

Demandez à Johan 5

Dans cet épisode de « Demandez à Johan », je vais répondre à trois questions que m'ont posées les membres.

Bonjour à tous et merci de me retrouver pour cet épisode de « Demandez à Johan. » Il s'agit malheureusement de l'épisode 5. « Demandez à Johan », c'est une série que j'ai commencée il y a peut-être un an et demi, deux ans et je n'ai été en mesure que de faire cinq épisodes jusqu'ici. Ce sont pourtant des épisodes très populaires, donc, je vais essayer d'en faire de plus en plus et essayer d'en faire plus souvent. Vous être très nombreux à me poser plein de questions et je trouve que le fait d'y répondre en vidéo est plus pratique pour moi parce que je peux utiliser des gestes, etc., et c'est plus pratique pour vous pour mieux comprendre les réponses à mes différentes questions. Donc, c'est pour ça que j'ai vraiment l'intention d'utiliser l'outil vidéo pour mettre à votre disposition d'autres épisodes de « Demandez à Johan ». Et aujourd'hui, j'ai décidé d'en enregistrer plusieurs pour avoir de l'avance. Je ne vous dévoile pas tout tout de suite mais, j'ai plein de projets au niveau des vidéos et au niveau de « Demandez à Johan ».

Avant de commencer, je voulais juste vous rappeler – beaucoup d'entre vous l'ont certainement vu sur [la page Facebook de Français Authentique](#) qui est le cœur de notre communauté – que je me suis mis à jouer un petit peu sur Instagram et Snapchat (deux réseaux sociaux très populaires). Rejoignez-moi sur ces réseaux sociaux si ce n'est pas encore fait ; sur Instagram, j'essaye de publier des photos de villes françaises et j'essaye de partager avec vous des citations françaises. Et sur Snapchat, ce sont des choses un peu plus personnelles, je vous montre ce que je fais, etc., et je pense que pour vous, c'est intéressant d'avoir toujours du contenu en Français. Vous entrez en fait dans ma vie d'un francophone et de ce fait, vous apprenez du Français. Donc, on y va !

J'ai sélectionné trois questions pour vous et ce que j'ai fait, j'ai fait une publication Facebook, je vous ai demandé de poser vos questions et j'ai tout simplement choisi les trois questions qui avait le plus de « J'aime ». Donc, je vais répondre à la question d'Ilyasse qui avait 93 « J'aime », Alaye qui a eu 70 et Sarah qui a eu aux alentours de 60.

Première question, la question d'Ilyass. Merci, Ilyass de me l'avoir posée. Ilyass me dit : « Je comprends 100% le Français mais quand je parle, les idées ne me viennent pas assez vite et j'ai tendance à m'arrêter en disant uhh, uhh... Je réfléchis un petit moment et puis, je recommence. Comment est-ce que je peux remédier à ce problème ? »

Ce problème est tout à fait classique et normal et je pense que c'est la raison pour laquelle ta question est arrivée première et a eu 93 « J'aime » ; donc, ça veut dire que 93 personnes ont dit : « Moi aussi, j'ai ce problème ; moi aussi, je veux une réponse à cette

question. » Et ça veut aussi dire que des centaines d'autres ont lu cette question et n'ont pas mis « J'aime ». Bref, c'est un problème très répandu. C'est un problème que je connais puisque j'en ai souffert lorsque j'ai parlé Allemand chaque jour au travail pendant neuf ans et le problème – j'espère ne pas te décevoir et ne pas décevoir les autres membres – c'est qu'il n'y a pas de solution miracle, une réponse, tac, faire en sorte que vous tous les centaines de personnes qui m'écoutez n'aient plus ce problème.

Ce qu'il faut bien comprendre là-dessus, c'est que c'est un problème qui est amplifié par le fait qu'on parle une langue étrangère mais qui existe dans notre langue maternelle. Combien de personnes, lorsqu'elles parlent et qu'elles sont un petit peu sous pression (en entretien ou en réunion) vont avoir ce type de problème et vont faire : « Euh, hum... » et vont s'arrêter pour réfléchir dans leur langue maternelle ? Forcément, si c'est un problème qui existe dans notre langue maternelle, il va être complètement amplifié dans une langue étrangère. J'ai réussi personnellement à le résoudre de façon simple : c'est que j'ai accepté le fait que ça arrive ; j'ai accepté que lorsque je parle une langue étrangère, quand je parle Anglais, quand je parle Allemand, eh bien, les mots viendront forcément moins vite que dans ma langue maternelle et donc, je vais avoir besoin d'un peu plus de temps.

