

## mots de la peur en anglais

### Anglais B2 : vocabulaire de la peur (nuances)

#### 0) À retenir en 10 secondes

\* Pour la peur : **worried** (inquiet), **nervous** (stress), **anxious** (anxiété / appréhension), **scared/afraid** (peur standard), **terrified/petrified** (terreur).

#### 1) Adjectifs : échelle d'intensité

Mot	Nuance / registre	Exemple
<b>uneasy</b>	malaise, pas rassuré	*I felt uneasy walking alone at night.*
<b>nervous</b>	stress / trac (souvent performance, social)	*I'm nervous about the exam.*
<b>worried</b>	inquiet pour un résultat / une personne	*I'm worried about my dad.*
<b>anxious</b>	anxieux (plus durable, mental)	*She's anxious about the interview.*
<b>scared</b>	peur courante, oral	*I'm scared of dogs.*
<b>afraid</b>	proche de scared, un peu plus neutre/soigné	*I'm afraid of heights.*
<b>frightened</b>	effrayé (plus "écrit")	*The child was frightened by the noise.*
<b>terrified</b>	très peur	*I was terrified during the storm.*
<b>petrified</b>	terrorisé + figé (paralysé)	*I was petrified; I couldn't move.*

#### 2) Peur soudaine vs peur qui dure

##### 2.1 Réaction immédiate

Mot	Idée	Exemple
<b>startled</b>	sursaut / surprise (pas forcément peur durable)	*I was startled by a loud bang.*
<b>shocked</b>	choqué (émotion forte, pas forcément peur)	*I was shocked by what I heard.*
<b>panicked</b>	panique, perte de contrôle	*He panicked and ran.*

##### 2.2 Appréhension / tension (qui s'installe)

Mot / expression	Idée	Exemple
<b>apprehensive</b> (B2, formel)	appréhender à l'avance	*I'm apprehensive about moving to a new city.*
<b>on edge</b>	à cran, nerveux	*Everyone was on edge after the break-in.*
<b>tense</b>	tendu (physique/mental)	*He looked tense.*
<b>dread</b> (souvent nom/verbe)	peur anticipée + "mauvais pressentiment"	*I dread going to that meeting.*

#### 3) Peur liée à menace / domination

Mot	Nuance	Exemple
<b>intimidated</b>	impressionné + "écrasé", pas à l'aise	*I felt intimidated by the boss.*
<b>threatened</b>	se sentir menacé (danger/hostilité)	*She felt threatened by his tone.*
<b>daunted</b>	intimidé + découragé (défi énorme)	*I was daunted by the amount of work.*

#### 4) Ambiance "qui fait peur" (films, lieux)

Mot	Nuance	Exemple
<b>creepy</b>	flippant, malsain (souvent une personne/lieu)	*That guy is creepy.*
<b>eerie</b>	étrange, inquiétant (atmosphère)	*The empty street felt eerie.*
<b>spooked</b> (informel)	effrayé / "ça m'a fait flipper"	*I got spooked by a shadow.*

#### 5) Noms : fear / fright / anxiety / terror / dread

Nom	Quand l'utiliser	Exemple
<b>fear</b>	peur en général (neutre)	*fear of failure*
<b>fright</b>	peur soudaine (surprise + peur)	*It gave me a fright.*
<b>anxiety</b>	anxiété (durable, mentale)	*social anxiety*
<b>terror</b>	terreur (très fort)	*a sense of terror*
<b>dread</b>	peur anticipée + négatif	*the dread of Monday mornings*

#### 6) Grammaire & collocations (B2)

Last update:

2026/04/13 apu:lecons:langues:anglais:voca:themes:peur <https://kavodao.org/doku.php?id=apu:lecons:langues:anglais:voca:themes:peur>  
15:02

### 6.1 afraid/scared : of vs to

Structure	Sens	Exemple
<b>afraid/scared of + nom / V-ing</b>	peur de "la chose"	*afraid of spiders / afraid of flying*
<b>afraid/scared to + V</b>	peur de faire l'action	*afraid to speak up* (= peur de prendre la parole)

### 6.2 Verbes fréquents

\* **to fear** (plus formel) : \*Many people fear change.\* \* **to worry about** : \*I worry about my kids.\* \* **to panic** : \*Don't panic.\* \* **to freak out** (informel) : \*I freaked out.\*

—

## 7) Expressions très naturelles

\* **frozen with fear / scared stiff** = paralysé de peur \* **my heart was racing** = cœur qui bat très vite \* **nerve-racking** = stressant, éprouvant \* **I couldn't help but feel...** = je ne pouvais pas m'empêcher de ressentir...

—

## 8) Erreurs fréquentes (pièges)

\* **anxious** peut aussi vouloir dire "impatient" :

- \*I'm anxious to hear the news.\* = impatient (pas anxieux).

\* **terrific** ≠ terrified :

- \*terrific\* = génial (souvent), pas "terrifiant".

\* **fearful** existe mais est moins courant que **afraid** :

- \*fearful of change\* (plus formel).

—

## 9) Mini-exercice (choisis le mot le plus naturel)

Complète avec : **uneasy / nervous / worried / anxious / apprehensive / startled / panicked / intimidated / creepy / eerie / terrified / petrified**

\* I felt walking through that empty parking lot at night. \* I'm about my driving test tomorrow (I might fail). \* She was by the sudden scream. \* He when he realized he'd lost his passport. \* I'm about speaking in front of 200 people. \* The manager's tone made me feel . \* The old house felt (strange + unsettling). \* The clown was really (unpleasant vibe). \* I was during the turbulence (very strong fear). \* I was and couldn't move.

### Corrigé (proposition)

\* uneasy \* worried \* startled \* panicked \* nervous / anxious (les deux possibles ; **nervous** = trac) \* intimidated \* eerie \* creepy \* terrified \* petrified

From:

<https://kavodao.org/> - DokuWiki Tanguy

Permanent link:

<https://kavodao.org/doku.php?id=apu:lecons:langues:anglais:voca:themes:peur>

Last update: 2026/04/13 15:02