

Je n'ai pas

le temps

d'apprendre

Méthode et idées pour avoir le
temps d'apprendre l'espagnol

HOY ESPAGNOL

Introduction

« Le temps, c'est de l'argent »

Ce proverbe, attribué à Benjamin Franklin, est connu de tous.

Le temps, c'est de l'argent. En fait, il faut surtout y lire : « le temps, bien utilisé, peut devenir quelque chose de profitable ».

Le temps n'est pas qu'une question financière. C'est aussi et surtout une question de liberté, et une question de choix.

Le temps n'est pas un produit matérialiste. Ce n'est pas de l'argent. Ce n'est pas un meuble. On dit toujours que nous n'avons « pas le temps ».

On a toujours l'impression de ne pas être disponible.

En fait, ce n'est pas que nous n'avons pas le temps : c'est juste que nous nous consacrons à autre chose, voilà tout.

Le temps d'apprendre une langue

Oui, apprendre une langue étrangère demande du temps.

Combien de temps au juste ?

En fait, cela ne se calcule pas en nombre d'heures ou de jours.

Le temps d'apprendre une langue étrangère est intimement lié à votre motivation et à votre organisation.

Vous n'avez pas le temps, dites-vous ?

Il va falloir tordre le temps et réussir à en trouver.

Faites-nous confiance : du temps, il y en a.

Il faut le débusquer où il est.

Quand bien même vous avez un travail très prenant.

Quand bien même vous avez 4 enfants en bas âge.

Quand bien même vous rentrez chaque soir épuisé(e).

Le temps est là. Il existe. Le premier objectif de cet eBook, c'est de savoir où le trouver.

Il faut toujours aller plus vite

Dans notre monde moderne, tout semble nous crier d'aller plus vite.

On parle de productivité au travail.

On parle de transports en commun.

On parle de modes de vie ultra-connectés.

La moindre information n'a de valeur que pour quelques secondes, quelques minutes tout au plus.

Cette course contre le temps n'est pas adaptée à l'apprentissage d'une langue.

Sprintez votre course vers l'espagnol, et vous serez assurément en échec après quelques semaines.

Prenez votre apprentissage de l'espagnol comme un marathon, et vous aurez déjà un bel atout dans votre manche.

L'apprentissage d'une langue nécessite de ralentir.

Oubliez la productivité et la course contre la montre.

Nous allons ralentir, et nous allons profiter du plus grand luxe que l'être humain peut détenir : nous allons **PRENDRE** notre temps.

Une méthodologie en deux temps

Le temps que vous prendrez pour apprendre l'espagnol sera infiniment plus profitable que « l'argent » dont parle le proverbe.

Pour apprendre l'espagnol, il va falloir arrêter de vous battre contre le temps.

Nous allons, ensemble, chercher à vous trouver du temps supplémentaire.

Puis, nous vous expliquerons quelles sont les astuces pour profiter des minutes et des heures glanées durant la première partie.

Soyez convaincu d'une chose : le temps, vous l'avez. Il faut juste l'utiliser autrement.

L'objectif de cet eBook n'est pas de faire rentrer artificiellement des exercices dans votre quotidien. L'objectif de cet eBook, c'est de vous dégager du temps au quotidien, et de l'utiliser à bon escient.

Mais où se cache le temps ?

3 façons de dégager du temps pour soi (et pour l'espagnol !)

1) Nous sommes tous des procrastinateurs

La procrastination, c'est notre tendance à toujours remettre les choses au lendemain. Oui, nous sommes tous, à un moment, procrastinateurs.

On le sait, c'est le principal problème. Nous sommes sans cesse à remettre les choses au lendemain. On se trouve des excuses en se disant que « demain, j'aurai plus de temps ».

Repousser jour après jour son apprentissage de l'espagnol est monnaie courante : « après tout ce n'est pas essentiel, ça ne va pas changer grand-chose ».

Et bien détrompez-vous !