Et autant je fais beaucoup d'efforts quand je parle Français (par exemple, quand j'enregistre une vidéo), pour éviter ces trous, c'est « uhh, hum... » autant, lorsque je parle une langue étrangère, je fais la même chose : j'essaie de rester toujours concentré sur mon sujet mais de prendre mon temps. Donc, tous ces « uhh, hum » et ces pauses et ces interruptions, quand on coupe avec des mots et des sons qui n'ont rien à voir et qui n'apportent aucune valeur ajoutée à la discussion, c'est parce qu'on est mal à l'aise ; on est mal à l'aise parce qu'on doit parler (dans votre cas) en Français et il nous manque des mots. Donc, plutôt que d'utiliser de l'énergie et de la concentration pour faire « hum, uhh » ou pour meubler un blanc, laisser le blanc, il n'y a aucun problème à s'arrêter de parler pendant une, deux, trois secondes pour réfléchir.

Donc, si vous êtes en train de parler en Français et qu'il vous manque un mot, eh bien, vous continuez à parler calmement en Français, vous vous arrêtez quand il manque un mot. Plutôt que de faire « uhh, hum », vous réfléchissez au mot qu'il vous manque. Vous voyez là que je l'ai fait volontairement, donc, vous pouvez très bien, au cours d'une discussion, au cours d'une phrase, quand vous êtes en train de parler et il vous manque un mot, de vous arrêter pour le rechercher. Et si jamais, vous ne le trouvez pas, eh bien, vous le dites franchement : « Non, j'ai perdu le mot mais, je pense qu'il me reviendra plus tard. » et vous en profitez pour tourner la phrase d'une façon différente et ne pas avoir besoin du mot qui vous manque, tout simplement ! Et ça, moi, je l'ai fait des centaines de fois lorsque je parlais Allemand : je m'arrêtais parce qu'il me manquait quelque chose ; il n'y a aucune honte également à dire : « Ah, comment on dit ça en Allemand, déjà ? » Vous êtes une personne qui parlez dans une langue qui n'est pas votre langue maternelle, donc, il n'y a

aucun problème à avoir des moments où vous avez besoin de réfléchir ; il n'y a aucun problème à oublier un mot.

On oublie des mots dans notre langue maternelle, donc, pourquoi on ne les oublierait pas dans une langue qui n'est pas notre langue maternelle ? Donc, mon conseil là-dessus, c'est vraiment : quand tu dois parler Français, tu t'arrêtes, tu te calmes, tu parles lentement. Et quand tu sens qu'il te manque un mot, tu fais une petite pause, tu respires tranquillement, tu réfléchis au mot. Si tu sens qu'il y a trois personnes qui te regardent en attendant ton mot, tu dis : « J'ai oublié comment on disait ça, le mot me reviendra plus tard. » mais toujours de façon calme et détendue. Et tu dis : « Bon, ce n'est pas grave ! » et là, tu utilises une autre façon pour dire ce que tu voulais dire. Tu utilises un autre mot ou une autre phrase et tu contournes un petit peu le problème. » C'est important d'éviter les « uhh, hum » parce que ça n'apporte rien au discours et toi, ça te fait consommer de l'énergie pour rien du tout. Donc, c'est un problème d'émotion ; calme-toi, respire, prends ton temps, ce n'est pas une course.

