

The 3 Tasks That Actually Matter

English learning resource · FR

Line-by-line · English + French

184 lines

Study task: Listen again and notice the expressions you studied.

Have you ever finished a full day, completely exhausted... and then, lying in bed, asked yourself: "what did I actually get done today?"

Avez-vous déjà terminé une journée entière, complètement épuisé, puis demandé au lit : « Qu'ai-je réellement accompli aujourd'hui ? »

Oh, I know that exact moment.

Oh, je connais exactement ce moment.

Your body is tired, your eyes are heavy... but your brain can't name one real thing you finished.

Votre corps est fatigué, vos yeux sont lourds, mais votre cerveau ne peut citer aucune chose concrète que vous avez terminée.

Just a blur of small tasks, messages, and meetings.

Juste un mélange flou de petites tâches, de messages et de réunions.

Welcome to Your English Toolbox, the podcast that trains your English while you live your real life.

Bienvenue dans Your English Toolbox, le podcast qui entraîne votre anglais pendant que vous vivez votre vraie vie.

I am Martin.

Je suis Martin.

And I am Julia.

Et moi, je suis Julia.

Friends, we've talked about eating your frog, and we've talked about saying no.

Les amis, nous avons parlé de commencer par la tâche la plus difficile et de savoir dire non.

Today, we're going one step further.

Aujourd'hui, nous allons encore plus loin.

Because Martin once had an entire year where he worked constantly... and somehow felt like he was falling behind.

Parce que Martin a passé une année entière à travailler sans arrêt tout en ayant l'impression de prendre du retard.

It's true.

C'est vrai.



And it took me a long time to understand why.

Et il m'a fallu longtemps pour comprendre pourquoi.

So today, you'll walk away knowing exactly which two or three tasks actually define your success in whatever you do, a simple way to see the one weak spot that's quietly holding everything else back, and how to set yourself up so that starting tomorrow's biggest task feels almost automatic.

Aujourd'hui, vous découvrirez quelles deux ou trois tâches définissent vraiment votre réussite, comment repérer le point faible qui freine le reste et comment rendre presque automatique le démarrage de la grande tâche de demain.

Let's start with a question, and it sounds simple, but almost nobody asks it clearly.

Commençons par une question. Elle paraît simple, mais presque personne ne la pose clairement.

What question?

Quelle question ?

Why am I actually on the payroll?

Pourquoi suis-je réellement payé ?

Or if you're not employed by someone, why does anyone come to you at all?

Ou, si vous n'êtes pas salarié, pourquoi les gens viennent-ils vous voir ?

Why do your clients choose you, why does your family rely on you for certain things, why were you hired in the first place?

Pourquoi vos clients vous choisissent-ils, pourquoi votre famille compte-t-elle sur vous pour certaines choses et pourquoi vous a-t-on engagé ?

That's such an uncomfortable question, honestly.

C'est une question assez inconfortable, honnêtement.

It is, but it's incredibly useful.

Oui, mais elle est incroyablement utile.

Because most jobs, most roles in life, really come down to five, maybe seven, key areas.

Parce que la plupart des emplois et des rôles dans la vie se résument à cinq, peut-être sept, domaines clés.

Key result areas, we can call them.

On peut les appeler domaines de résultats clés.

The things you're completely responsible for.

Les choses dont vous êtes entièrement responsable.

If you don't do them, nobody else quietly does them for you.

Si vous ne les faites pas, personne ne les fera discrètement à votre place.

Right, and here's the interesting part: you can actually grade yourself in each of these areas, one to ten.

Et voici ce qui est intéressant : vous pouvez vous noter de un à dix dans chacun de ces domaines.



And most people, when they do this honestly for the first time, discover something surprising.

Quand la plupart des gens le font honnêtement pour la première fois, ils découvrent quelque chose de surprenant.

What do they discover?

Que découvrent-ils ?

That one area, usually just one, is dragging everything else down.

Qu'un seul domaine, généralement un seul, tire tout le reste vers le bas.

Even if you're brilliant everywhere else.

Même si vous êtes excellent partout ailleurs.

Let me tell you what happened to me, because this is exactly my story.

