

PODCAST FRENCH TO GO

Saison 4 - Episode 142

Programmez 2024... et 2026

Cette semaine, je voudrais commencer cet épisode en vous donnant un conseil : programmez 2024... et 2026. Je précise que cet épisode est mis en ligne le 29 décembre 2024, soit quelques jours à peine avant le début de 2025. Si vous écoutez cet épisode fin 2025 ou 2026, il suffit juste de remplacer les années par l'année en cours et deux années après. (si vous n'avez rien compris à ce que j'ai dit, je vais juste vous donner un exemple : si vous écoutez cet épisode en novembre 2026, changez la phrase pour "Programmez 2026 et 2028").

Donc, oui, voici mon conseil : programmez 2024 et 2026 ! Vous allez certainement dire : "Oh non, encore un de ces podcasts sur les bonnes résolutions !", ou "Pourquoi est-ce que chaque fois qu'on approche de la fin de l'année, on trouve des articles sur les résolutions pour la nouvelle année !". C'est vrai, je suis d'accord avec vous, dès que le mois de janvier approche, on voit partout sur les blogs et les réseaux sociaux des posts sur ces grandes décisions à prendre pour l'année qui vient. Se mettre au sport (ou se remettre au sport si vous avez été autrefois un grand fan), arrêter de fumer, boire moins d'alcool, arrêter le sucre, arrêter de procrastiner, appeler plus souvent ses parents, passer plus de temps avec ses enfants etc etc. Bref, partout on vous encourage à devenir la meilleure version de vous-mêmes. On vous encourage à faire mieux, à être encore plus fort, encore plus beau, encore plus sain, encore plus... Bref, encore plus. Et je suis d'accord avec vous. Oui, on sait tous que ça ne marche pas. Ces grands changements qu'on programme pour la nouvelle année, ils tiennent à peine quelques semaines, voire quelques jours. Pourquoi ? Tout simplement parce que les changements, ce n'est pas une question de date. C'est une question de volonté. C'est parce qu'on le veut vraiment. Parce qu'on comprend ce que ça veut dire derrière. Parce qu'on comprend l'intérêt. Et arrêter de fumer parce que c'est le début de l'année, c'est stupide. Si on veut vraiment arrêter de fumer, c'est parce qu'on veut sans doute pouvoir monter les escaliers sans s'essouffler - ça veut dire sans perdre son souffle, sa respiration. Et ça, on peut le faire toute l'année. En janvier, en avril, en août, ou même le 25 décembre, jour de Noël. Si vous le voulez.

Mais j'en reviens à mon conseil. "Programmez 2024 et 2026". Je ne veux pas parler de résolution. Je ne veux pas dire que vous devez vous changer, changer votre mode de vie, pour être meilleur. D'ailleurs, ce ne serait pas très logique parce que je vous conseille de programmer 2024 alors qu'on est fin décembre 2024. Vous pourriez me répondre : "Delphine, c'est un peu tard pour programmer 2024". Et vous avez raison. Oui, vous avez tout à fait raison. C'est vrai, je suis d'accord avec vous. Alors, laissez-moi vous expliquer ce que je veux dire.

En fait, je vais commencer par vous raconter une petite anecdote. Je suis une fan de cahiers, carnets et blocs-notes. Vous savez, tous ces trucs en papier, un peu démodés dans notre monde hautement technologique (démodé, ça veut bien entendu dire "plus à la mode"). Non seulement, les gens utilisent de moins en moins le papier (et les stylos), mais en plus ce n'est pas très écologique (quoique... les appareils électroniques ne sont pas vraiment écologiques non plus ; mais ça, on en parlera une prochaine fois). Bref, je suis une fan des cahiers. J'en ai plein. En général, je commence à écrire dedans, et puis je les oublie, ou bien j'en trouve un plus joli, donc j'abandonne le précédent, le cahier que j'utilisais avant. Et comme je n'aime pas jeter ce qui peut encore servir, je ne jette pas mes vieux cahiers si toutes les pages n'ont pas encore été utilisées. Pourquoi est-ce que je vous raconte ça ? Et