Souvent, quand on parle une langue étrangère, on est tellement stressé qu'on a envie de dire les mots le plus rapidement possible et c'est pour ça qu'on fait des « uhh, hum » parce qu'on veut parler très vite, comme ça, on essaye de parler le plus vite possible et puis, [quand] il manque quelque chose, du coup toute cette anxiété qui fait qu'on veut aller trop vite fait qu'on a des problèmes. Donc, pose-toi tranquillement, calmement, réfléchis ; si tu ne trouves pas le mot, ce n'est pas grave. Vraiment, c'est peut-être trop général comme réponse mais, en tout cas, c'est ce qui a vraiment marché pour moi et c'est ce qui fait, à mon avis, qu'on arrive à réellement parler une langue étrangère de façon calme. Ce que je te recommande de faire également, c'est de consulter mon livre digital, le livre de Français Authentique qui permet de maîtriser ses émotions. Je mettrai un lien pour que tu te procures ce livre, que tu le lises et malheureusement, il faut travailler et pratiquer. En tout cas, Ilyass, merci pour l'excellente question, merci pour ta fidélité parce que je te vois très souvent commenter sur Facebook et j'apprécie [parce que] c'est des personnes comme toi qui font que notre page reste vivante. Merci beaucoup et tiens-nous au courant de tes progrès ; dis-moi sur la page Facebook si tu es satisfait par cette réponse.

La deuxième question à laquelle je vais répondre, c'est la question d'Alaye. 70 « J'aime », c'est aussi une question qui a été très populaire, qui a rencontré beaucoup de succès. La question, c'est : « Est-ce que le cerveau humain peut avoir une capacité d'apprendre trois langues en même temps ? » Pour être vraiment très honnête – cette question est intéressante – je suis fatigué qu'on me la pose. Cette question, on n'arrête pas de me la poser, j'y ai déjà répondu dans une précédente vidéo mais on me la pose tellement souvent que je vais y répondre une nouvelle fois. Donc, ce n'est pas contre toi Alaye, mais, franchement, je ne sais pas pourquoi vous voulez tous apprendre plein de langues en même temps et pourquoi vous n'avez pas pris le temps de regarder une des autres vidéos de «

Demandez à Johan ». En tout cas, c'est une question qui vous fascine et c'est pour ça, pour toujours mieux vous servir, que je l'ai re-sélectionnée aujourd'hui. Et la réponse à cette question, c'est « oui, mais... »

Oui, notre cerveau est capable d'apprendre plein de langues en même temps et il y a des gens (des polyglottes) qui connaissent trois, quatre, cinq, dix voire plus de langues et qui ont appris toutes ces langues en même temps. Mon avis personnel – c'est pour ça qu'il y a un « mais » – c'est que dans tout ce que je fais, j'essaye de le faire avec beaucoup d'énergie, et personnellement, je n'arrive pas à diviser toute mon énergie sur trois langues. Donc, je pense que si vous utilisez beaucoup d'énergie pour apprendre trois langues, quelque part, c'est dommage parce que vous divisez tout un potentiel que vous avez par le nombre de langues que vous apprenez en même temps. Je vous ai déjà dit que pour apprendre à parler le Français, vous avez besoin de travailler de trente minutes à une heure par jour. Donc, si vous me dites : « Moi, il n'y a pas de problème, j'ai la possibilité d'investir trois-quatre heures chaque jour pour apprendre des langues. », très bien, dans ce cas, vous pouvez sans problème apprendre trois langues en même temps. Si, par contre, vous n'avez que trente minutes à une heure, focalisez-vous sur une langue parce qu'en trente minutes ou en une heure, vous n'allez pas réussir à trouver suffisamment de temps pour pratiquer les trois langues et du coup, vous n'en pratiquerez vraiment aucune.

Et si votre plan, c'est de faire : « Lundi, j'apprends le Français, mardi, l'Espagnol et mercredi l'Allemand », je pense que c'est une erreur : vous avez besoin de consistance et d'apprendre chaque jour. Encore une fois, c'est plus ou moins personnel mais je pense – j'ai lu un des livres qui est *The one thing* de Garry Keller qui dit qu'en gros il faut se concentrer sur une grosse chose qui va vous apporter beaucoup. Et la question que je voudrais poser à toutes les personnes qui me disent : « Est-ce que je peux apprendre deux langues en même temps ? », c'est : « Pourquoi ? Pourquoi avez-vous besoin de ces langues ? Est-ce que vous avez besoin absolument d'ici deux ans de parler Français et Espagnol pour votre travail ? Est-ce que vous avez besoin du Français, est-ce que ça va vous apporter beaucoup ? Et l'Espagnol, c'est plus pour le fun et le tourisme ! »