Laissez-moi vous raconter ce qui m'est arrivé, car c'est exactement mon histoire.

Go on, tell them.

Vas-y, raconte-leur.

So, a few years ago, I was working as a freelance web developer, and I was good.

Il y a quelques années, je travaillais comme développeur web indépendant et j'étais bon.

Genuinely good — clean code, fast delivery, clients were impressed with the actual work.

Vraiment bon : code propre, livraison rapide, et les clients étaient impressionnés par le travail.

But somehow, I wasn't getting repeat clients, and I couldn't understand why.

Pourtant, les clients ne revenaient pas et je ne comprenais pas pourquoi.

For almost a year, I assumed I just needed to get faster, or learn a new programming language, or lower my prices.

Pendant presque un an, j'ai pensé devoir aller plus vite, apprendre un nouveau langage ou baisser mes prix.

What was actually happening, Martin?

Que se passait-il réellement, Martin ?

So, finally, a client I trusted told me directly: "Your work is excellent."

Finalement, un client de confiance m'a dit : « Ton travail est excellent, mais je ne sais jamais où en est mon projet.

But I never know what's happening with my project.

Je t'écris et j'attends quatre jours une réponse.

I send a message, and I wait four days for a reply."

»

And that hit me hard, because he was completely right.

Cela m'a durement touché, car il avait tout à fait raison.



Coding, design, problem-solving — those were all nines, maybe tens.

Le code, la conception et la résolution de problèmes valaient neuf, voire dix.

But communication, keeping people updated, that was maybe a three.

Mais pour communiquer et tenir les clients informés, j'étais peut-être à trois.

And that one weak area was quietly capping everything else.

Et ce point faible plafonnait discrètement tout le reste.

Like a chain — it doesn't matter how strong nine of the links are.

Comme une chaîne : peu importe la solidité de neuf maillons.

If one link is weak, the whole chain breaks at exactly that point.

Si un maillon est faible, toute la chaîne casse précisément à cet endroit.

That's such a clear way to picture it.

C'est une image très claire.

It really is, and here's the thing: it doesn't just apply to freelance work.

Oui, et cela ne s'applique pas uniquement au travail indépendant.

Think about learning English, actually — it's the exact same idea.

Pensez à l'apprentissage de l'anglais : c'est exactement la même idée.

Oh, that's a good comparison.

C'est une bonne comparaison.

Someone can have incredible grammar, a huge vocabulary, understand every rule perfectly...

Quelqu'un peut avoir une grammaire incroyable, un vaste vocabulaire et connaître toutes les règles.

But if their listening is weak, they still can't follow a real conversation.

Mais si sa compréhension orale est faible, cette personne ne pourra pas suivre une vraie conversation.

The weakest area sets the height of everything else, no matter how strong the rest is.

Le domaine le plus faible fixe la limite de tout le reste, quelle que soit la force des autres.

So the question becomes: which area, if I improved it, would change everything?

La question devient donc : quel domaine, si je l'améliorais, changerait tout ?

For me, it wasn't a new skill.

Dans mon cas, ce n'était pas une nouvelle compétence.

It was something almost embarrassingly simple.

C'était quelque chose de presque embarrassant de simplicité.

I started sending a two-line update every single Friday, even when there was nothing exciting to report.

J'ai commencé à envoyer chaque vendredi une mise à jour de deux lignes, même sans nouveauté passionnante.



Just: "here's where we are, here's what's next."

.....
Simplement : « Voici où nous en sommes et voici la suite. »

And that alone doubled my repeat client rate within about four months.

.....
Cela seul a doublé mon taux de clients fidèles en quatre mois environ.

One weak link, fixed, and suddenly the whole chain held.

.....
Un maillon faible réparé, et soudain toute la chaîne tient.

Exactly.

.....
Exactement.

So, friends, ask yourself that same question about your own life.

.....
Posez-vous donc la même question à propos de votre vie.

What are your five to seven key areas, whether at work, at home, or even in your English?

.....
Quels sont vos cinq à sept domaines clés, au travail, à la maison ou même en anglais ?

And where would you honestly grade yourself the lowest?

.....
Et dans lequel vous donneriez-vous honnêtement la note la plus basse ?

