TRANSCRIPT · EPISODE 204

Who Are You in English?

English learning resource · FR

Line-by-line · English + French

297 lines

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

There is an experiment I want to tell you about before we do anything else.

Je veux te parler d’une expérience avant toute chose.

Go on.

Je t’écoute.

A group of researchers invited people who spoke two languages fluently.

Des chercheurs ont invité des personnes parlant couramment deux langues.

And they gave them a personality test.

Ils leur ont fait passer un test de personnalité.

A normal one?

Un test ordinaire ?

A standard one.

Un test standard.

The kind that measures how outgoing you are, how agreeable, how organised.

Le genre qui mesure à quel point on est extraverti, agréable et organisé.

And?

Et alors ?

And then they gave them the same test again.

Puis ils leur ont fait repasser le même test.

Same people.

Les mêmes personnes.

Same questions.

Les mêmes questions.

The same week?

La même semaine ?

In one of their studies, the same session.

Dans une de leurs études, pendant la même séance.

So the results were identical.

Les résultats étaient donc identiques.

The results were not identical.

Les résultats n'étaient pas identiques.

What was different?

Qu'est-ce qui avait changé ?

One version of the test was in Spanish.

Une version du test était en espagnol.

The other was in English.

L'autre était en anglais.

And that changed the answers.

Et cela a changé les réponses.

That changed the answers.

Cela a changé les réponses.

In that study, the same people answered twice in one session.

Dans cette étude, les mêmes personnes ont répondu deux fois pendant une séance.

Some of their answers were different.

Certaines de leurs réponses étaient différentes.

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 au quotidien.

I am Martin.

Je suis Martin.

And I am Julia.

Et moi, je suis Julia.

Today we are exploring a feeling many English learners recognise.

Aujourd'hui, nous explorons un sentiment que beaucoup d'apprenants d'anglais connaissent.

Sometimes it sounds like a complaint.

Parfois, cela ressemble à une plainte.

In English, I am not myself.

En anglais, je ne suis pas moi-même.

In my language I am funny.

Dans ma langue, je suis drôle.

In English I am boring.

En anglais, je suis ennuyeux.

I have a personality and it does not fit through my English.

J'ai une personnalité qui ne passe pas dans mon anglais.

And every time somebody tells us that, the easy answer is, keep studying, it will come.

Quand quelqu'un nous dit cela, la réponse facile est : continue à apprendre, ça viendra.

That answer is not wrong.

Cette réponse n'est pas fausse.

It is not wrong, but it is not the whole truth.

Elle n'est pas fausse, mais ce n'est pas toute la vérité.

Because what you are describing is real.

Parce que ce que tu décris est réel.

People have studied experiences like this, and they have some interesting ideas.

Des expériences de ce genre ont été étudiées et donnent lieu à des idées intéressantes.

Let us go back to the study, because I want our friends to know it is serious work.

Revenons à l'étude pour que nos amis sachent que c'est un travail sérieux.

It was published in two thousand and six, in a journal of personality research, by a team led by a researcher called Nairán Ramírez-Esparza.

Elle a été publiée en 2006 dans une revue de recherche sur la personnalité par une équipe dirigée par Nairán Ramírez-Esparza.

And the test?

Et le test ?

The Big Five.

Le Big Five.

Forty-four questions.

Quarante-quatre questions.

It is one widely used personality questionnaire in psychology.

C'est un questionnaire de personnalité très utilisé en psychologie.

And the participants?

Et les participants ?

Highly fluent Spanish-English bilinguals, in the United States and in Mexico.

Des bilingues espagnol-anglais très à l’aise, aux États-Unis et au Mexique.

And the result held up?

Et le résultat s’est confirmé ?

That is the important part.

C’est le point important.

They studied three separate groups of bilingual people.

Ils ont étudié trois groupes distincts de personnes bilingues.

A similar pattern appeared in all three groups.

Une tendance similaire est apparue dans les trois groupes.

In two groups the tests were at least a week apart.

Dans deux groupes, les tests étaient espacés d’au moins une semaine.

Which traits changed?

Quels traits ont changé ?

Three of their scores changed on average.

Trois de leurs scores ont changé en moyenne.

That does not mean every person changed in the same way.

Cela ne veut pas dire que chacun a changé de la même façon.