Réfléchissez bien pourquoi vous avez besoin de tout ça et si vraiment, vous voulez apprendre plusieurs langues en même temps, il n'y a aucune restriction au niveau du cerveau ; le cerveau sait faire la différence et si vous arrivez à utiliser les bonnes méthodes, si vous utilisez des méthodes d'apprentissage naturelles – si vous me suivez pour Français Authentique, si vous suivez Lisa pour l'Anglais, Lucas pour l'Allemand, Alberto pour l'Italien, Oscar pour l'Espagnol, des personnes qui sont convaincues comme moi qu'on apprend à parler une langue en utilisant des méthodes d'apprentissage naturelles, vous n'avez aucun problème pour apprendre plusieurs langues en même temps. La question, c'est : « Pourquoi ? » et : « Allez-vous être en mesure de vraiment y investir le temps et l'énergie ? » Ça ne sert à rien vraiment de papillonner (faire un petit peu une langue, un petit peu une langue, un

petit peu une langue ; de faire un petit peu trois langues), il vaut mieux faire une langue correctement. C'est mon avis personnel. Donc, cher Alaye, j'espère avoir répondu à ta question, j'espère avoir répondu à toutes les personnes qui se posent cette question. N'hésitez pas à réagir sur Facebook en-dessous de cette vidéo, à me dire ce que vous en pensez, à me dire : « Johan, ta réponse ne me convient pas ; moi, je vois ça de telle ou telle façon. » En gros, très brièvement, ma réponse, si je la résume, c'est : « Oui, c'est possible, rien ne vous y empêche d'un point de vue cérébral ; par contre, je vous encourage vraiment à utiliser votre énergie ou à canaliser toute votre énergie vers l'apprentissage d'une langue. *[Et choisissez le Français, c'est mieux ! ;)]* »

Dernière question pour l'épisode d'aujourd'hui : la question de Sarah, très importante. J'ai essayé d'y répondre de nombreuses fois dans différents articles parce que c'est un point-clé mais c'est toujours bon d'appuyer sur ce point et de prendre conscience du fait que c'est ce qui vous freine dans votre apprentissage du Français. Sarah demande : « Bonjour, on dit toujours que pour apprendre, il faut parler et communiquer. Mais comment surmonter la timidité et avancer sans avoir peur de faire des erreurs ? » Difficile, et je rejoins Sarah sur le fait que c'est quelque chose de très complexe. La première chose que je te recommande de faire, chère Sarah, tu l'as dit toi-même : « sans avoir peur de faire des erreurs. » Va sur le site de Français Authentique, j'ai enregistré un podcast qui s'appelle [N'ayez pas peur de faire des erreurs](#).

Pour le trouver, tu vas sur le site, sur la loupe en haut et à droite du menu et tu tapes « peur » ou « erreur » (tu fais une recherche) et tu trouveras ce podcast. Si tu ne le trouves pas, tu vas sur Google, tu tapes « Français Authentique n'ayez pas peur de faire des erreurs. » J'ai essayé de partager mon avis sur le sujet dans ce podcast parce que le problème que tu soulèves, c'est un problème-clé. Les émotions négatives, la peur, le stress paralysent quelqu'un qui veut parler dans une langue étrangère. Et j'ai beaucoup souffert de ce problème ; je suis une personne assez perfectionniste, donc, j'aime faire les choses correctement, je n'aime pas me tromper, je n'aime pas faire des erreurs. Quand je devais parler Allemand ou Anglais tous les jours au travail, moi aussi, j'avais toujours un peu peur de faire les erreurs, surtout au début où ça stresse un petit peu. Mais, en fait, il faut éviter cela. Il faut éviter.

C'est très facile à dire et je sais à quel point c'est difficile à faire mais, déjà, le fait de poser cette question, c'est que tu as pris conscience du fait que c'était quelque chose qui te gênait énormément dans ton Français oral. Tu dis « surmonter la timidité, essayez d'avancer sans avoir peur de faire des erreurs. » Dis-toi – et ça, je le rencontre tous les jours – les Français font des erreurs dans leur langue maternelle ; toi-même, tu fais certainement des erreurs dans ta langue maternelle. Donc, si on fait des erreurs dans notre langue maternelle, si on n'est pas parfait quand on parle notre langue maternelle, comment peut-on exiger que des personnes dont le Français n'est pas la langue maternelle parlent parfaitement ? C'est

