

Make People Like You: Social Skills That Work in Any Language

English learning resource · FR

Key words & expressions · English + French

20 learning entries

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

1

walk away with

retenir · repartir avec

DEF

To finish an experience having gained something useful or valuable.

A common phrasal verb; here it refers to the practical ideas the listener will retain.

FR

Terminer une expérience en ayant acquis quelque chose d'utile ou de précieux.

Ici, l'expression insiste sur ce que l'on retient, et non sur le départ physique.

you will walk away with three things.

Vous repartirez avec trois choses.

You will walk away with a practical strategy you can use today.

Vous repartirez avec une stratégie pratique que vous pourrez utiliser aujourd'hui.

2

form an opinion

se faire une opinion

DEF

To develop a judgment or impression about someone or something.

Form emphasizes that an impression takes shape, often before conscious analysis.

FR

Élaborer un jugement ou une impression sur quelqu'un ou quelque chose.

La tournure naturelle est se faire une opinion de ou sur quelqu'un.

People form an opinion of you almost instantly.

Les gens se font une opinion de vous presque instantanément.

People often form an opinion before the conversation is over.

Les gens se font souvent une opinion avant la fin de la conversation.

3

be born with

naître avec

DEF

To possess a quality or characteristic naturally from birth.

It contrasts an innate quality with a skill that can be learned.

FR

Posséder naturellement une qualité dès la naissance.

L'expression oppose une qualité innée à une compétence que l'on peut apprendre.

And they are not a charisma you are born with.

Et ce n'est pas non plus un charisme avec lequel on naît.

Social confidence is not something you have to be born with.

La confiance sociale n'est pas quelque chose avec laquelle il faut naître.



4

fall into a trap*tomber dans un piège*

DEF

To make a predictable mistake or become caught in a misleading situation.

A figurative collocation frequently used for habits, arguments and common errors.

FR

Commettre une erreur prévisible ou se laisser prendre dans une situation trompeuse.

Collocation figurée courante pour parler d'erreurs et d'habitudes.

Including two traps almost everyone falls into.

Notamment deux pièges dans lesquels presque tout le monde tombe.

Do not fall into the trap of talking only about yourself.

Ne tombez pas dans le piège de ne parler que de vous.

5

feel seen*se sentir reconnu · se sentir considéré*

DEF

To feel genuinely noticed, understood and valued by another person.

Seen is metaphorical: it refers to emotional recognition, not eyesight.

FR

Sentir qu'une autre personne nous remarque, nous comprend et nous accorde de la valeur.

Seen est métaphorique et désigne une reconnaissance émotionnelle.

They feel seen, they feel distinct.

Ils se sentent reconnus, ils se sentent uniques.

The people we remember are the people who made us feel seen.

Les personnes dont nous nous souvenons sont celles qui nous ont donné le sentiment d'être reconnus.

6

catch someone's name*bien saisir le prénom de quelqu'un · retenir le prénom de quelqu'un*

DEF

To hear, understand and remember a person's name when it is said.

Catch often means successfully hear information that was brief or unclear.

FR

Entendre, comprendre et mémoriser le prénom d'une personne lorsqu'elle le prononce.

Catch signifie ici réussir à saisir une information brève ou peu claire.

So when you meet someone, catch the name.

Alors, quand vous rencontrez quelqu'un, retenez son prénom.

Catch the name, use it twice.

Retenez le prénom et utilisez-le deux fois.

7

light up*s'illuminer · s'activer*

DEF

To become suddenly active, bright or visibly enthusiastic.

Here it describes a positive response in the brain; it can also describe a person's face.

FR

Devenir soudainement actif, lumineux ou visiblement enthousiaste.

Ici, l'expression décrit une réaction positive du cerveau ; elle peut aussi qualifier un visage.

something lights up in their brain.

Quelque chose s'illumine dans leur cerveau.

Her face lights up whenever she talks about music.

Son visage s'illumine chaque fois qu'elle parle de musique.



8

follow-up question*question de relance*

DEF

A question asked in response to an earlier answer to obtain more detail.

A useful conversational and interview term; follow-up functions as an adjective.

FR

Question posée à partir d'une réponse précédente pour obtenir plus de détails.

Expression très utile dans la conversation et l'entretien.

Tool three, the follow-up question.

Troisième outil : la question de relance.

A thoughtful follow-up question shows that you were listening.

Une question de suivi réfléchie montre que vous écoutiez.

9

go one level deeper*aller un niveau plus loin · approfondir*

DEF

To move beyond a surface answer and explore a subject in greater depth.

A spatial metaphor for asking a more personal or meaningful question.

FR

Dépasser une réponse superficielle et explorer un sujet plus en profondeur.

Métaphore spatiale pour une question plus personnelle ou plus significative.

Whatever they tell you, go one level deeper.

Quoi qu'ils vous racontent, allez un niveau plus loin.

One level deeper is where real conversations live.

C'est un niveau plus loin que vivent les vraies conversations.

10

steal the spotlight*voler la vedette*

DEF

To take attention away from someone else and make yourself the focus.

An idiom from theatre, where the spotlight marks the center of attention.

FR

Détourner l'attention d'une autre personne pour devenir soi-même le centre d'intérêt.

Expression issue du théâtre, où la lumière désigne le centre de l'attention.

You just stole the spotlight.

Vous venez de lui voler la vedette.

He supported her story instead of trying to steal the spotlight.

Il a soutenu son histoire au lieu d'essayer de lui voler la vedette.

