



## Comment acquérir le Français naturellement ?

### Condition numéro 6

### Se détendre

Je vais continuer d'expliquer comment acquérir le Français ou n'importe quelle autre langue efficacement et sans stress. Aujourd'hui, nous allons examiner la condition numéro six qui est basée sur les travaux du Docteur Stephen Krashen aux États-Unis et du Docteur Beniko Mason au Japon.

Les travaux et les recherches du Docteur Krashen et du Docteur Mason montrent qu'il y a six conditions pour acquérir une langue. Dans les vidéos précédentes, j'ai approfondi le processus d'acquisition d'une langue.

Il suffit d'observer un enfant pour se rendre compte que ce processus est intuitif. Il repose essentiellement sur l'exposition massive et quotidienne à la langue. Le cerveau fait le travail de manière inconsciente. Il assimile, absorbe la langue et finalement l'enfant acquiert sa langue maternelle de manière naturelle.



La sixième et dernière condition pour acquérir une langue va vous sembler évidente. Elle est pourtant essentielle dans le processus d'acquisition. Sans cette condition, le cerveau ne peut pas faire le travail d'assimilation. Il ne peut pas absorber la nouvelle langue, le nouveau vocabulaire et la grammaire inconsciemment. Cette condition est absolument nécessaire. C'est la confiance en soi.

Nos émotions jouent un rôle important dans l'acquisition d'une nouvelle langue. Si nous sommes stressés, anxieux ou nerveux, notre cerveau se bloque. Il se bloque à tous concepts nouveaux. Il n'est pas réceptif à la nouveauté. Notre cerveau se bloque, il n'est pas capable de comprendre les mots nouveaux et par conséquent, il n'est plus capable d'enregistrer les nouvelles structures linguistiques efficacement.

Si au contraire, nous sommes détendus, calmes, sereins, si nous sommes confiants, notre cerveau peut commencer le travail d'absorption de la nouvelle langue. Notre cerveau est ouvert à la nouveauté et il est capable d'assimiler le nouveau langage et de progresser rapidement.

Le Docteur Krashen a émis cette hypothèse du filtre affectif qui pourrait influencer l'acquisition plus ou moins rapide d'une nouvelle langue. Plus on est confiant, plus le filtre affectif est bas, ce qui signifie que notre cerveau est capable d'écouter et de lire une nouvelle langue. On peut également prendre le risque de communiquer malgré l'incertitude d'avoir compris ou de savoir répondre.

À l'inverse, quand le filtre affectif est élevé, il agit comme une barrière. On n'a pas confiance en soi. On a peur de ne pas avoir compris ou de faire des erreurs. Ce filtre affectif élevé nous empêche de progresser.

Quelles peuvent être les sources de stress quand on est en train d'acquérir une autre langue ? Ne rien comprendre à ce qui est dit ou ce qui est écrit peut être une source de frustration. Quand on est obligé de répondre à une question alors qu'on ne sait pas comment formuler sa réponse, est une grande source de stress. En effet, nous avons d'abord besoin d'écouter ou de lire et de comprendre avant de pouvoir parler. Il y a une phase de silence dans le processus d'acquisition qui doit être respecté. Quand notre cerveau a reçu suffisamment d'input, nous sommes prêts à parler de manière naturelle.

Quand j'étais au collège, j'ai appris l'allemand. Le professeur était très strict et il nous forçait à parler en allemand devant toute la classe. J'étais toujours très stressée avant le cours d'allemand parce que j'avais peur que le professeur m'interroge. J'étais nerveuse à l'idée de devoir parler en allemand devant toute la classe. À l'époque, j'habitais en Alsace et la plupart des élèves parlaient bien allemand parce qu'ils parlaient alsacien qui est très similaire. On ne parlait pas l'alsacien dans ma famille et j'avais l'impression d'être complètement nulle.

Cette mauvaise expérience a fait que pendant longtemps j'ai détesté la langue allemande. Heureusement, bien plus tard j'ai rencontré une professeur d'allemand fantastique, Kathrin Shechtman, qui m'a raconté des histoires en allemand. Elle ne m'a jamais forcée à parler. Mon attitude envers la langue allemande a complètement changé. Mon filtre affectif est bas. J'ai confiance. Je sais que je peux y arriver. Maintenant, je comprends beaucoup mieux et je commence même à parler ! Les mots sortent de ma bouche naturellement. Ce n'est pas forcé.

L'output ou le fait de produire la langue, c'est-à-dire le fait de parler ou d'écrire vient après l'input. Parler est le résultat de l'input abondant, riche et compréhensible. Se forcer à parler quand on n'est pas prêt augmente le filtre affectif. Parler quand notre cerveau n'est pas prêt rend nerveux et fait perdre la confiance en soi. On parle quand on est prêt, quand on a reçu assez d'input.

C'est pourquoi tu trouveras sur mon site des vidéos exclusives pour te détendre. Ces vidéos ont pour but de baisser ton filtre affectif afin que tu sois détendu et prêt à recevoir de l'input en français. Tu peux d'abord respirer et te détendre avec moi et ensuite regarder une autre vidéo exclusive, ou écouter ou lire une histoire sur mon site. Si tu es débutant, tu peux aussi regarder une vidéo de détente et ensuite commencer une session du Baby Stage.

Mets dans les commentaires si tu as aussi vécu une mauvaise expérience d'apprentissage d'une langue ? Est-ce que tu es détendu et confiant ou est-ce que tu es nerveux à l'idée d'acquérir le Français ? Et si tu es membre de la communauté des *French Learners* sur mon

site, mets-le dans les commentaires.

Dans la prochaine vidéo, je vais te parler des Docteurs Krashen et Mason que j'admire tant !

À samedi prochain !

**~ FIN ~**

## **Vidéo de l'histoire**

- <https://youtu.be/EW8dAV17y5I>