That answer might be more valuable than any new skill you could learn.

.....
Cette réponse pourrait être plus précieuse que toute nouvelle compétence à apprendre.

And friends, if you're building a life in a new country, this question matters even more than usual.

.....
Et si vous construisez une vie dans un nouveau pays, cette question compte encore davantage.

How so?

.....
Comment cela ?

Because your key result areas right now might not be about a job at all.

.....
Parce que vos domaines de résultats clés actuels ne concernent peut-être pas du tout un emploi.

They might be things like handling paperwork correctly, understanding the healthcare system, or simply being brave enough to make a phone call in a language you're still learning.

.....
Il peut s'agir de gérer correctement des documents, de comprendre le système de santé ou d'oser téléphoner dans une langue que vous apprenez encore.

Exactly, and it's worth grading yourself honestly in those areas too.

.....
Exactement, et il vaut également la peine de vous évaluer honnêtement dans ces domaines.

Maybe you're wonderful with your neighbors, confident at the market, completely at ease with small talk...

.....
Vous êtes peut-être formidable avec vos voisins, à l'aise au marché et parfaitement détendu lors des petites conversations.

But one specific area — maybe calling your bank, or reading an official letter — quietly creates stress every single time.

.....
Mais un domaine précis — appeler votre banque ou lire une lettre officielle — crée du stress à chaque fois.



That's your weakest link right now, in this season of your life.

C'est actuellement votre maillon faible, à cette période de votre vie.

And just like Martin's Friday update, the fix doesn't need to be dramatic.

Et comme pour la mise à jour de Martin, la solution n'a pas besoin d'être spectaculaire.

Sometimes it's one small habit, practiced consistently, that finally strengthens that one link.

Parfois, une petite habitude pratiquée régulièrement finit par renforcer ce maillon.

Now, here's a related idea, and Julia has her own story about this one.

Voici maintenant une idée liée, et Julia a sa propre histoire à ce sujet.

Oh, this one still makes me a little tired just thinking about it.

Rien que d'y penser, je me sens encore un peu fatiguée.

Go on, tell them.

Vas-y, raconte-leur.

So, about two years ago, I had seventeen different tasks on my regular list at work.

Il y a environ deux ans, j'avais dix-sept tâches différentes sur ma liste de travail habituelle.

Seventeen.

Dix-sept.

Reports, meetings, training new staff, answering constant questions, managing three different projects at once.

Rapports, réunions, formation du nouveau personnel, questions constantes et gestion simultanée de trois projets.

And on top of that, half of those seventeen things arrived through completely different channels — some by email, some by messages on my phone, some just people stopping by my desk.

En plus, ces tâches arrivaient par des canaux différents : courriels, messages sur mon téléphone ou personnes passant à mon bureau.

So nothing felt organized, it just felt like constant noise from every direction.

Rien ne semblait organisé ; c'était simplement du bruit constant venant de partout.

And I was working ten, sometimes twelve hours a day, six days a week.

Et je travaillais dix, parfois douze heures par jour, six jours par semaine.

That's an enormous amount of hours.

C'est un nombre d'heures énorme.

It was.

Oui.

And I kept telling myself, "once I finish this busy period, it'll calm down."

Je me répétais : « Quand cette période chargée sera terminée, tout se calmera. »



But it never calmed down, because I was treating all seventeen tasks as equally important.

Mais rien ne se calmait, car je traitais les dix-sept tâches comme si elles avaient la même importance.

Which sounds a lot like our eighty-twenty conversation from last time.

Cela ressemble beaucoup à notre dernière conversation sur la règle des quatre-vingts vingt.

Exactly, and one evening, completely exhausted, I sat down and actually looked at the list honestly.

Exactement. Un soir, complètement épuisée, je me suis assise et j'ai regardé honnêtement la liste.

And I asked myself: if I could only keep three of these seventeen tasks, which three would still make almost all the difference?

Je me suis demandé : si je ne pouvais garder que trois de ces dix-sept tâches, lesquelles feraient encore presque toute la différence ?

What did you find?

Qu'as-tu découvert ?