How outgoing people were.

Leur degré d’extraversion.

How agreeable.

Leur amabilité.

And how conscientious, which means roughly how organised and dutiful.

Et leur conscience professionnelle, soit leur sens de l’organisation et du devoir.

And before anybody says it.

Et avant que quelqu’un le dise.

Say it.

Dis-le.

Maybe the Spanish translation of the test was just badly worded.

La traduction espagnole du test était peut-être mal formulée.

They checked.

Ils ont vérifié.

Their analyses did not find evidence that the pattern was explained by translation or unusual individual questions.

Leurs analyses n'ont pas montré que la traduction ou certaines questions inhabituelles expliquaient cette tendance.

So what is actually happening?

Alors, que se passe-t-il vraiment ?

This is where it gets interesting, because researchers have a possible explanation.

C'est là que cela devient intéressant, car les chercheurs ont une explication possible.

People assume you have two personalities.

On suppose que tu as deux personnalités.

And you do not.

Mais ce n'est pas le cas.

You are one person, but different situations can bring different parts of you forward.

Tu es une seule personne, mais différentes situations peuvent faire ressortir différentes facettes de toi.

Explain a frame.

Explique ce qu'est un cadre.

A frame is the whole invisible set of rules about how people behave in a situation.

Un cadre est l'ensemble invisible des règles qui déterminent le comportement dans une situation.

How close you stand.

La distance à laquelle on se tient.

How loud you are.

Le volume auquel on parle.

Whether you interrupt.

Le fait d'interrompre ou non.

Whether you say what you think immediately or wrap it in three polite sentences first.

Si l'on dit tout de suite ce qu'on pense ou si on l'enrobe d'abord de trois phrases polies.

And language can be one of those signals.

Et la langue peut être l'un de ces signaux.

Yes.

Oui.

Language, culture and the situation around us can all play a part.

La langue, la culture et la situation peuvent toutes jouer un rôle.

The mix can be different for each person.

Cette combinaison peut être différente pour chaque personne.

So changing language might bring a different frame to mind.

Changer de langue pourrait donc évoquer un autre cadre.

It might.

C’est possible.

But language alone does not explain everyone’s experience.

Mais la langue seule n’explique pas l’expérience de chacun.

Researchers call this possible process cultural frame switching.

Les chercheurs appellent ce processus possible le changement de cadre culturel.

We also explored a related feeling in episode thirty-two.

Nous avons aussi exploré un sentiment proche dans l’épisode trente-deux.

Today we are returning to it with a closer look at the research.

Aujourd’hui, nous y revenons en examinant la recherche de plus près.

And here is the sentence I want you to keep.

Et voici la phrase que je veux que tu retiennes.

You are not being fake in one of your languages.

Tu ne fais semblant dans aucune de tes langues.

You may find it easier to show different parts of yourself in different situations.

Il peut être plus facile de montrer différentes facettes de toi selon la situation.

Now I want to make this concrete, because this is still abstract.

Je veux rendre cela concret, car c’est encore abstrait.

Let me tell you about Camila.

Laisse-moi te parler de Camila.

Invented?

Elle est inventée ?

Invented from several real people.

Inventée à partir de plusieurs personnes réelles.

Camila is from Belo Horizonte, in Brazil, and she is an engineer in Dublin.

Camila vient de Belo Horizonte, au Brésil, et travaille comme ingénieure à Dublin.

She has been there four years.

Elle y vit depuis quatre ans.

Her English is excellent.

Son anglais est excellent.

Technically excellent?

Excellent sur le plan technique ?

Technically excellent.

Excellent sur le plan technique ?

She writes reports that her manager barely edits.

Elle rédige des rapports que son responsable modifie à peine.

And how do her colleagues describe her?

Et comment ses collègues la décrivent-ils ?

This is the whole episode in one word.

Tout l'épisode tient en un mot.

Quiet.

Silencieuse.

Quiet.

Silencieuse.

In her performance review, somebody wrote that she should contribute more in meetings.

Dans son évaluation, quelqu'un a écrit qu'elle devrait davantage participer aux réunions.

And how do her friends in Brazil describe her?

Et comment ses amis au Brésil la décrivent-ils ?