Quand on apprend une langue, il faut à tout prix abandonner nos réflexes de procrastinateur ! Ce sont ces réflexes qui vont vous faire abandonner.

En remettant toujours au lendemain, vous n'allez tout simplement stagner, ou reculer.

Votre réflexe sera de faire de grosses sessions d'apprentissage pour « rattraper » le temps perdu. Or quand on apprend les langues, on ne parle pas de course de rapidité mais bien d'endurance : vous ne faites pas un sprint mais bien un marathon.

Remettre votre apprentissage au lendemain vous donnera deux fois moins envie le lendemain de vous y mettre !

Et c'est normal, vous aurez deux fois plus de choses à apprendre et à assimiler. Or, dans cette formation, nous préconisons des sessions d'apprentissage ne dépassant pas 30 minutes.

Au-delà de ce laps de temps, votre cerveau ne sera pas en capacité de bien assimiler et vous aurez bien du mal à caler une session d'1h - sans interruption - dans votre emploi du temps.

Donc si vous ne voulez pas vous démotiver et rendre les séances d'apprentissage difficiles : oubliez la procrastination.

Agissez maintenant : apprenez aujourd'hui.

2) Moi, je n'ai vraiment pas le temps !

Quand il s'agit de son emploi du temps, voici le refrain habituel « je n'ai pas le temps ».

Que cela soit pour des situations professionnelles ou personnelles, lorsque la tâche ou la mission à ajouter dans son planning ne nous plaît pas... et bien on trouve toujours l'excuse toute faite du « je n'ai pas le temps ».

Ce qu'on fait aussi, c'est qu'on se place toujours comme celui ou celle qui est le plus débordé(e).

A cela on ajoute « mais comment il/elle fait pour amener ses enfants à la crèche tous les matins, enchaîner les rendez-vous pros, être bénévole dans une association, aller courir deux fois par semaine et avoir le temps d'aller boire un verre avec des amis ?! Tu as bien du courage ».

Bon, j'exagère peut-être... mais vous voyez le tableau.

On idéalise toujours la vie des autres et en faisant ça on s'empêche de réussir. Non, les gens qui réussissent à caser autant de choses dans leur emploi du temps ne font pas preuve de courage : ils ont de la volonté et surtout une organisation.

Pourquoi, vous ne pourriez pas, vous aussi, avoir le temps ? La réponse est claire : rien ni personne d'autre que **vous** ne vous en empêche. C'est une question de priorité !

Et pour réussir à placer tout ce qu'on veut dans une journée ou dans une semaine, il existe quelques astuces :

- Lister les choses que l'on doit et que l'on aimerait faire pour ne rien oublier
- Etablir un ordre de priorité en différenciant l'urgent (par exemple : un rendez-vous chez le médecin) de l'important (progresser en espagnol) et du futile (regarder la télé).
- Prenez de l'avance sur les tâches qui ne demandent pas de régularité pour se dégager du temps. Par exemple : prendre deux heures dans la semaine pour préparer une bonne partie des repas de la semaine vous aidera nettement : c'est un gain de temps + cela vous évite de manger n'importe quoi !
- Intégrez des temps de pause et de repos dans votre planning. Les pauses ne sont pas des pertes de temps, bien au contraire ! Elles vous aideront à être plus efficace et productif.

- Séparez-vous de tout appareil connecté pendant vos sessions d'apprentissage. Là aussi, il faut savoir mettre des limites. Si vous êtes coupé(e) toutes les deux minutes par une notification ou simplement l'envie de consulter votre téléphone, votre temps ne sera pas optimisé. Alors on diminue les écrans...

En fait, vous avez le temps. C'est juste qu'il faut l'utiliser autrement.

Un chiffre pour finir : saviez-vous qu'un adulte, en France, passe en moyenne 3h15 par jour sur les écrans (TV, Netflix) ?

