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

---

2) Peur soudaine vs peur qui dure

2.1 Réaction immédiate

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

2.2 Appréhension / tension (qui s'installe)

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

---

3) Peur liée à menace / domination

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

---

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

Mot	Nuance	Exemple
creepy	flippant, malsain (souvent une personne/lieu)	*That guy is creepy.*
eerie	étrange, inquiétant (atmosphère)	*The empty street felt eerie.*
spooked (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
fear	peur en général (neutre)	*fear of failure*
fright	peur soudaine (surprise + peur)	*It gave me a fright.*
anxiety	anxiété (durable, mentale)	*social anxiety*
terror	terreur (très fort)	*a sense of terror*
dread	peur anticipée + négatif	*the dread of Monday mornings*

---

6) Grammaire & collocations (B2)

6.1 afraid/scared : of vs to

Structure	Sens	Exemple
afraid/scared of + nom / V-ing	peur de "la chose"	*afraid of spiders / afraid of flying*
afraid/scared to + V	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&rev=1776106974

Last update: **2026/04/13 19:02**