It turned out that three specific things — training new staff well, managing the biggest client relationship, and one weekly strategy meeting — those three alone were responsible for probably ninety percent of my real value at that job.

Trois choses — bien former le personnel, gérer la principale relation client et une réunion stratégique hebdomadaire — représentaient environ quatre-vingt-dix pour cent de ma valeur réelle.

The other fourteen mattered, technically, but barely moved anything.

Les quatorze autres comptaient techniquement, mais changeaient à peine les résultats.

So what did you do with that information?

Qu'as-tu fait de cette information ?

I went to my manager, and I said, "I think I can deliver far more if I focus almost entirely on these three things, and we find another way to cover the rest."

J'ai dit à ma responsable que je produirais bien davantage en me concentrant sur ces trois choses et en trouvant une autre solution pour le reste.

And she agreed?

Et elle a accepté ?

She did, actually.

Oui.

Some tasks got handed off to a colleague, a couple were simply dropped completely, and within about thirty days, my actual output had roughly doubled.

Certaines tâches ont été transmises à un collègue, d'autres supprimées, et en une trentaine de jours ma production a presque doublé.

Thirty days.

Trente jours.



And my working hours dropped from twelve a day down to something much closer to eight.

Et mes journées sont passées de douze heures à quelque chose de bien plus proche de huit.

That's remarkable, honestly.

C'est vraiment remarquable.

It really felt like discovering a secret, but it wasn't really a secret — it was just clarity.

J'avais l'impression de découvrir un secret, mais ce n'était pas un secret : c'était simplement de la clarté.

Which brings up something worth mentioning, because it explains why we all end up with seventeen tasks in the first place.

Cela amène un point important : pourquoi nous finissons avec dix-sept tâches.

What's that?

Lequel ?

There's an old idea that work tends to expand to fill whatever time you give it.

Une vieille idée dit que le travail tend à s'étendre jusqu'à occuper tout le temps qu'on lui accorde.

It's called Parkinson's Law.

Cela s'appelle la loi de Parkinson.

Meaning?

C'est-à-dire ?

If you give yourself a whole day for a task that really only needs two hours, it will somehow take the whole day.

Si vous accordez une journée entière à une tâche de deux heures, elle prendra mystérieusement toute la journée.

Oh, that's painfully true.

C'est douloureusement vrai.

Small decisions stretch out, extra checking happens, tiny details get polished that nobody will ever notice.

Les petites décisions s'allongent, les vérifications se multiplient et l'on polit des détails que personne ne remarquera.

Which means all seventeen tasks can quietly grow to fill twelve hours, even if only three of them actually matter.

Ainsi, les dix-sept tâches peuvent remplir douze heures, même si seules trois comptent réellement.

Exactly, so the Law of Three isn't just about choosing what matters.

Exactement. La règle des trois ne consiste pas seulement à choisir ce qui compte.

It's about refusing to let everything else expand and steal the time your real priorities deserve.

Il s'agit d'empêcher tout le reste de s'étendre et de voler le temps de vos vraies priorités.

Give the small stuff a small amount of time, on purpose, and stop there.

Accordez volontairement peu de temps aux petites choses, puis arrêtez-vous.



Which leads us to one final piece, and it's less exciting, but it makes everything else so much easier.

Cela nous mène à un dernier élément, moins passionnant, mais qui facilite tout le reste.

Preparing before you even begin.

Se préparer avant même de commencer.

Tell them what you do now, Martin, after everything you learned.

Explique-leur ce que tu fais maintenant, Martin, après tout ce que tu as appris.

So now, every evening, before I close my laptop, I get tomorrow's biggest task completely ready.

Chaque soir, avant de fermer mon ordinateur, je prépare complètement la tâche principale du lendemain.

Meaning?

C'est-à-dire ?

Meaning the files are open, the notes are next to my keyboard, my coffee is already prepared for the morning, and my phone charges in a different room overnight.

Les fichiers sont ouverts, les notes près du clavier, le café prêt pour le matin et le téléphone charge dans une autre pièce.

So there's no friction at all when you sit down.

Ainsi, il n'y a aucune friction quand tu t'assieds.

None.

Aucune.

I'm primed and ready, honestly — one small push, and I'm already moving.

