans ta langue maternelle, tu arrives à trouver un moyen différent d'expliquer ce que tu voulais dire. S'il te manque le sens d'un mot, eh bien tu expliques différemment sans bloquer.

Dans notre langue maternelle, quand il nous manque un mot, on ne bloque pas. Pourquoi ? Tout simplement parce que dans notre langue maternelle, on ne stresse pas, on ne panique pas, on n'est pas en train de penser au regard de l'autre. S'il nous manque un

mot dans notre langue maternelle, on continue sereinement, alors que quand il nous manque un mot dans une langue étrangère, c'est là où on stresse, on panique et on devient timide, on se sent un peu stupide. Et si tu bloques à l'oral, c'est à cause de ça, uniquement à cause de ça. Tu bloques à l'oral non pas parce qu'il te manque du vocabulaire, mais tu bloques à l'oral en français parce que tu as tendance à stresser.

Donc, la prochaine fois que tu te sens un peu anxieux ou que tu sens que tu paniques à l'oral en français, que tu bloques parce qu'il te manque un mot, rappelle-toi de ça, dis-toi : « Ah ! Dans ma langue maternelle, quand ça m'arrive, j'explique différemment, eh bien j'ai suffisamment de sérénité et de confiance en moi pour faire la même chose en français ». Donc, essaie d'expliquer différemment et d'utiliser d'autres mots pour expliquer le vocabulaire qu'il te manque. Tu verras qu'avec la pratique, ça va être plus naturel, plus facile et plus rien ne pourra t'arrêter.

Ce qui est top, c'est qu'en identifiant la raison de ce blocage, eh bien tu vas gagner en confiance en toi et c'est, comme je le disais tout à l'heure, seulement en comprenant les origines d'un problème qu'on peut le résoudre.

Deuxièmement : Arrête de traduire dans ta langue maternelle. C'est le piège numéro 1 dans lequel on tombe tous. Je suis tombé dans ce piège quand j'apprenais l'allemand ou même l'anglais ou l'italien. On a tendance, c'est naturel, à penser dans notre langue maternelle et à traduire dans une langue étrangère, pour toi, à traduire de ta langue maternelle vers le français.

On sait pourtant que c'est une erreur, que ça ne marche pas, mais on a tendance à souvent le faire. Tu ne peux pas parler deux langues qui sont différentes en utilisant une même structure. Donc, si tu passes ton temps à traduire du français vers ta langue maternelle, tu vas avoir des structures différentes. La place du verbe peut être différente, la grammaire va être différente. Tu vas vraiment te mélanger entre deux langues qui sont complètement différentes l'une de l'autre.

Et si tu le fais, tu verras, tu vas passer ton temps à bloquer, à réfléchir, à être en train d'hésiter, à chercher à dire une chose et à ne pas réussir à le faire. Les phrases qu'on traduit ne sont jamais naturelles. Finalement, on n'ose pas les dire parce qu'on sent bien que ce ne sont pas des phrases correctes.

Qu'est-ce que ça cause ? Ça cause encore une fois du stress, comme on l'a vu tout à l'heure. Tout ce stress apporté va... c'est une sorte de spirale négative, ça va amplifier le problème et tu vas bloquer encore plus.

C'est quoi la solution ? C'est d'arrêter de traduire. Pense 100% en français. Bâtis des phrases en te focalisant que sur la façon de les construire en français. Au début, elles vont être un peu basiques, un peu simples, ces phrases, mais ce n'est pas grave. Au fur et à

mesure, quand tu vas monter en compétences, elles vont devenir un peu plus construites, un peu plus belles. Tu vas réussir, au fur et à mesure, à bâtir des phrases de plus en plus riches. Mais c'est vraiment OK, surtout au début, de construire des phrases très courtes. Un sujet, un verbe, un complément, tu t'arrêtes. Une autre phrase : un sujet, un verbe, un complément. Des phrases très courtes sans chercher à les traduire vraiment dans ta langue maternelle.