11

the one-up trap*le piège de la surenchère*

DEF

The conversational mistake of responding to someone's story with a more impressive story of your own.

To one-up someone means to outdo them; the phrase names a subtle form of conversational competition.

FR

Erreur qui consiste à répondre au récit de quelqu'un par une histoire personnelle plus impressionnante.

To one-up someone signifie chercher à faire mieux que cette personne.

Trap number one, the one-up trap.

Premier piège : la surenchère.

Avoid the one-up trap.

Évitez le piège de la surenchère.



12

dismissive*dédaigneux · invalidant*

DEF

Showing that you do not consider a person, feeling or idea important enough.

A useful adjective for a response that appears polite but minimizes another person's experience.

FR

Qui donne l'impression qu'une personne, une émotion ou une idée n'est pas importante.

Ici, l'adjectif décrit une réponse qui minimise l'expérience de l'autre.

But it can feel dismissive.

Mais cela peut sembler invalidant.

A dismissive reply can make the other person stop sharing.

Une réponse dédaigneuse peut inciter l'autre personne à cesser de partager.

13

drive with the handbrake on*conduire avec le frein à main serré*

DEF

To make an activity unnecessarily difficult by using a limiting approach.

A metaphor: a car can move with the handbrake on, but slowly and inefficiently.

FR

Rendre une activité inutilement difficile en adoptant une approche qui limite.

Métaphore d'une progression lente et inefficace à cause d'un frein.

And most people drive with the handbrake on.

Et la plupart des gens conduisent avec le frein à main serré.

Trying to impress everyone is like driving with the handbrake on.

Essayer d'impressionner tout le monde, c'est comme conduire avec le frein à main serré.

14

end up*finir par · se retrouver à*

DEF

To eventually arrive in a situation, place or activity, often through an indirect path.

It is followed by an -ing form for activities: end up working, end up living.

FR

Arriver finalement dans une situation, un lieu ou une activité, souvent par un parcours indirect.

En anglais, l'expression est suivie d'un verbe en -ing pour une activité.

For example, how did you end up working here?

Comment avez-vous fini par travailler ici ?

How did you end up living here?

Comment avez-vous fini par vivre ici ?

15

slide off*glisser sur quelqu'un · ne laisser aucune trace*

DEF

To fail to have a lasting effect because something is not absorbed or remembered.

The literal movement of water sliding off a surface becomes a metaphor for forgettable words.

FR

Ne pas produire d'effet durable parce que quelque chose n'est ni intégré ni retenu.

Le mouvement de l'eau devient une métaphore de paroles vite oubliées.

They slide off people like water.

Ils glissent sur les gens comme de l'eau.

Generic compliments slide off because they do not feel personal.

Les compliments génériques disparaissent parce qu'ils ne semblent pas personnels.



16

specific compliment*compliment précis*

DEF

Praise that identifies a precise action, quality or detail rather than using a general positive label.

Specific praise feels more credible because it proves that the speaker paid attention.

FR

Éloge qui désigne une action, une qualité ou un détail précis plutôt qu'un jugement positif général.

Il paraît plus crédible parce qu'il prouve une véritable attention.

A specific compliment says, I truly saw you.

Un compliment précis dit : « Je vous ai vraiment remarqué. »

Ask open questions, give specific compliments.

Posez des questions ouvertes, faites des compliments précis.

17

mirroring*effet miroir · mimétisme*

DEF

The unconscious matching of another person's posture, movements or rhythm during a positive interaction.

A social-psychology term based on the image of a mirror copying what it sees.

FR

Reproduction inconsciente de la posture, des mouvements ou du rythme d'une autre personne.

Terme de psychologie sociale fondé sur l'image du miroir.

Signal three, mirroring.

Troisième signal : l'effet miroir.

If you see mirroring, the connection is real.

Si vous observez cet effet miroir, le lien est réel.

18

the peak-end rule*la règle du pic et de la fin*

DEF

The psychological principle that people judge an experience mainly by its most intense moment and its ending.

Peak refers to the emotional high point, while end refers to the final moments.

FR

Principe psychologique selon lequel on juge une expérience surtout d'après son moment le plus intense et sa fin.

Le pic désigne le sommet émotionnel de l'expérience.

Psychologists call it the peak end rule.

Les psychologues l'appellent la règle du pic et de la fin.

Think about what the peak end rule really means.

Réfléchissez à ce que signifie réellement la règle du pic et de la fin.

19

by heart*par cœur*

DEF

From memory, with the ability to reproduce something without looking.

The fixed expression is learn or know something by heart, not by memory.

FR

De mémoire, de façon à pouvoir reproduire quelque chose sans le consulter.

L'anglais et le français utilisent ici la même image du cœur.

Number one, learn your three open questions by heart.

Numéro un : apprenez par cœur vos trois questions ouvertes.

Learn your three opening questions by heart before the event.

Apprenez par cœur vos trois questions d'ouverture avant l'événement.



20

come out smooth*sortir avec fluidité · sonner naturel*

DEF

To be spoken naturally, fluently and without hesitation.

Come out describes how words emerge when spoken; smooth emphasizes ease and flow.

FR

Être prononcé naturellement, couramment et sans hésitation.

Come out décrit la manière dont les mots sortent ; smooth insiste sur la fluidité.

Practice it tonight until it comes out smooth and warm.

Entraînez-vous ce soir jusqu'à ce que la phrase sorte avec aisance et chaleur.

Practise the sentence slowly until it comes out smooth and natural.

Répétez la phrase lentement jusqu'à ce qu'elle soit douce et naturelle.

