

COMMUNICATION

Rechercher le bonheur à l'étranger

NIVEAU

Intermédiaire (B1)

NUMÉRO

FR_B1_2094X

LANGUE

Français

Objectifs

- Je peux parler du congé sabbatique et de la recherche du bonheur.
- Je peux discuter du choc culturel et des manières de rassurer quelqu'un.



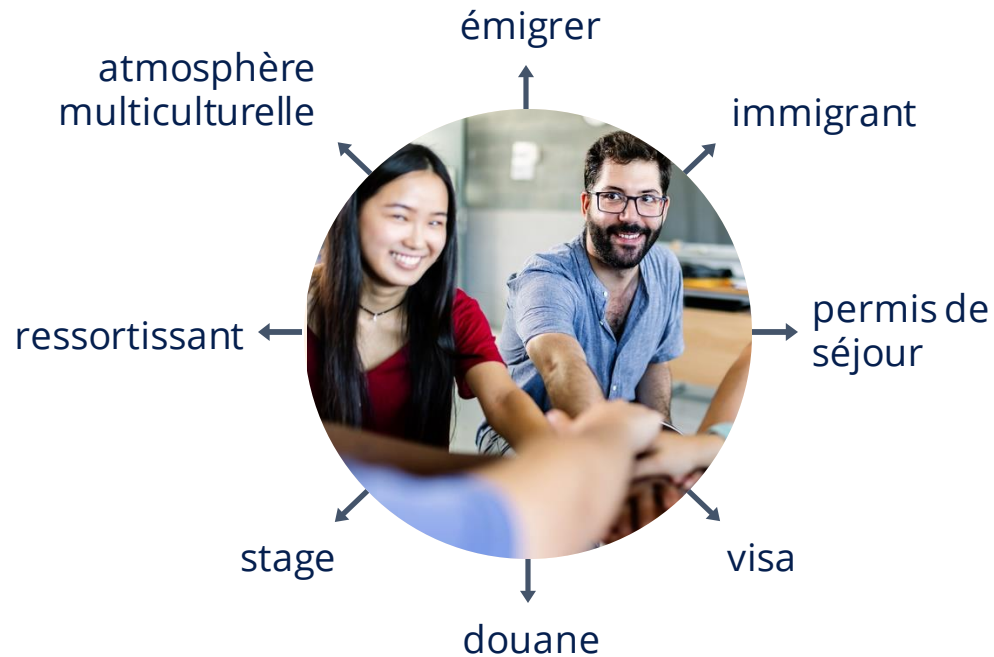
Échangez



Qu'est-ce que le
bonheur pour vous ?
Comment le définiriez-
vous ?

Révision de vocabulaire

1. **Lisez** le vocabulaire et **discutez** du sens avec vos camarades.
2. **Écrivez** une question en utilisant un de ces mots.
3. **Posez la question** à un·e camarade.





Nouveaux mots

**un congé
sabbatique**

On peut souhaiter arrêter de travailler pendant un certain temps et prendre un **congé sabbatique**.

**une année
de césure**

L'**année de césure** est équivalente lorsqu'on est étudiant et qu'on fait une pause dans ses études.

**baigner dans
une culture**

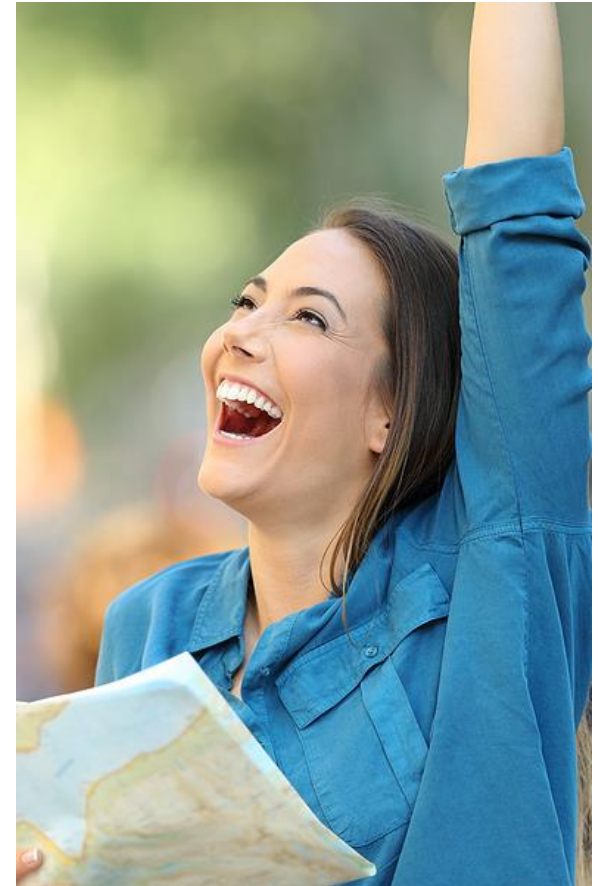
Baigner dans une nouvelle culture, cela signifie être en immersion, en contact constant avec une culture.

euphorie

L'**euphorie** est un sentiment de grande joie, de satisfaction et de contentement.

curiosité

Quand on voyage, la **curiosité** nous pousse à découvrir et à connaître de nouvelles choses.