Imaginez maintenant qu'un adulte parvienne à réduire, ne serait-ce que de moitié, ce temps passé sur les écrans...

Voilà près d'1h45 qu'il pourrait, chaque jour, utiliser à bon escient...

Par exemple pour apprendre l'espagnol !

3) Une question d'organisation... et de volonté

Partons maintenant à la chasse aux instants perdus inutilement.

Vous avez aussi une idée des moments « détente » que vous pourriez minimiser ou éviter.

L'objectif n'est pas de devenir un forçat, mais bien de trouver du temps pour quelque chose qui vous importe, alors ne voyez pas cela comme une punition !

Ne soyez pas inflexible et conservez les instants que vous jugez utiles à votre repos et à votre dynamisme. Nous ne vous dirons pas de vous lever 3h plus tôt ou vous coucher 3h plus tard pour apprendre l'espagnol, cela reviendrait à être l'esclave de votre apprentissage !

Au contraire, c'est une nouvelle liberté qui s'offre à vous, car avoir le temps est un luxe que bien des grands de ce monde ne peuvent s'offrir.

Prenez quelques minutes pour prendre le recul et listez les « temps morts » de votre planning (il y en a forcément). Voici quelques conseils pour les repérer :

- ➔ Lister les moments où on est seul(e) : à la douche, en voiture, pendant vos sessions footing...
- ➔ Lister les moments de transition, d'attente : dans les transports en commun, dans la salle d'attente, à la pause déjeuner...

→ Lister les moments où vous effectuez des tâches « mécaniques » : en passant l'aspirateur, en repassant...

Une fois que vous avez identifié ces moments, vous allez vous rendre compte qu'il existe bien des moments dans votre semaine où vous pourriez pratiquer l'espagnol.

Car tous ces instants morts ou plutôt « de transition » peuvent être mis à contribution pour optimiser le temps dont vous disposez.

En réalité, il est rare que l'on ne fasse « rien » : on regarde les notifications sur son téléphone, on passe du temps sur les réseaux sociaux, on regarde un film à la télévision ou une série, on fait une micro sieste, on feuillette un magazine, on regarde ses photos...

Vous l'avez-vu : on passe en moyenne 3h15 par jour sur les écrans !

Posez-vous les questions suivantes pour chacun des « temps morts » de vos journées :

- Qu'est-ce que ce moment m'apporte ?
- Combien de temps je reste hypnotisé(e)/immobile devant un écran ou assis sur mon canapé en rentrant du travail ?
- Est-ce que je me sens mieux après ?
- Est-ce que j'avais besoin de tout ce temps pour être détendu(e) ?
- Est-ce que j'aurais pu faire quelque chose de plus intéressant ou de plus enrichissant ?

Ainsi, vous aurez pas mal d'idées d'instantanés que vous pouvez récupérer et utiliser à bon escient.

Maintenant que vous avez pris du recul sur votre temps et votre rapport au temps, vous pouvez passer à la seconde étape pour voir quels sont les moyens simples à mettre en place au quotidien pour apprendre l'espagnol.

Vous allez voir : quelques minutes chaque jour peuvent suffire !

« 5 minutes pour apprendre l'espagnol »

10 moyens & idées pour apprendre petit pas après petit pas

1) Lire en espagnol

Le premier conseil que l'on peut vous donner est de lire en espagnol pendant vos temps morts.

Que ce soit dans les transports en commun, dans la salle d'attente ou en attendant la sortie d'école, avoir toujours un livre de poche en espagnol vous fera gagner un maximum de temps dans votre apprentissage.

Lire en espagnol va :

- Habituer votre œil à reconnaître la construction des phrases
- Vous permettre de travailler votre prononciation
- Enrichir votre vocabulaire

Nous avons, pour vous faire gagner du temps, listé 20 livres en espagnol qui vous aideront à pratiquer un peu l'espagnol chaque jour.