Her oldest friend describes her as the one who never lets anybody else finish a sentence.

Sa plus vieille amie dit qu'elle ne laisse jamais les autres finir leurs phrases.

The same woman.

La même femme.

The same woman, in the same month.

La même femme, le même mois.

And the painful part is she believes the Dublin version.

Et le plus douloureux, c’est qu’elle croit à la version de Dublin.

That is the painful part.

C’est la partie douloureuse.

She has started to think of herself as a quiet person who used to be loud.

Elle a commencé à se croire silencieuse alors qu’elle était auparavant très expressive.

And she is not.

Et ce n’est pas le cas.

She is the same person in both places.

C’est la même personne dans les deux endroits.

The language, the workplace and the people around her may all affect how easily she joins in.

La langue, le travail et les personnes autour d’elle peuvent influencer sa facilité à participer.

And this is the moment to separate two things that get confused, because they are not the same problem.

Il faut maintenant distinguer deux choses qu’on confond, car ce ne sont pas les mêmes problèmes.

Go on.

Je t’écoute.

One is vocabulary.

L’une est le vocabulaire.

You do not have the word.

Le mot te manque.

That may be a vocabulary problem, and learning useful words can help.

Cela peut être un problème de vocabulaire, et apprendre des mots utiles peut aider.

And the other?

Et l’autre ?

The other is timing.

L’autre est le sens du moment.

Humour is timing.

L’humour dépend du bon moment.

Interrupting politely is timing.

Interrompre poliment dépend du bon moment.

Knowing when a group is about to change subject, and getting in before it does.

Savoir quand un groupe va changer de sujet et intervenir avant.

And that is not in a vocabulary list.

Et cela ne figure pas dans une liste de vocabulaire.

A vocabulary list alone cannot teach you every part of a conversation.

Une liste de vocabulaire ne peut pas, à elle seule, t'apprendre tous les aspects d'une conversation.

That is why people with very high English still feel like a smaller version of themselves.

Voilà pourquoi même des personnes parlant très bien anglais se sentent parfois comme une version réduite d'elles-mêmes.

So even when you know the words, joining in can still be hard.

Même quand on connaît les mots, participer peut donc rester difficile.

Yes.

Oui.

Timing, confidence and the people around you can all matter.

Le sens du moment, la confiance et les gens autour de toi peuvent tous compter.

Right.

Bien.

Now tell them the strange part, because there is something here that works in their favour.

Raconte maintenant la partie surprenante, car quelque chose joue en leur faveur.

There is, and almost nobody knows it.

Oui, et presque personne ne le sait.

A different language can sometimes change the way people respond to a decision.

Une autre langue peut parfois changer la manière de réagir face à une décision.

Say that again.

Redis-le.

In some experiments, people made different choices in a foreign language.

Dans certaines expériences, les gens ont fait des choix différents dans une langue étrangère.

Different does not automatically mean better.

Différent ne signifie pas automatiquement meilleur.

Who found this?

Qui a découvert cela ?

A line of research from the laboratory of Boaz Keysar, at the University of Chicago, with Albert Costa in Barcelona and others.

Une série de recherches du laboratoire de Boaz Keysar à l'université de Chicago, avec Albert Costa à Barcelone et d'autres chercheurs.

And what did they find?

Et qu'ont-ils découvert ?

In some experiments, people responded differently to risks and to the way choices were presented.

Dans certaines expériences, les gens ont réagi différemment aux risques et à la présentation des choix.

The result depends on the task.

Le résultat dépend de la tâche.

It does not prove that every decision in a foreign language is more rational.

Cela ne prouve pas que toute décision prise dans une langue étrangère est plus rationnelle.

And the strongest one?

Et le résultat le plus marquant ?

One result is uncomfortable.

Un résultat est troublant.

In one experiment, people imagined pushing one person to save five.

Dans une expérience, des personnes imaginaient pousser une personne pour en sauver cinq.

And?

Et alors ?

Eighteen per cent said yes in their first language.

Dix-huit pour cent ont dit oui dans leur première langue.

Forty-four per cent said yes in a foreign language.

Quarante-quatre pour cent ont dit oui dans une langue étrangère.

That is one experiment, not a rule about everybody.

C'est une expérience, pas une règle pour tout le monde.

More than twice.