Je suis parfaitement préparé : une petite impulsion et je suis déjà lancé.

Because the hardest part of any big task is usually just the first thirty seconds.

Car la partie la plus difficile d'une grande tâche, ce sont généralement les trente premières secondes.

If those thirty seconds are full of friction — a messy desk, a dead phone, missing files — you'll find a reason to delay.

Si ces secondes sont pleines de friction — bureau en désordre, téléphone déchargé, fichiers manquants — vous trouverez une raison de reporter.

But if everything's ready, there's nothing left to do except start.

Mais si tout est prêt, il ne reste plus qu'à commencer.

And you don't need it perfect either.

Et vous n'avez pas besoin que ce soit parfait non plus.

Get it roughly right, and correct it as you go.

Faites-le à peu près correctement, puis corrigez au fur et à mesure.

Waiting for the perfect plan is just another polite way of avoiding the frog.

Attendre le plan parfait n'est qu'une façon polie d'éviter la tâche difficile.



One more small idea here, because it pairs nicely with preparation.

Encore une petite idée, car elle s'accorde bien avec la préparation.

What's that?

Laquelle ?

Group similar small tasks together, instead of scattering them through your day.

Regroupez les petites tâches similaires au lieu de les disperser dans la journée.

Meaning?

C'est-à-dire ?

If you have five phone calls to make, five emails to answer, or five errands to run, do them back to back, in one block.

Si vous avez cinq appels, cinq courriels ou cinq courses, faites-les à la suite dans un seul bloc.

Instead of one phone call now, then an hour later another one, then another later still.

Au lieu d'un appel maintenant, d'un autre une heure plus tard et d'un troisième encore après.

Exactly, because every time you switch between different types of tasks, there's a small mental cost.

Exactement, car chaque changement de type de tâche entraîne un petit coût mental.

A bit like restarting a cold engine each time.

Un peu comme redémarrer chaque fois un moteur froid.

It doesn't sound like much, five times a day, but it adds up to real lost time and lost focus.

Cinq fois par jour paraît peu, mais cela s'accumule et entraîne une vraie perte de temps et de concentration.

So group the small stuff, protect your morning for the big stuff, and prepare everything the night before.

Regroupez les petites choses, protégez votre matinée pour l'essentiel et préparez tout la veille.

So, let's bring today together for our listeners.

Rassemblons maintenant tout cela pour nos auditeurs.

Ask yourself honestly: what are my real key result areas, and which one is my weakest link?

Demandez-vous honnêtement : quels sont mes domaines de résultats clés et quel est mon maillon faible ?

Fix that one thing, and everything else you're already good at finally gets to shine.

Corrigez ce point et tout ce que vous faites déjà bien pourra enfin briller.

Then find your three — the tasks that quietly carry almost all your real value.

Puis trouvez vos trois tâches, celles qui portent presque toute votre valeur réelle.

Protect them from the seventeen distractions trying to steal their time.

Protégez-les des dix-sept distractions qui tentent de leur voler du temps.

And prepare tonight, so tomorrow's biggest task starts the moment you sit down.

Et préparez-vous ce soir pour que la tâche principale de demain commence dès que vous vous asseyez.



Now, let's gather the useful English from today's conversation.

Rassemblons maintenant l'anglais utile de la conversation d'aujourd'hui.

Let's do it.

Allons-y.

First: "the weakest link," the idea Martin used to describe his communication problem.

D'abord, « the weakest link », le maillon faible, utilisé par Martin pour décrire son problème de communication.

We use this to describe the one weak part that limits everything connected to it.

On l'utilise pour désigner la partie faible qui limite tout ce qui lui est lié.

"Her nerves before presentations are the weakest link in her career."

« Son trac avant les présentations est le maillon faible de sa carrière. »

Next: "to drag something down," meaning to reduce the quality, success, or performance of the whole.

Ensuite, « to drag something down » : réduire la qualité, la réussite ou la performance de l'ensemble.

"One unclear process can drag the entire team down."

« Un processus peu clair peut tirer toute l'équipe vers le bas. »

Next: "to cap something," meaning to limit how high something can go.