bien, parce que, figurez-vous... - Alors "figurez-vous", c'est une expression qu'on utilise beaucoup en français pour dire "imaginez", "imaginez la situation". Donc, figurez-vous que cette semaine j'ai fini un cahier, oui oui, complètement. C'était un cahier tout simple où je notais en gros tout ce que j'avais à faire, et aussi des idées, des notes pour mes corrections etc. Donc, j'avais besoin d'un nouveau cahier. Et au lieu d'aller à la papeterie pour en acheter un nouveau (vous avez compris que la papeterie, c'est le magasin où on peut acheter, entre autres, des cahiers, et donc aussi toutes les fournitures scolaires et de bureau - des stylos, du papier, de l'encre, des feutres, des gommes etc etc)... Au lieu d'aller à la papeterie, j'ai décidé de prendre un ancien cahier et de le finir. Et comme je suis curieuse, j'ai commencé à le feuilleter. Ça veut dire que j'ai commencé à tourner les pages, à lire en diagonale, sans véritable concentration, juste pour avoir une idée de ce que j'avais écrit. Et je suis tombée sur des notes que j'avais prises, manifestement en regardant un webinaire - donc une conférence sur Zoom - sur le développement personnel, ou peut-être le développement d'entreprise. Peu importe. Ce qui importe, c'est ce que j'ai écrit. Il y avait une sorte de questionnaire - donc manifestement des questions que le conférencier a posées aux participants - et mes réponses. L'une des questions était : "Quels sont les deux grands projets que vous avez pour les mois ou années qui viennent ?" Une autre question était : "Qu'est-ce qui bloque la réalisation de ces projets ?" Et enfin, la dernière question : "Qu'est-ce que vous pouvez faire dès aujourd'hui pour commencer à débloquer la réalisation de ces projets ?"

Je sais, ce sont des questions classiques qu'on peut lire ou entendre de la part d'un coach en développement personnel. Et ce n'est pas très étonnant de voir que j'ai participé à ce webinaire et que j'ai noté les questions et mes réponses dans ce cahier parce que j'étais à l'époque en pleine recherche personnelle... si on peut dire. J'étais à fond dans les livres de développement personnel. J'ai encore tous les grands titres chez moi, dans ma bibliothèque. Bref, lire ce questionnaire dans ce cahier, ce n'était pas une grande surprise. Ce qui m'a surpris, c'est ma réponse. Mes réponses. Mes notes dataient de juin 2020. Oui oui, vous avez bien entendu : juin 2020. Donc il y a plus de 4 ans ! (Je vous ai dit que je n'aimais pas jeter mes cahiers). L'un des deux projets dont j'ai parlé dans ce cahier, c'était "créer un podcast". Pour rappel, le premier épisode de French To Go date du mois d'avril 2021, donc presque un an après ces notes. Mais il faut savoir que l'idée me trottait dans la tête depuis plusieurs mois déjà. Ça veut dire que je pensais depuis plusieurs mois à l'idée de faire un podcast. Vous voulez savoir ce que j'ai répondu à la question : "Qu'est-ce qui bloque la réalisation de ces projets ?" Et bien, j'ai noté plusieurs choses. La première, évidemment, le syndrome de l'imposteur. Ça veut dire que je ne me sentais pas assez qualifiée pour créer un podcast. J'enseignais le français depuis plus de 10 ans déjà, j'avais beaucoup d'expérience dans l'enseignement du français... Mais est-ce que ça voulait dire que je serais un bon podcasteur ? Est-ce que j'avais assez de choses intéressantes et de valeur pour vous, mes auditeurs ? J'en doutais fortement. (Honnêtement, parfois, j'en doute encore, même après 141 épisodes). Une autre chose que j'ai noté dans mes réponses : "Je suis incapable d'enregistrer quelque chose et de le publier au grand public". C'est un peu le syndrome de la personne qui chante dans sa douche. J'avais des idées en tête, mais je ne supportais pas de m'écouter. Or, je me disais que je ne pouvais pas enregistrer un podcast et le mettre en ligne sans l'écouter au moins une fois pour voir que tout était parfait. Une dernière chose que j'ai écrite sous cette question... et c'est là où je veux en venir, finalement : "Je n'y connais rien. Je ne sais pas comment enregistrer mon podcast, je n'ai pas de matériel d'enregistrement, je n'ai pas de logiciel pour le montage, je ne sais pas comment faire, une fois que l'épisode est enregistré, pour le mettre sur une plateforme et pour que les gens l'écoutent." Bref, j'avais mille et une excuses pour dire : "Je ne peux pas faire ce podcast, je ne sais même pas comment ça marche."