Vous pouvez retrouver cette liste ainsi que tous nos conseils de lecture sur le blog ici :

<https://www.hoy-espagnol.com/livres-romans-debutants/>

Vous verrez, il y en a pour tous les goûts et pour tous les niveaux ! Vous pouvez directement cliquer sur le lien ci-dessus pour voir la liste.

Une astuce en plus : couplez livre de poche + carnet pour noter les mots qui vous posent problème.

2) S'informer quotidiennement en espagnol

Vous êtes toujours à l'affût des news ?

Prendre connaissance de l'actualité en français puis en espagnol vous aidera à faire des ponts entre les deux langues et à mieux retenir certaines notions.

Le fait d'entendre ou de lire régulièrement de l'espagnol va vous aider à vous familiariser avec la prononciation.

Votre oreille (ou votre œil, c'est selon) vont peu à peu s'habituer à l'espagnol et auront, au fur et à mesure, plus de facilités à le comprendre.

Pour gagner du temps dans votre apprentissage, nous vous conseillons de suivre ce mini-plan en 3 étapes :

- 1) Prenez connaissance de l'actualité mondiale en français
- 2) Basculez sur un média (tv, journal ou autre) espagnol pour avoir l'équivalent en espagnol
- 3) Lorsque vous vous sentez à l'aise avec cette méthode, faites l'inverse : prenez d'abord connaissance de l'information en espagnol puis rebasculez en français pour valider votre compréhension.

Pour vous aider, voici quelques médias espagnols pour suivre l'actualité :

- ➔ Presse écrite : El Pais, El Mundo, ABC, La Razon
- ➔ Radio & TV : RNE, RTVE, Cadenaser, Europa FM

3) Ecouter des podcasts

Ecouter de l'espagnol un peu chaque jour est quelque chose que vous pouvez faire facilement, sans avoir besoin de beaucoup de temps devant vous. Les podcasts sont particulièrement adaptés !

Vous allez trouver des playlists à écouter assez facilement, soit pour écouter de l'espagnol sur un sujet qui vous intéresse, soit pour revoir des bases de grammaire, ou même pour suivre un sujet qui vous intéresse.

Par exemple, la chaîne de télévision espagnole RTVE propose un large choix de podcasts à télécharger : sport, voyage, éducation, enfant, cinéma, actualité... Vous pouvez les retrouver ici :

<http://www.rtve.es/alacarta/rne/?pais=FR>

Pour varier un peu, et si vous ne trouviez pas votre bonheur sur avec les podcasts de la RTVE, les sites suivants devraient vous plaire :

- ✓ <https://audio-lingua.eu/spip.php?rubrique4> : possibilité d'écouter plus de 1000 pistes audios sur différentes thématiques et rangées selon la voix, le niveau et la durée de la piste
- ✓ <http://www.podcastsinspanish.org/pages/level1.shtml> : des dialogues qui traitent de sujet de la vie quotidienne : au restaurant, la météo, la santé, visite de musée...
- ✓ <https://cadenaser.com/ser/podcasts/> : Cadenaser est une autre chaîne de télévision qui propose également des écoutes relayant l'actualité
- ✓ <https://radiolingua.com/2008/10/lesson-01-coffee-break-spanish/> : les podcasts Coffee Break Spanish sont en anglais/espagnol mais

Vous avez aussi la possibilité de chercher des podcasts sur les plateformes d'écoute comme Spotify (par exemple avec le podcast Assimil), Deezer, iTunes et bien d'autres. Et bien d'autres !

Les limites ? Vos envies, vos centres d'intérêt et votre imagination !

4) Films et séries... en espagnol *por favor*

L'autre possibilité que vous avez pour optimiser votre temps est d'utiliser vos moments de « détente » devant les écrans.

En regardant un film ou une série en espagnol, vous allez sans vous en rendre compte acquérir des automatismes et des expressions de langage du quotidien.

