Se rendre malade

Salut ! Bienvenue dans ce nouvel épisode du podcast de Français Authentique. Je suis très content que tu me rejoignes pour découvrir une nouvelle expression idiomatique française. Aujourd'hui, nous allons découvrir ensemble le sens de « se rendre malade ».

Avant de commencer, je te rappelle que dans la description de cet épisode, tu peux trouver la fiche PDF et tu peux la télécharger gratuitement pour aller plus loin, pour réviser, pour essayer de lire toutes les différentes explications que j'ai pu donner, pour revoir le sens de l'expression, pour redécouvrir les exemples, les contextes que j'ai utilisés. Je t'invite vraiment à jeter un œil à cette fiche PDF qui est dans la description de cet épisode.

On va voir donc aujourd'hui « se rendre malade ». « Se rendre », c'est un verbe pronominal. Le « se » montre que l'action elle a lieu sur nous, nous sommes l'objet de l'action. Et « se rendre », ça peut avoir plusieurs sens. Ici, ça veut dire devenir, changer d'état. « Se rendre », ça veut dire qu'on change d'état, on devient quelque chose de différent ou on a un état différent.

« Malade », ça signifie qu'on n'est pas en bonne santé. « Malade », c'est le contraire de bonne santé. On souffre d'un trouble de santé. On ne se sent pas bien. Ça peut être léger comme très grave. Quelqu'un qui a juste un petit rhume, on dit « il est malade », et quelqu'un qui a une maladie très grave, un cancer par exemple, on dira aussi « il est malade ». Donc, le mot « malade » est très vaste en français. Il indique juste qu'on a un problème de santé. Ce problème peut être léger comme important, comme grave.

« Se rendre malade », c'est donc une expression qui est composée de « se rendre » : devenir, changer d'état, « malade » : être en mauvaise santé. Il n'y a pas de... En tout cas, on n'a pas trouvé d'origine très claire ou d'explication très claire quant à cette expression, mais elle est relativement parlante, je pense qu'elle se comprend très bien, cette expression, quand on a compris le sens des différents mots.

« Se rendre », c'est une action qu'on fait soi-même. On change d'état, comme je l'ai dit, mais comme il y a le « se », c'est pronominal, donc c'est une action qu'on fait nous-mêmes. « Malade », on a une condition physique qui n'est pas idéale. Donc « se rendre malade », ça veut dire on s'oblige, on se force à être dans une mauvaise situation.

Le sens ou l'utilisation de « se rendre malade » qu'on en fait au quotidien, c'est quand on veut dire qu'on fait quelque chose à l'excès, au point où notre condition physique est en danger. Ça peut aussi être notre mental, parce qu'on l'utilise aussi pour parler des sentiments forts, donc on stresse beaucoup et on pense beaucoup à une situation et on en devient presque malade, on se rend malade. On devient malade parce qu'on ne pense qu'à une situation ou on peut aussi devenir malade physiquement à cause de notre stress.

C'est une façon de dire qu'on en fait trop, qu'on devrait ralentir, que notre rythme n'est pas sain. Donc, on a indirectement cette idée qui est passée lorsqu'on dit qu'on se rend malade. On va prendre quelques exemples pour t'aider à mieux comprendre le sens de cette expression.

Le premier, ce serait quelqu'un qui dit : « Quand elle a perdu son travail, elle s'est lancée dans des formations en ligne à s'en rendre malade ». Ici, on comprend bien que cette personne, qui a perdu son travail et qui a voulu se former, elle l'a fait en excès, elle a fait un excès de formation et on dit « à s'en rendre malade ». Ça veut dire qu'elle en a fait tellement de formations en ligne que c'était un risque pour sa santé. Peut-être qu'elle ne dormait pas assez. Peut-être qu'elle, justement, passait tellement de temps à penser et à stresser au sujet de ses formations que ça en devenait mauvais pour sa santé. Donc, c'est une façon de dire que cette personne fait les choses en excès et que c'est mauvais pour sa santé.

Un autre exemple, ce serait de dire : « Tu devrais éviter de trop regarder les écrans, tu vas te rendre malade ». Ici, le mot « malade », ça peut aussi bien être une malade physique que morale ou que mentale. On conseille à une personne d'arrêter de passer trop de temps devant les écrans, ordinateur ou télévision, parce qu'il va se rendre malade. Donc, il le fait trop. Il y a une idée d'excès et il va se rendre malade, ça veut dire que son état va changer, sa condition va changer et il va passer de l'état d'une personne qui est en pleine santé, en pleine forme, à quelqu'un qui est malade, qui n'est pas en bonne santé physique et mentale.

Dernier exemple, quelqu'un peut te dire : « Je n'arrivais pas à régler un problème sur mon ordinateur. Je me suis rendu malade à essayer de trouver une solution ». Encore une fois, il y a cette idée d'excès, d'effort intense. C'est une personne qui a un problème sur son ordinateur. Plutôt que d'abandonner, parce que manifestement elle ne trouvait pas la solution au problème, eh bien elle décide de travailler plus dur, de vérifier, de passer plein de temps à essayer de résoudre le problème jusqu'à s'en rendre malade. Ça veut dire, l'excès l'a rendue en moins bonne santé physique et surtout, je pense ici, émotionnelle. Donc, tu as toujours cette idée d'excès et cette idée de conséquence néfaste sur la santé de quelqu'un.

Donc, voilà pour cette expression « se rendre malade ». J'espère que ça t'a plu. Je te propose de pratiquer ta prononciation avec moi. Comme d'habitude, je vais prononcer des phrases, je vais conjuguer le verbe « se rendre malade », et toi, tu répètes après moi. N'oublie pas, tu vas voir, je le fais spontanément, de changer le pronom réflexif. Quand on a un verbe pronominal avec « se » devant, il faut bien sûr changer le réflexif. On dit « je me », « tu te », « il se » etc. Mais ne te focalise pas vraiment là-dessus, focalise-toi plus sur ma prononciation et mon intonation. Tu es prêt ? On y va.

Je me rends malade

Tu te rends malade

Il se rend malade

Elle se rend malade

Nous nous rendons malade

Vous vous rendez malade

Ils se rendent malade

Elles se rendent malade.

Très bien. N'oublie pas d'aller télécharger ta fiche PDF dans la description de cet épisode pour tout simplement revoir l'ensemble du contenu. Continue de bien travailler ton français tout au long de l'année 2022, mais bien sûr, fais-le sans te rendre malade.

Je te dis à bientôt. Merci de m'avoir suivi. Salut !