”

un étranger

à l'étranger

Anthony ne s'est jamais senti **étranger** même en vivant pour la première fois **à l'étranger**.





Remplissez les blancs

- 1 Anne a décidé de prendre une _____ pour faire un stage à l'étranger.
- 2 J'étais _____ à l'idée de réaliser mon rêve de tour du monde.
- 3 Les _____ posent parfois le problème de la langue.
- 4 Pour apprendre une langue, il est préférable de _____.
- 5 Patrick a prolongé son _____ tellement il se plait en Chine.
- 6 Il est essentiel de prendre _____ et d'être moins individualiste.

année de césure

congé sabbatique

euphorique

baigner dans la
culture

conscience des
autres

mariages
transnationaux



Lecture : Le congé sabbatique

La recherche du bonheur est un objectif que beaucoup d'entre nous poursuivent tout au long de notre vie.

Parfois, il est nécessaire de prendre une pause et de réfléchir à nos priorités pour mieux comprendre ce qui nous rend vraiment heureux. C'est là qu'un congé sabbatique peut être une solution idéale.

Un congé sabbatique est une période prolongée de congé, souvent d'un an ou plus, que l'on prend pour se détacher de sa routine professionnelle habituelle.

Cette pause offre une occasion unique de se concentrer sur soi-même, d'explorer de nouvelles passions et de vivre des expériences qui sortent de l'ordinaire.

Durant cette période, on peut voyager, se consacrer à des projets personnels, passer du temps avec sa famille et ses amis, ou encore se lancer dans des activités bénévoles. Ces expériences permettent de s'ouvrir à d'autres horizons, de développer de nouvelles compétences et de mieux comprendre ce qui nous rend heureux.



Lecture : Le congé sabbatique

Le congé sabbatique peut également être un moment privilégié pour réfléchir à notre carrière et à nos objectifs de vie. Il offre la possibilité de se poser des questions essentielles, telles que : « Suis-je vraiment heureux dans mon travail actuel ? » ou « Qu'est-ce que je souhaite accomplir dans les années à venir ? ».

En prenant le temps de se poser ces questions, on peut mieux déterminer la voie à suivre pour atteindre un équilibre entre vie professionnelle et personnelle.

En somme, prendre un congé sabbatique peut être un moyen efficace de se recentrer sur soi-même et d'identifier ce qui compte vraiment pour notre bonheur. En s'accordant cette pause, on se donne l'opportunité de mieux se connaître et de repartir avec une vision plus claire de nos aspirations et de ce qui nous rend réellement heureux.

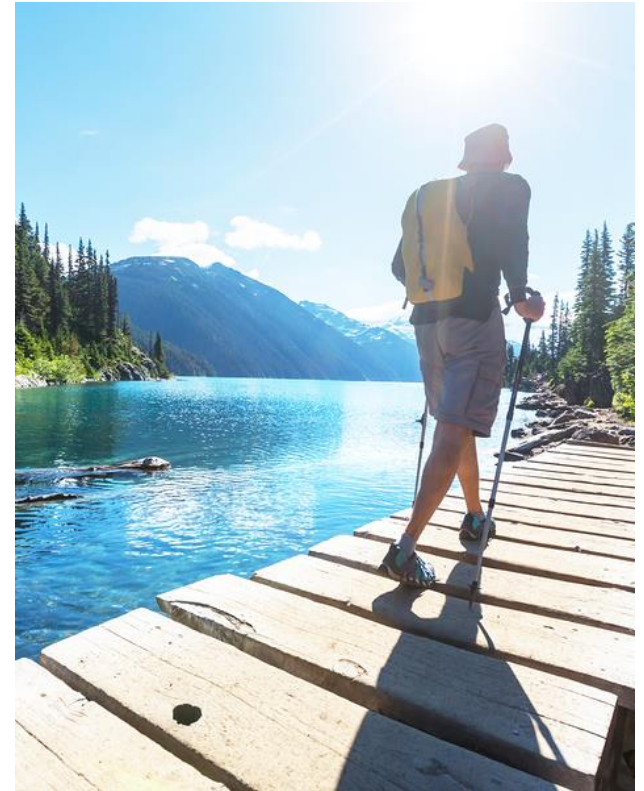




Le congé sabbatique

**Discutez autour
du texte.**

**Êtes-vous d'accord avec le
texte ? Est-ce qu'il y a des
choses que vous aimeriez
ajouter ?**





être dans le même bateau



Lorsque plusieurs personnes sont dans la même situation.