Vous pourrez dans un premier temps regarder ces films et séries en version originale sous-titrée français, puis passer à la version originale sous-titrée en espagnol et enfin, quand vous aurez atteint un niveau intermédiaire/expert, en version originale sans sous-titres.

Pour que ce soit plus facile pour vous, nous avons préparé dans notre formation une liste de 10 films à regarder en espagnol.

Cliquez sur le lien ci-dessous pour accéder à la liste complète :

<https://www.hoy-espagnol.com/j51-frm/>

5) Les « conversations sous la douche »

Un autre moyen de trouver du temps dans sa journée pour faire un peu d'espagnol est d'utiliser le moment de la douche.

Notre méthode consiste à repenser aux conversations que l'on a eu ou que l'on a régulièrement au cours de la journée et d'essayer de les retranscrire en espagnol.

En faisant cela, on va se concentrer sur le vocabulaire utile, celui que vous utilisez au quotidien, vos propres mots, votre façon de parler, vos expressions.

L'idée est d'imaginer et de créer un dialogue avec soi, en jouant les deux rôles. Nous détaillons bien sûr la méthode plus en profondeur dans la formation pour que vous puissiez avoir des pistes concrètes et vous lancer.

De cette façon, vous pouvez aussi anticiper les réponses de votre futur interlocuteur pour mieux comprendre ce qu'il va vous répondre, quelle formule, quels mots il peut utiliser.

Ce moment de « sous la douche » peut évidemment varier en fonction de vous, mais c'est une excellente méthode pour réfléchir à ce qu'on a appris, à ce qu'on voudrait apprendre et à ce qu'il nous reste à apprendre !

6) Saupoudrez votre quotidien d'espagnol

Puisqu'il est conseillé d'apprendre l'espagnol quotidiennement, pourquoi ne pas ajouter de l'espagnol à votre quotidien ?

Pourquoi ne pas noter les phrases les plus courantes de votre quotidien avant d'essayer de les apprendre et de les comprendre en espagnol ?

Pourquoi ne pas se lancer dans des listes pratiques (méthode expliquée pas à pas dans la formation) pour apprendre le vocabulaire que vous utilisez le plus ?

Pourquoi, enfin, ne pas profiter de situations quotidiennes pour apprendre quelques mots supplémentaires ?

Un exemple : les courses !

Faire ses courses, personne n'y échappe et c'est souvent un moment vécu comme une corvée ou une perte de temps. Alors pourquoi ne pas utiliser ces moments pour progresser en espagnol ?

Pour cela, nous vous conseillons de préparer vos listes de course en espagnol en écrivant en espagnol les aliments dont vous avez besoin.

Lorsque vous serez dans les rayons du supermarché, essayez de vous souvenir du nom de certains produits (en espagnol bien sûr).

Pas d'excuse : quelques secondes passées sur un traducteur en ligne suffisent !

Les œufs, les œufs... *Los huevos*

Les pâtes, les pâtes... *La pasta*

Les courgettes, les courgettes... *Los calabacines*

Cette méthode vous prendra quelques minutes de plus pour préparer vos courses mais, au fur et à mesure, elle fixera surtout une quantité de vocabulaire qui vous sont utiles au quotidien.






Nous vous détaillons la méthode et nos conseils pour maximiser ses effets au quotidien tout au long de la formation.

7) Des applications mobiles intéressantes

Vous avez bien lu : nous vous conseillons bien d'être sur votre portable.

On le sait : l'envie ou le réflexe de prendre son portable dans les mains toutes les 5 minutes est plutôt irrésistible. Alors, nous allons nous en servir pour gagner du temps !

Plutôt que de vous rendre sur les réseaux sociaux pour flâner (ou plutôt glandouiller), essayez de passer un peu de temps sur l'une ou plusieurs des applications suivantes :

-  Mosalingua Duolingo
-  Babbel
-  Memrise
-  Busuu
-  TodoClaro

Ces 6 applications vous permettent de progresser en espagnol selon votre niveau de départ. Vous allez apprendre des expressions et du vocabulaire en espagnol thématique (conversation, loisir, tourisme, temps, politesse...), ce qui vous fera réviser les notions apprises dans la formation.