Alors pourquoi est-ce que je vous raconte cette histoire, et quel est le rapport avec mon

conseil (“Programmez 2024 et 2026”, vous vous rappelez ?). D’abord, parce que quand j’ai lu mes notes de 2020, je me suis dit que franchement, avant, j’étais stupide... Enfin, pas stupide, mais je me faisais une montagne pour rien. Ça veut dire que j’imaginai des problèmes où il n’y en avait pas. La preuve, j’enregistre aujourd’hui le 142ème épisode de mon podcast. L’autre preuve, c’est ma réponse à la dernière question du webinar : “Qu’est-ce que vous pouvez faire dès aujourd’hui pour commencer à débloquer la réalisation de ces projets ?”. J’ai écrit toute une liste et je vous donne juste les grandes idées. 1) laisser mon perfectionnisme de côté. Et c’est vrai que j’ai décidé de ne pas écouter les épisodes que j’ai enregistrés parce que j’aurais toujours trouvé quelque chose d’imparfait, quelque chose de mauvais, une erreur, qui m’aurait conduit à supprimer l’enregistrement. 2) Chercher sur Google “Comment faire un podcast ?”... C’est aussi bête que ça. Ça ne coûte rien de chercher, ça ne coûte rien de commencer un podcast. Au pire, ça ne marche pas. Ça ne plaît pas aux auditeurs, et on a juste perdu un peu de temps. Ce n’est pas la fin du monde. Sur les pages suivantes du cahier, j’ai noté plein de choses suite à mes recherches sur Internet. J’ai regardé trois différents sites possibles pour héberger mon podcast. J’ai fait une liste des premiers sujets possibles. Et j’ai commencé à enregistrer. C’est tout.

2024 est presque fini. C’est le moment de réfléchir un peu à tout ce que vous avez voulu faire cette année mais que vous n’avez pas fait. Ça peut être des grands projets : changer de travail, acheter un appartement, quitter votre femme ou votre mari. Ça peut être des petites choses : manger moins de sucreries, lire plus. Ensuite, notez, de préférence dans un cahier mais si vous êtes de la jeune génération, je suppose qu’un document sur Google Drive peut faire l’affaire... Donc, notez pourquoi vous n’avez pas réalisé ces grands projets. Oui oui, toutes ces mauvaises excuses. Et enfin, notez ce que vous pouvez faire aujourd’hui pour changer ça. Ensuite, prenez le cahier et mettez-le dans un coin. Ou fermez votre document sur Google Drive. Ecrivez un rappel (dans votre téléphone portable de préférence) pour une date au hasard en 2026 : “chercher le cahier “rouge” ou le document “projets 2024”.

En 2026, quand vous lirez vos notes et que vous verrez le chemin que vous avez parcouru depuis, tout ce que vous avez réalisé depuis cette fameuse journée de 2024, il ne vous restera plus qu’une chose à faire : apprécier ce moment. Avec un grand sourire.

The French to Go Podcast is produced by French Carte - Delphine Woda / www.frenchcarte.com, frenchcarte@gmail.com - Sound : <http://www.freesound.org/people/klankbeeld/>



Creative Commons Attribution – NonCommercial NoDerivatives 4.0 International License