Discutons !

En **classe entière** ou en **breakout rooms** :
Choisissez une question et **donnez** votre opinion.

- 1 Pensez-vous qu'un congé sabbatique puisse contribuer au bonheur d'une personne ? Pourquoi ou pourquoi pas ?
- 2 Quelles sont les avantages et les inconvénients de prendre un congé sabbatique ?
- 3 Selon vous, quelles sont les meilleures activités à entreprendre lors d'un congé sabbatique pour favoriser le bien-être et le bonheur ?
- 4 Si vous deviez choisir entre une promotion professionnelle et la possibilité de prendre un congé sabbatique, que choisiriez-vous et pourquoi ?



Avant d'entrer dans la **breakout room**, prenez une **photo** de l'exercice.

le développement personnel

la conscience de soi et des autres

Tout ce qu'on entreprend pour être épanoui·e personnellement fait partie du **développement personnel**. On peut y parvenir en ayant **conscience de soi**, en prenant en compte ses aspirations et ses envies. Quand on a **conscience des autres**, on fait attention à leur bien-être.



En faisant un voyage humanitaire, je suis devenu moins individualiste et j'ai pris **conscience des autres**.



Louise a amélioré son **développement personnel** quand elle a commencé la méditation en Inde.

”

le rejet

l'isolement

**Trouvez les adjectifs qui dérivent
de ces mots et complétez la
phrase.**

Lorsqu'on subit un choc culturel, on
peut se sentir seul _____
ou _____.





C'est à vous !

**Êtes-vous déjà
partis à
l'étranger ?
Avez-vous eu un
choc culturel ?
Racontez-nous.**





Dialogue

Complétez les blancs du dialogue avec les mots suivants :



Allô, Thibaut ? J'ai beaucoup de mal à m'adapter à la vie au Japon.
La _____ est trop importante...

Mais non, ne t'inquiète pas ! Tu viens d'arriver, tu es seulement
victime du _____.



Tu as peut-être raison... Mais c'est vrai que les _____ sont
très différentes ici.

Mais c'est justement ce qui est intéressant quand on part
_____ !



coutumes

choc culturel

à l'étranger

**barrière
linguistique**



Pratiquons le vocabulaire

Dites si ces phrases sont logiques ou non.

Si non, **reformulez-les**.

		logique	illogique
1	Marie s'est très bien adaptée au Canada, elle a eu un choc culturel.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Julie se sent rejetée en Irlande, elle a beaucoup d'amis.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Maxime faisait beaucoup de gestes différents des miens : son langage corporel était différent.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Je parlais espagnol en arrivant en Espagne, la barrière linguistique a été difficile à surmonter.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	Il a arrêté de travailler pendant un an quand il a pris un congé sabbatique.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	Matthieu est très curieux de connaître les traditions italiennes, il a une grande conscience culturelle.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





Rassurer quelqu'un

- Rassurer une personne est un moyen de la soutenir et de lui montrer que vous êtes là pour elle.
- Voici quelques expressions courantes pour rassurer quelqu'un.

Expression	Utilisation
Ne t'inquiète pas. Ne vous inquiétez pas.	Cette expression est utilisée pour dire à quelqu'un de ne pas s'inquiéter ou de ne pas être anxieux·euse.
Ça va aller. Tout va bien se passer.	Cette expression est utilisée pour rassurer quelqu'un en lui disant que les choses vont s'arranger.
Je suis là pour toi. Je suis là pour vous.	Cette expression est utilisée pour montrer à quelqu'un que vous êtes là pour le soutenir.
Ne te fais pas de souci. Ne vous faites pas de souci.	Cette expression est utilisée pour dire à quelqu'un de ne pas s'inquiéter ou de ne pas être préoccupé.



” Jeu de rôle

Votre meilleure amie vous téléphone car elle a du mal à s'adapter au nouveau pays dans lequel elle vit. Vous avez déjà vécu à l'étranger et vous lui donnez des conseils pour se sentir mieux.

Utilisez des expressions vues dans la leçon pour la rassurer.



Étudiant·e A

Vous êtes partie vivre au Vietnam et avez du mal à vous adapter à la vie dans ce pays. Expliquez ce que vous ressentez.



Étudiant·e B

Vous lui parlez de votre expérience à l'étranger et lui donnez des conseils pour s'adapter.