Au début, tu vas avoir l'impression que ce n'est pas suffisant, mais tu verras qu'avec la pratique, tu vas fortement t'améliorer. Traduire, ça te fait perdre du temps sur le moment mais aussi sur le long terme dans ton apprentissage.

Troisième conseil : Pense à ta condition physique. Encore une fois, on peut prendre comme exemple notre langue maternelle. Le soir après une journée de travail ou d'étude, on est tous pareils, on est fatigués, on a du mal à réfléchir, on a parfois du mal à exprimer certaines idées un peu complexes, tout ça dans notre langue maternelle. Donc évidemment, c'est identique quand on parle une langue étrangère, et en l'occurrence pour toi le français. Donc, sois bienveillant, ne sois pas trop dur avec toi si, à certains moments, tu es un peu fatigué et tu as tendance à bloquer à l'oral en français.

Apprendre une nouvelle langue, c'est un travail très fatigant, c'est très intense pour le cerveau. Tu es sans arrêt en train de réfléchir, sans arrêt en train de chercher des informations, donc c'est épuisant. Et si parfois tu es moins à l'aise, parce que tu es fatigué, eh bien c'est tout à fait normal. Dis-toi donc que ça ira mieux le lendemain, que ça ira mieux à un moment pendant lequel tu auras plus d'énergie.

Ne laisse pas une mauvaise expérience ou un mauvais moment passé à parler français d'une façon qui ne t'a pas plu, gâcher ta confiance ou te faire perdre ta confiance en toi. C'est important de séparer les deux, de se dire : « OK. Là, je n'étais pas très performant à l'oral, j'ai un peu bloqué, mais c'est parce que j'étais fatigué ».

Un conseil un peu parallèle à ça, c'est d'essayer peut-être d'apprendre ou de pratiquer quand ton niveau d'énergie est le plus haut. Parfois, passer 10 minutes d'études, d'apprentissage du français, pendant une période où tu as beaucoup d'énergie, c'est plus efficace que de passer 30 minutes pendant une période de fatigue. Garde ça en tête également.

Quatrièmement : Ne fais pas des phrases trop longues. Pourquoi ? Parce qu'on s'y perd. Tu vas perdre la personne avec laquelle tu parles, mais surtout tu vas te perdre toi-même. Même si tu as l'habitude de faire des longues phrases dans ta langue maternelle, évite de le faire quand tu parles en français.

Il va forcément arriver un moment, si ta phrase est trop longue, où tu vas te perdre. Tu ne sauras plus où tu en es, tu vas un peu perdre le fil de tes pensées. Même si dans ta

langue maternelle, tu arrives à retrouver le fil, à retrouver le flux de tes pensées, tu risques en français d'avoir du mal à le faire et tu vas donc être perdu, tu vas bloquer et tu vas stresser.

J'ai eu cette expérience quand je parlais notamment l'allemand où on a tendance parfois à faire des très longues phrases subordonnées avec que, quoi, parce que. La langue allemande est plutôt propice à ça. Et donc moi, j'essayais de faire des longues phrases et j'arrivais à la deuxième partie de la phrase, j'avais oublié le début. Donc, je perdais le fil et j'avais tendance à bloquer.

Donc, on en revient au conseil que j'ai donné tout à l'heure, fais des phrases très courtes : sujet, verbe, complément, point, tu reprends ton souffle, tu reprends tes esprits et tu refais une phrase courte juste derrière. Les phrases longues entraînent trop de fatigue, trop de réflexion, et causent un risque de blocage. Donc, évite à tout prix les phrases trop longues. Profite du fait que les phrases que tu prononces sont courtes pour bien respirer entre les deux parce que le fait de respirer, ça te déstresse, ça t'apporte des émotions positives ou en tout cas ça indique à ton cerveau que tout va bien, que tu es en sécurité.

