

Comment trouver du temps pour apprendre le français

Salut, chers amis, merci de me rejoindre pour cette nouvelle vidéo de Français Authentique. Aujourd'hui, on va aborder un sujet dont j'ai déjà beaucoup parlé et que je continuerai à aborder dans plein d'autres contenus parce que c'est un sujet clé, et je suis convaincu que la répétition, le fait de t'expliquer des concepts proches de façon différente et de façon étalée dans le temps, ça t'inspirera et ça t'aidera à les mettre en place dans ta vie.

Je te dis toujours – je ne t'ai jamais menti, je ne t'ai jamais promis de magie – je te dis toujours que pour apprendre une langue, pour la maîtriser, il faut travailler chaque jour. Il n'y a rien de magique, il n'y a rien d'exceptionnel à le dire, mais c'est la vérité. Et un des problèmes directement posé par ce postulat de départ qui est "il faut travailler chaque jour", ça cause un problème. Ce problème, c'est le temps. Le temps. Il faut trouver le temps pour travailler son français chaque jour.

Et je n'ai pas peur de dire que ce problème de temps, c'est une des sources majeures d'échec de ceux qui suivent Français Authentique. Ceux qui suivent Français Authentique et qui échouent, bien qu'ils arrivent à être convaincus par la méthode, c'est souvent parce qu'ils ont un problème de temps. C'est le couple temps/motivation, c'est la grande raison numéro un de l'échec des membres. On va laisser de côté la motivation aujourd'hui, j'en ai déjà pas mal parlé et j'en reparlerai dans d'autres contenus et on va plutôt se concentrer sur la gestion du temps parce qu'on m'interroge malgré tout encore aujourd'hui au quotidien sur ce sujet.

La raison pour laquelle je me sens assez légitime pour parler de ces sujets, c'est que je pense que ma gestion de ma motivation et de mon temps, c'est ce qui a été à la source de la réussite de Français Authentique. Quand j'ai démarré Français Authentique en 2011, j'étais chef de projet dans l'industrie automobile, j'avais une famille, ma fille Emma est née en 2011. J'avais pas mal de temps à accorder à mon développement personnel et la raison pour laquelle j'ai réussi à tout faire et à développer Français Authentique tout au long de ces années, c'est parce que j'avais une maîtrise de ma motivation et de mon temps. Et pour la gestion du temps que tu peux appliquer à ton apprentissage du français, je vois trois clés, vraiment trois points majeurs, trois choses à suivre impérativement.

La première chose, c'est de décider si le français est oui ou non une priorité pour toi. Tu vas me dire : "Ce n'est pas forcément lié au temps" ou tu vois pas le lien directement par rapport au temps. Pourtant, ça l'est parce que souvent, ceux qui me disent : "Je n'ai pas le temps de pratiquer mon français", en fait, ils veulent dire : "Le français n'est pas une priorité pour moi". Et c'est OK, c'est OK. J'ai appris l'Italien, j'avais pris l'engagement d'apprendre l'italien il y a 3 ans. J'ai arrêté parce que l'italien n'est finalement pas une priorité pour moi. Donc ça ne servait à rien de me forcer alors que je n'avais pas l'occasion de le pratiquer et de

l'utiliser. Donc je l'ai mis de côté. Je le reprendrai peut-être plus tard si ça devient une priorité, mais il faut déjà se poser la vraie question : pourquoi apprends-tu le français ? Quelles sont les vraies raisons pour lesquelles tu apprends le français ? Est-ce que tu apprends pour utiliser le français en vacances ? Est-ce que tu apprends pour utiliser le français dans le cadre de ton travail ? Dans le cadre de tes études ? Pourquoi apprends-tu le français ? Est-ce que tu as une vraie raison forte d'apprendre le français ? Tu as besoin d'une raison forte pour investir du temps chaque jour. Encore une fois, si on a le temps et motivation pour les deux, ces deux choses-là, tu as besoin d'une vraie raison.

Si tu apprends le français pour faire beau ou pour impressionner les autres ou juste pour, voilà pour des raisons extérieures comme moi avec l'italien. Je ne l'ai pas appris dans un premier temps pour impressionner les autres, mais je l'ai appris pour des raisons extérieures qui étaient juste : montrer à ma communauté que je peux apprendre comme ça des langues régulièrement. Mais ce n'était pas une vraie raison intérieure dont j'avais besoin au quotidien. C'était ça mon erreur. Donc, pose-toi la question en français : est-ce que tu as une vraie raison intérieure profonde, un vrai besoin de maîtriser le français ? Si c'est le cas, ça te donnera un grand carburant, ça te donnera de l'essence, de l'énergie pour travailler chaque jour et pour être motivé chaque jour. Si ce n'est pas le cas, eh bien réfléchis, peut-être à te dire : "Est-ce que l'apprentissage du français est une priorité ?". Si c'est non, eh bien, travaille, trouve du temps pour tes vraies priorités.

Quand tu t'es posé toutes ces questions et que tu as défini : "OK, le français est une vraie priorité pour moi. J'ai les vraies raisons de l'apprendre, des vraies raisons intérieures et des vraies raisons pratiques. J'en ai besoin pour mes objectifs". Une fois que tu as fait ça, eh bien tu vas définir et utiliser tes temps morts. J'en parle depuis 2011 et je ne cesserai d'en parler parce que c'est la clé. Les temps morts, ce sont tous ces moments de la journée pendant lesquels ton corps est occupé et ton esprit est libre. Exemple quand tu vas faire les courses, quand tu vas promener le chien, quand tu prends le bus, quand tu vas faire un jogging, quand tu vas prendre ta voiture pour aller travailler, etc. etc. Il y a des dizaines et des dizaines de possibilités.

