

Viral English: Quiet Quitting — Still at Work, Doing Less?

English learning resource · FR

Line-by-line · English + French

45 lines

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

Julia, this headline says people are quiet quitting.

Julia, ce titre dit que des gens pratiquent le quiet quitting.

Are they leaving their jobs without telling anyone?

Quittent-ils leur emploi sans prévenir personne ?

Usually, that is not what the expression means.

En général, ce n'est pas ce que signifie l'expression.

The surprising part is that the person still works there.

Ce qui surprend, c'est que la personne travaille toujours là.

Welcome to Viral English, from Your English Toolbox.

Bienvenue dans Viral English, de Your English Toolbox.

I am Martin, and Julia is here to help decode a workplace label.

Je suis Martin, et Julia va nous aider à décoder une étiquette du monde du travail.

Quiet quitting usually describes doing the required work without taking on extra tasks or investing much additional enthusiasm.

Quiet quitting décrit généralement le fait d'effectuer le travail demandé sans prendre de tâches supplémentaires ni investir beaucoup d'enthousiasme en plus.

It does not normally mean formally resigning.

Cela ne signifie normalement pas démissionner officiellement.

So someone can be quiet quitting and still turn up at the same desk every morning.

On peut donc pratiquer le quiet quitting et retrouver le même bureau chaque matin.

Yes, but be careful with the label.

Oui, mais attention à cette étiquette.

Different speakers use it to make different points.

Les personnes qui l'emploient ne veulent pas toutes dire la même chose.



Some use it critically to suggest that someone has stopped caring about work.

Certaines l'utilisent de manière critique pour suggérer qu'une personne ne se soucie plus de son travail.

Others use it when discussing limits on unpaid extra effort.

D'autres l'emploient pour parler de limites à l'effort supplémentaire non rémunéré.

Those are not automatically the same situation.

Ce ne sont pas automatiquement les mêmes situations.

Simply leaving at the agreed time does not prove what someone feels about their job.

Partir simplement à l'heure convenue ne prouve pas ce que quelqu'un ressent pour son emploi.

Exactly, and we should not guess a person's motivation from one action.

Exactement, et nous ne devrions pas deviner la motivation d'une personne à partir d'un seul geste.

The expression became prominent in workplace debate in twenty twenty-two.

L'expression a pris de l'importance dans les débats sur le travail en deux mille vingt-deux.

Gallup discussed it that September and used it again in an article about India in May twenty twenty-six.

Gallup l'a abordée en septembre de cette année-là, puis dans un article sur l'Inde en mai deux mille vingt-six.

That shows continued use, not that the behaviour began in either year.

Cela montre que l'expression reste utilisée, pas que le comportement a commencé l'une de ces années.

Our examples today are invented for language practice, not reports about a real employee.

Nos exemples sont inventés pour travailler la langue, pas pour décrire un véritable salarié.

Our second expression is go the extra mile.

Notre deuxième expression est go the extra mile.

It means make more effort than is normally expected in order to help or achieve something.

Elle signifie fournir davantage d'efforts que ce qui est normalement attendu pour aider ou accomplir quelque chose.

For example, a colleague stays to explain a difficult process to a new team member.

Par exemple, une collègue reste pour expliquer une procédure difficile à un nouveau membre de l'équipe.

You might say: she really went the extra mile to help me settle in.

Tu pourrais dire : elle a vraiment fait un effort supplémentaire pour m'aider à m'intégrer.

The phrase is often praise, but context still matters.

L'expression est souvent un compliment, mais le contexte compte toujours.

It does not tell us whether the extra effort was paid, required or freely chosen.

Elle ne précise pas si cet effort était payé, exigé ou librement choisi.



Our third expression is set boundaries.

Notre troisième expression est set boundaries.

That means make clear limits about what you can or will accept.

Elle signifie fixer des limites claires à ce que l'on peut ou veut accepter.

For example: I set boundaries around work messages during my time off.

Par exemple : je fixe des limites aux messages professionnels pendant mon temps libre.

That sentence describes a limit, not automatically a lack of commitment.

Cette phrase décrit une limite, pas automatiquement un manque d'engagement.

Someone can care about their work and set boundaries at the same time.

On peut tenir à son travail et fixer des limites en même temps.

Let us try an interpretation challenge.

Essayons un défi d'interprétation.

Imagine this headline: workers are quiet quitting, but they are not handing in their notice.

Imagine ce titre : les salariés pratiquent le quiet quitting, mais ne donnent pas leur démission.

Are they formally leaving their jobs?

Quittent-ils officiellement leur emploi ?

No, the headline describes a change in their involvement or extra effort.

Non, le titre décrit un changement dans leur implication ou leurs efforts supplémentaires.

Now, a colleague helps you practise a presentation even though it is not part of their task.

Maintenant, un collègue t'aide à répéter une présentation alors que cela ne fait pas partie de sa tâche.

Which expression could praise that help?

Quelle expression pourrait saluer cette aide ?

They went the extra mile.

They went the extra mile, ils ont fait un effort supplémentaire.

Finally, someone clearly explains when they are available for non-urgent messages.

Enfin, quelqu'un explique clairement quand il est disponible pour les messages non urgents.

They are setting boundaries.

They are setting boundaries, ils fixent des limites.

Before accepting a label, ask what specific behaviour the speaker is describing.

Avant d'accepter une étiquette, demande quel comportement précis la personne décrit.



And remember: this episode explains English, not employment rules or advice for a particular job.

.....

Et rappelle-toi : cet épisode explique l'anglais, pas les règles du travail ni des conseils pour un emploi particulier.

Our episode page compares the three expressions with neutral examples and a practice activity.

.....

La page de l'épisode compare les trois expressions avec des exemples neutres et une activité pratique.

Follow the link in the description.

.....

Suis le lien dans la description.

Understand the language, check the context, and keep your English growing.

.....

Comprends la langue, vérifie le contexte et continue à faire grandir ton anglais.