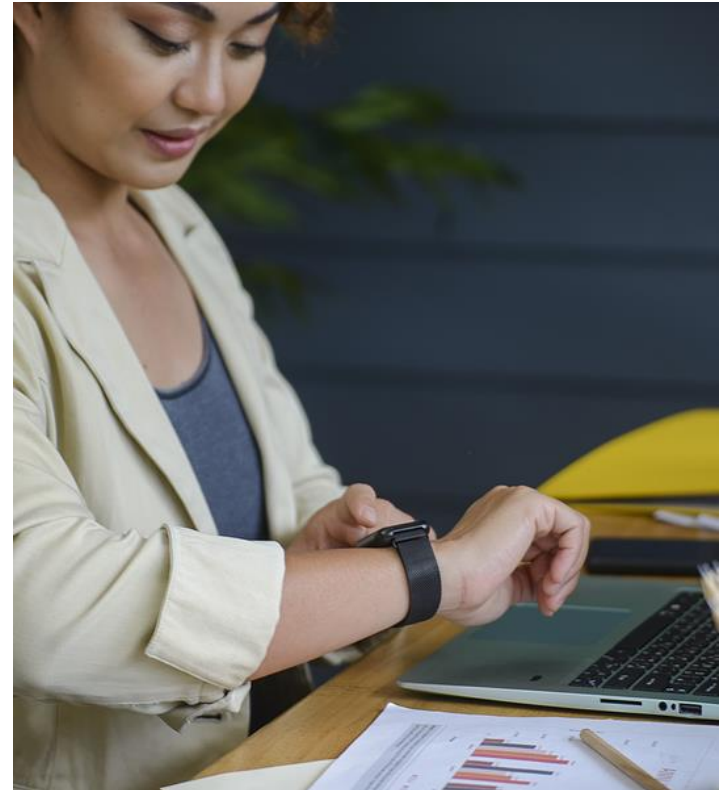


C'est à vous !

Voici quelques coutumes de certains pays. Sont-elles différentes de celles de votre pays ?

Pensez-vous que vous pourriez vous adapter ?

- 1 En France, le pays s'arrête entre 12 et 14h : tout le monde part manger ! C'est pourquoi de nombreux commerces sont fermés à ce moment là.
- 2 Au Maroc, il est normal de négocier lorsque vous achetez quelque chose au marché.
- 3 En Inde, il est normal de manger des aliments très épicés.





Fin de la leçon :

Expression

Mettre les voiles

Sens : partir, s'en aller ou quitter un endroit

Exemple : *Après avoir vendu leur maison, Lucas et Maël ont décidé de tout quitter et de mettre les voiles vers un pays étranger pour commencer une nouvelle vie.*



Pratique additionnelle



Vocabulaire

Complétez avec les mots de la liste.

- 1 Le développement _____ m'aide à mieux me connaître et à améliorer mes compétences.
- 2 Le _____ est douloureux, mais il peut aussi nous apprendre à être plus résilients.
- 3 Perdu dans la forêt, je me suis senti complètement _____ du reste du monde.
- 4 En arrivant au Japon, j'ai ressenti un _____ à cause des différences avec mon pays d'origine.
- 5 J'ai étudié _____ pendant un an pour améliorer mon anglais et découvrir une nouvelle culture.

rejet
choc culturel
isolé
à l'étranger
personnel



Imaginez une expérience à l'étranger

Imaginez que vous allez vivre dans l'un de ces pays. Quels aspects culturels vous choqueraient le plus ? Que feriez-vous pour vous adapter ?



Grèce



Ecosse



Brésil



Vietnam



C'est à vous



Votre nouveau colocataire est un étudiant français. Il est ici pour un an. Quelles coutumes de votre pays voulez vous lui faire connaître ? Quels conseils lui donnez-vous ?





Corrigés

P. 7 : 1. année de césure 2. euphorique 3. mariage transnational 4. baigner dans une culture
5. congé sabbatique

P. 16 : barrière linguistique, choc culturel, coutumes, à l'étranger.

P. 17 : illogique, illogique, logique, illogique, logique, logique

P. 24 : 1. personnel, 2. rejet, 3. isolé, 4. choc culturel, 5. à l'étranger





Résumé

Les manières de rassurer quelqu'un

- *Ne t'inquiète pas ; ne vous inquiétez pas*
- *Ça va aller ; tout va bien se passer*
- *Je suis là pour toi ; je suis là pour vous*
- *Ne te fais pas de souci ; Ne vous faites pas de souci*

L'année sabbatique

- *année de césure ; euphorie ; curiosité ; conscience de soi et des autres ; barrière linguistique*
- *congé sabbatique ; un étranger ; développement personnel ; rejet ; isolement ; choc culturel*
- *baigner dans une culture ; à l'étranger*



Vocabulaire

le congé sabbatique

la barrière linguistique

le langage corporel

l'année de césure

le développement personnel

la conscience de soi et des autres

l'étranger, l'étrangère

à l'étranger

le choc culturel

la coutume

baigner dans une culture

l'euphorie

la curiosité

le rejet

l'isolement