Eh bien, ce que je te demande de faire, c'est de prendre un papier, un crayon, de faire la liste de tous les temps morts de ta journée. "Alors, le matin, je prends ma voiture pour aller au travail 20 minutes". Ou : "L'après-midi, je vais à l'université en bus 15 minutes". Ou : "Je dois faire mon ménage 30 minutes". Ou : "Je dois faire la vaisselle dix minutes". Ou : "Je dois promener mon chien 20 minutes". Tu vois, tu fais la liste exactement de tous tes temps morts quotidiens. Tu as une liste claire, nette, précise, répétable et ensuite, tu vas utiliser ces moments pour écouter du contenu en français que tu auras préparé à l'avance. Ce n'est pas une fois que tu es dans le bus que tu te dis : "Tiens, je vais télécharger du français". Non ! Tu te prépares ta bibliothèque de contenus et tu l'as à disposition. Dès que tu sors promener le chien, tac, tu écoutes du français. Dès que tu rentres dans le bus, tac, tu

écoutes du français. Dès que tu montes dans ta voiture, tac, tu écoutes du français. C'est vraiment comme ça qu'on utilise ses temps morts.

Pour le contenu, il faut que tu le comprennes, que ce soit du contenu que tu puisses comprendre. Donc, tu dois comprendre au moins grand, grand minimum 70 % de ce contenu (80, c'est mieux), mais si tu ne comprends pas, ça ne sert à rien. Donc, choisis du contenu que tu comprends en majorité et surtout – là c'est une clé – je vais te mettre en garde, du contenu qui t'intéresse, que tu aimes parce que souvent, les temps morts, c'est un moment de détente. Si tu prends le bus pour aller à l'université, ben, avant tu avais une contrainte ; après, tu as une contrainte et souvent le bus, voilà, c'est le temps où on souffle, où on se repose. Donc, si tu veux ne pas te dégoûter, ne pas perdre toute ta motivation, il faut que tu écoutes du contenu qui te plaise. Si c'est une contrainte, ça ne marchera pas. Tes temps morts, ça doit être vu comme de la détente, comme du plaisir, comme du repos et en même temps, une phase d'apprentissage.

Une fois que tu as pris la décision d'apprendre le français. Une fois que tu as défini tes temps morts et que tu es prêt à les utiliser, il reste un stade ultime. C'est de faire de ta pratique du français une routine, une habitude. Une habitude, c'est quelque chose que tu vas faire tous les jours à la même heure, sans réfléchir de façon inconsciente. C'est un comportement inconscient. Tu n'as pas à y penser. C'est comme se brosser les dents, manger, dormir. Tu ne te dis jamais : "Oh ! J'ai oublié de dormir hier". Non, c'est une habitude. En plus ton corps te le rappellerait si tu oubliais de dormir. Ou : "J'ai oublié de manger". Ou : "J'ai oublié de me brosser les dents". Ce sont des réflexes, des choses que tu fais par habitude. Eh bien, l'idée, c'est de faire la même chose avec l'apprentissage du français, c'est-à-dire d'ancrer toutes ces pratiques dans tes temps morts. C'est-à-dire que tu rentres dans un bus (si tu as décidé d'utiliser le bus comme lieu d'apprentissage ou de pratique), tu rentres dans un bus ; immédiatement sans réfléchir, tu mets ton casque et tu écoutes du français, tu ne te poses même pas la question. Et cette mise en place d'habitudes, ça se fait via la répétition, comme quand tu as appris à te brosser les dents. Au début, tu oubliais, mais tes parents te disaient : "Non, tu ne t'es pas brossé les dents. Il faut se brosser les dents deux fois par jour ou trois fois par jour".

Donc, avec l'apprentissage du français, c'est pareil. Il faut que tu aies un déclencheur. Si tu as décidé d'apprendre en promenant le chien, le déclencheur, c'est "Je prends le chien, je lui mets la laisse, c'est mon déclencheur. En même temps, je mets mon casque". Et une fois que tu as réussi à faire de la pratique du français un comportement par défaut comme dormir, comme manger, comme respirer, comme se brosser les dents, eh bien tu as gagné parce que tu vas pratiquer le français tous les jours, tu vas écouter du français tous les jours et forcément, là, personne ne pourra dire le contraire, tu vas progresser. Quand on pratique quelque chose, on progresse.

Donc, tu n'as pas le temps d'apprendre le français ? A mon avis, tu as le temps. Tout est question de : 1/ définir si le français est oui ou non une priorité pour toi. Numéro 2 : une fois que c'est fait, de lister tes temps morts et d'y accrocher de la pratique du français au quotidien. Et numéro 3 : de faire en sorte que tous ces comportements, tous ces moments d'écoute, tous ces moments de pratique soient pour toi une habitude, une routine. Une fois que tu as mis tout ça en place, tu pratiqueras le français tous les jours.

J'espère vraiment que ça t'aidera, que ça te plaira. Si tu as d'autres astuces que tu as pu mettre en place dans ta vie pour pratiquer le français au quotidien, partage-les avec nous en commentaire. N'oublie pas de mettre un petit j'aime cette à vidéo si elle t'a donné des astuces qui t'aident et, bien sûr, abonne-toi à la chaîne en activant les notifications pour ne manquer aucun contenu.

Merci de ta confiance et je te dis à très bientôt pour du contenu en français authentique. Salut !