Et tout cela en pianotant amoureusement sur votre smartphone...

Pas mal, non ?

8) Trouvez votre partenaire linguistique

Avec cette dernière astuce, vous pouvez là aussi utiliser votre téléphone.

Sans notre formation, nous vous donnons très rapidement des conseils pour trouver un partenaire linguistique. Les applications comme Tandem ou Speaky vous permettront en effet de trouver une ou plusieurs personnes avec qui échanger quelques minutes chaque jour en espagnol.

Parler un peu chaque jour (quelques minutes) avec un hispanophone est une astuce infallible pour rentabiliser son temps !

Vous allez faire de nouvelles rencontres, pouvoir échanger et découvrir une nouvelle culture. Surtout, ces applications sont basées sur l'échange, vous permettrez alors à votre interlocuteur de s'améliorer en français quand vous vous améliorerez en espagnol.

Nous avons mis en place un programme très progressif durant la formation pour que vous puissiez apprivoiser peu à peu ses applications, et les utiliser à bon escient.

Les conseils donnés se trouvent aux étapes 7, 14, 21, 28, 35 et 42.

<https://www.hoy-espagnol.com/j7-frm/>

<https://www.hoy-espagnol.com/j14-frm/>

<https://www.hoy-espagnol.com/j21-frm/>

<https://www.hoy-espagnol.com/j28-frm/>

<https://www.hoy-espagnol.com/j35-frm/>

<https://www.hoy-espagnol.com/j42-frm/>

9) Misez sur de courtes sessions

Vous l'aurez compris, vous n'avez pas besoin de dégager cinq heures par jour pour apprendre l'espagnol. Le fait de miser sur de courtes sessions va vous permettre de pouvoir les réaliser sans trop de difficulté.

Avec la formation, chaque étape dure au maximum 30 minutes. A raison d'une étape par jour (le rythme que nous recommandons), vous parviendrez au bout de la Formation après 60 jours.

Aussi, pour que ce soit efficace et que vous gagniez du temps, nous avons préparé des exercices et autres tests qui vous permettront de valider ou non les notions que vous avez apprises.

Cela vous permettra peut-être d'ajuster le moment dédié à cet apprentissage.

Si vous n'avez pas entre 15 à 30 minutes devant vous, mais plutôt 5 à 10 minutes, ce n'est pas grave : lisez quelques pages en espagnol, écoutez un podcast ou lisez un article en espagnol.

L'important n'est pas la durée quotidienne d'apprentissage, mais la régularité utilisée à bon escient (cf notre eBook sur la mémorisation).

10) Instaurez une routine agréable, car facile

Tenez cette régularité, jour après jour. Vous verrez, après une semaine à peine, vous aurez déjà trouvé des habitudes et vous prendrez votre rythme de croisière. Un apprentissage agréable, car c'est vous qui maintenez le cap et qui variez les activités !

Enfin, un dernier conseil : chaque soir ou chaque matin, prenez 5 minutes pour faire le point sur ce que vous venez d'apprendre.

Quelles sont les notions, les mots, les formules que vous avez apprises aujourd'hui ou la veille ? Qu'avez-vous retenu ? Faire un résumé chaque jour vous permettra de toujours garder un fil conducteur pendant votre apprentissage.

Pas besoin d'être face à un écran ou de prendre des notes : par exemple, quand vous vous lavez les dents, vous pouvez tout à fait réfléchir à votre apprentissage en cours !

Profiter d'un temps mort ne sert pas seulement à faire le point : cela permet de voir ce que vous avez retenu, et ce qui échappe à votre mémoire (ou ce sur quoi vous doutez encore). Ainsi, vous saurez ce que vous devez relire, vérifier et donc à quel endroit reprendre votre apprentissage le lendemain.