Ensuite, « to cap something » : limiter le niveau que quelque chose peut atteindre.

"Poor sleep can cap your performance, no matter how hard you train."

« Un mauvais sommeil peut limiter vos performances, même si vous vous entraînez beaucoup. »

Next: "to hand something off," meaning to give a task to someone else.

Ensuite, « to hand something off » : transmettre une tâche à quelqu'un d'autre.

Julia used this when she handed off some of her seventeen tasks.

Julia l'a utilisé lorsqu'elle a transmis certaines de ses dix-sept tâches.

"I handed off the report to a colleague and focused on the client call."

« J'ai transmis le rapport à un collègue et je me suis concentré sur l'appel client. »

Next: "to expand to fill the time," describing how tasks grow to match however much time you give them.

Ensuite, « to expand to fill the time » : les tâches s'étendent jusqu'à occuper tout le temps disponible.

"Give yourself a whole week for a two-day task, and it will expand to fill the week."

« Accordez une semaine à une tâche de deux jours et elle occupera toute la semaine. »

Next: "friction," used the way Martin used it, meaning small obstacles that make starting harder.

Ensuite, « friction » : de petits obstacles qui rendent le démarrage plus difficile.

"A messy desk creates friction before you've even begun."

« Un bureau en désordre crée de la friction avant même d'avoir commencé. »



Next: "primed and ready," meaning completely prepared to begin immediately.

Ensuite, « primed and ready » : parfaitement préparé à commencer immédiatement.

"With her notes open and her phone put away, she was primed and ready to work."

« Avec ses notes ouvertes et son téléphone rangé, elle était parfaitement prête à travailler. »

One more: "back to back," meaning one right after another, with no gap.

Encore une : « back to back », l'un immédiatement après l'autre, sans pause.

"I scheduled all my calls back to back on Friday morning."

« J'ai programmé tous mes appels à la suite vendredi matin. »

Eight useful expressions, straight from a real conversation.

Huit expressions utiles tirées d'une vraie conversation.

Now, here's your sentence of the day.

Voici maintenant la phrase du jour.

Listen carefully, we'll say it twice.

Écoutez attentivement ; nous allons la dire deux fois.

"Find your three, fix your weakest link, and prepare tonight for tomorrow."

« Trouvez vos trois tâches, corrigez votre maillon faible et préparez-vous ce soir pour demain. »

"Find your three, fix your weakest link, and prepare tonight for tomorrow."

« Trouvez vos trois tâches, corrigez votre maillon faible et préparez-vous ce soir pour demain. »

Say it with us, out loud, right now if you can.

Dites-la maintenant à voix haute avec nous, si vous le pouvez.

Feel the rhythm of it.

Sentez son rythme.

"Find your three... fix your weakest link."

« Trouvez vos trois tâches... corrigez votre maillon faible. »

So, friends, let's close today's episode.

Les amis, terminons l'épisode d'aujourd'hui.

Somewhere in your week, there are seventeen tasks pretending to be equally important.

Quelque part dans votre semaine, dix-sept tâches prétendent avoir la même importance.

They're not.

Ce n'est pas le cas.

Three of them are carrying almost everything.

Trois d'entre elles portent presque tout.



Find them, protect them, and prepare the ground so tomorrow, starting takes no effort at all.

.....

Trouvez-les, protégez-les et préparez le terrain pour que commencer demain ne demande aucun effort.

Thank you for spending this time with us today.

.....

Merci d'avoir partagé ce moment avec nous aujourd'hui.

If this episode helped you, visit youenglishtoolbox.com for the transcript, multilingual translations, vocabulary resources, Cinema Mode, and our seven-speed player, all designed to help you turn listening into active English practice, so you can choose the listening rhythm that works best for you.

.....

Si cet épisode vous a aidé, visitez youenglishtoolbox.com : transcription, traductions, vocabulaire, Cinema Mode et lecteur à sept vitesses transforment l'écoute en pratique active à votre rythme.

Until next time, friends.

.....

À la prochaine, les amis.

Take care of yourselves.

.....

Prenez soin de vous.

And go find your three.

.....

Et allez trouver vos trois tâches.

Goodbye!

.....

Au revoir !