impossible d'exiger ça ! Donc, n'aie pas peur de faire des erreurs, parle, tant pis. Si tu te trompes, ce n'est pas grave ; si on te le fait remarquer, dis : « Merci de me l'avoir dit. » Si on ne te le fait pas remarquer, ce n'est pas grave à partir du moment où la personne comprend ton message ; le fait de faire des erreurs n'est pas grave, quelle que soit la langue. On utilise des langues comme outils de communication, c'est-à-dire pour faire passer un message. Toi, tu as une chose à dire, tu le dis en Français et le Français, c'est uniquement un outil qui te permet de faire passer ce message. Et s'il y a une petite erreur, ce n'est pas grave, à partir du moment où on te comprend, c'est le plus important.

Pour ce qui est de la timidité, je te conseille de te procurer [mon livre digital gratuit](#) de Français Authentique **comment passer de l'état de compréhension à l'état d'expression** – je mettrai un lien – où je traite en priorité des problèmes d'émotions. Il y a une cinquantaine de pages et je pense qu'il vaut mieux que je t'oriente vers ce livre plutôt que d'essayer de l'expliquer ici. Grosso modo, pour vaincre la timidité, il faut déjà prendre conscience du fait qu'on a des émotions négatives. A priori, c'est ton cas et il faut souffler, se relaxer avant de parler Français, ne pas avoir peur de faire d'erreur ; ne pas vouloir parler trop vite, prendre son temps, essayer de dire des choses, être sûr de soi, être serein. Je suis désolé si ma réponse est trop générale mais c'est très complexe de répondre de façon très précise avec un [claquement de doigt] ou d'un coup de baguette magique [qui] te rendrait moins timide mais, ce que je te conseille vraiment de faire, c'est de continuer de travailler, continuer à écouter Français Authentique, et déjà, là, le fait de t'améliorer, le fait de mieux comprendre va te donner plus de confiance en toi et ça va te permettre certainement d'avoir un peu moins de timidité, un peu moins peur de faire des erreurs. Et ensuite, c'est un effet boule de neige : le fait de mieux comprendre te fera mieux parler ; le fait de mieux parler une fois te rendra moins timide et au final, tu arriveras à parler Français de façon automatique et sans effort en prenant du plaisir et sans stresser.

Donc, j'espère, chère Sarah, que cette réponse te conviendra. Dans tous les cas, c'est très important que tu écoutes le podcast **N'ayez pas peur de faire des erreurs** et que tu lises le livre digital de Français Authentique pour vraiment essayer de travailler un maximum sur tes problèmes d'émotions. Je pense que tu es une personne timide, même dans ta langue maternelle. Si tu me poses cette question, la timidité, ce n'est pas forcément lié aux langues ; une personne timide dans sa langue maternelle sera encore plus timide en parlant une langue étrangère, donc, travaille un petit peu là-dessus. J'essaye sur mon blog www.pas-de-stress.com de donner des conseils pour être moins timide, donc, tu peux aussi aller voir là-bas. En tout cas je te souhaite bonne chance parce que je sais que ce n'est pas facile.

Voilà pour ces trois questions. J'espère que les réponses que je vous ai données vous paraîtront cohérentes. Cher Ilyass, chère Alaye, chère Sarah, merci beaucoup d'avoir posé des questions si pertinentes. Continuez tous à m'en poser : écrivez-moi sur Facebook, envoyez-moi des e-mails. Même si je ne réponds pas à tout, je lis tout et je note souvent. Si

je ne réponds pas à tout le monde, c'est parce que je reçois beaucoup beaucoup beaucoup d'informations. Je préfère passer mon temps à essayer de faire des vidéos, mettre à votre disposition du contenu plutôt que de passer beaucoup de temps à répondre à tout le monde. Le soir, après une journée de travail, j'ai 50 mails, 50 messages Facebook et c'est vraiment trop difficile pour moi de répondre à tout le monde.

Merci, merci, merci de me contacter ; je sais que j'ai beaucoup de chance de vous avoir, je sais que j'ai beaucoup de chance que vous me suiviez, c'est très clair pour moi et je sais que je vous dois tout : je vous dois le succès de Français Authentique. Merci pour vos questions et j'attends les prochaines sur la page Facebook de Français Authentique. Je vous remercie et à très bientôt !