Cinquième astuce : Évite les phrases toutes faites. C'est très bien de connaître des expressions idiomatiques et de savoir les utiliser. Ça, c'est top. Mais quand on répète des phrases toutes faites, complètes, qu'on a apprises, on n'apprend plus, on ne pratique plus, on ne fait que réciter. Et quand il faut parler et enchaîner les phrases, eh bien on se retrouve perdu, parce qu'on ne connaît que quelques phrases toutes faites.

En plus, il y a un risque supplémentaire. Si tu récites quelques phrases toutes faites que tu as apprises suite à... je ne sais pas, si tu les as entendues dans une série et que tu les répètes comme ça de façon brute, ton interlocuteur, la personne avec laquelle tu parles, elle peut se dire : « Lui, a un super niveau en français puisqu'il utilise des phrases compliquées, donc je vais parler plus vite ». Ça donne une mauvaise idée de ton niveau. Et lui, s'il parle trop vite, tu vas être embrouillé et tu vas bloquer.

Si tu comprends mes contenus, si tu comprends cette vidéo, tu es en capacité de construire tes propres phrases. Donc, n'essaie pas de prendre des phrases toutes faites que tu aurais apprises par cœur. Construis tes propres phrases. Essaie d'improviser un maximum, d'y aller, de parler sans avoir rien préparé et en suivant les conseils précédents, bien sûr, sans traduire dans ta langue maternelle et évidemment en faisant des phrases très simples.

Ton interlocuteur, il n'est pas là pour être impressionné, il s'en fiche, il veut seulement discuter et échanger avec toi. Souviens-toi que toutes les occasions de pratiquer sont bonnes. Donc, profite de chaque moment, de chaque opportunité, et évite de réciter des choses par cœur.

Voilà les cinq astuces que je voulais partager avec toi pour te permettre de parler sans bloquer. La base, c'est d'éviter d'être dans une situation de stress ou de panique. C'est ton objectif numéro 1. Pars du principe que tu es capable d'improviser et de t'exprimer à l'oral et oublie que tu parles une langue étrangère.

On va récapituler ensemble les cinq astuces.

Identifie tes blocages, la vraie raison pour laquelle tu bloques.

Ne traduis pas dans ta langue maternelle.

Ne sous-estime pas la fatigue. C'est OK si tu es moins performant quand tu es un peu fatigué.

Ne fais pas de phrases trop longues.

N'utilise pas des phrases toutes faites.

Je te souhaite bon courage, tout le meilleur. N'oublie pas d'aller jeter un œil dans la description. Tu as un lien pour profiter de toutes les promotions sur les cours de Français Authentique. C'est notre grande promotion d'hiver. Elle expire le 26, donc c'est très bientôt. Tu as la possibilité de te procurer n'importe quel cours de Français Authentique avec une très belle réduction et c'est valable sur tous les derniers cours.

« Fluidité authentique » par exemple, mon tout dernier cours sorti en novembre et qui a pour objectif de t'apprendre à parler sans bloquer, littéralement, tu parles avec fluidité, sans bloquer. On utilise plein d'exercices, plein d'outils adaptés à ça. C'est, à mon avis, quelque chose d'unique dans le domaine de l'apprentissage du français en ligne. Le cours a fait un carton au mois de novembre et tu peux te le procurer en promotion. Suis les différents liens qu'il y a dans la description de cette vidéo.

Si tu as la moindre question, contacte-nous à [support@francaisauthentique.com](mailto:support@francaisauthentique.com). N'oublie pas, comme d'habitude, de laisser un J'aime à cette vidéo, de la partager avec tes amis, de commenter si tu as la moindre question et bien sûr de t'abonner à la chaîne YouTube de Français Authentique en activant les notifications.

Merci de suivre les contenus de Français Authentique. Je te dis à très bientôt pour du nouveau contenu en français authentique. Salut !