Plus du double.

More than twice.

Plus du double.

Why?

Pourquoi ?

One possible explanation is psychological distance.

Une explication possible est la distance psychologique.

Researchers are still debating how the effect works.

Les chercheurs débattent encore du fonctionnement de cet effet.

Explain it simply.

Explique-le simplement.

Imagine learning your first language at home, with the people around you.

Imagine que tu as appris ta première langue chez toi, avec les gens autour de toi.

And the second one?

Et la seconde ?

Perhaps you first met it in a classroom.

Tu l'as peut-être découverte en classe.

So words might not carry the same weight.

Les mots pourraient donc ne pas avoir le même poids.

They might feel different because of the experiences you associate with them.

Ils peuvent sembler différents à cause des expériences qu'on leur associe.

But people learn languages in many different ways.

Mais chacun apprend les langues de façons très différentes.

And that distance makes you colder.

Et cette distance te rend plus froid.

It may create a little distance for some people.

Elle peut créer un peu de distance pour certaines personnes.

That does not mean it always makes a decision clearer.

Cela ne veut pas dire qu'elle rend toujours une décision plus claire.

Now, I want to be careful here, and this matters.

Je veux être prudent ici, et c'est important.

Please be careful.

Sois prudent, s'il te plaît.

These are laboratory studies.

Ce sont des études en laboratoire.

The researchers themselves warn against taking them too far into real life.

Les chercheurs eux-mêmes mettent en garde contre une extrapolation excessive à la vie réelle.

So we are not saying go and make your big decisions in English.

Nous ne disons donc pas de prendre tes grandes décisions en anglais.

We are not saying that.

Nous ne disons pas cela.

If an email feels easier to write in English, that experience is worth noticing.

Si écrire un courriel en anglais te semble plus facile, cette expérience mérite ton attention.

Even if we cannot know exactly why it feels easier.

Même si nous ne pouvons pas savoir exactement pourquoi cela semble plus facile.

Exactly.

Exactement.

Your own history and the situation may matter too.

Ton histoire personnelle et la situation peuvent aussi jouer un rôle.

Can we talk about love and swearing?

Peut-on parler d’amour et de jurons ?

I was waiting for you to ask.

J’attendais que tu me le demandes.

Because this is the part everybody recognises.

Parce que c’est la partie que tout le monde reconnaît.

Here it is.

La voici.

For some people, strong words can feel different in a second language.

Pour certaines personnes, les mots forts peuvent être ressentis différemment dans une seconde langue.

A swear word might feel less powerful in English.

Un juron peut sembler moins fort en anglais.

It might.

C’est possible.

But that will not be true for everyone.

Mais ce ne sera pas vrai pour tout le monde.

And a word in your first language?

Et un mot dans ta première langue ?

It may carry memories and feelings that the English word does not.

Il peut porter des souvenirs et des émotions que le mot anglais n'a pas.

And the opposite is also true.

Et l'inverse peut aussi être vrai.

The opposite can happen too.

L'inverse peut aussi se produire.

For some people, I love you may be easier to say in one language than another.

Pour certaines personnes, dire je t'aime peut être plus facile dans une langue que dans une autre.

Because each version may carry a different history.

Parce que chaque version peut avoir une histoire différente.

Exactly.

Exactement.

For someone else, the English words may feel just as powerful.

Pour quelqu'un d'autre, les mots anglais peuvent être tout aussi forts.

And is that bad?

Et est-ce mauvais ?

It is both.

Cela peut être les deux.

Sometimes the lightness is a loss.

Parfois, cette légèreté est une perte.

And sometimes the lightness is exactly what lets you say something you could never say at home.

Et parfois, cette légèreté permet de dire quelque chose qu'on n'aurait jamais pu dire chez soi.

So.

Alors.

Practical part.

La partie pratique.

How does our listener get their personality back?

Comment notre auditeur retrouve-t-il sa personnalité ?

Three things, and the first one is the most important.

Trois choses, et la première est la plus importante.

Go on.

Je t'écoute.

Give yourself permission to express your personality in new ways.

Autorise-toi à exprimer ta personnalité de nouvelles façons.

Explain the difference.

Explique la différence.

If you are funny in your language, your jokes depend on words, on references, on a rhythm that only exists there.

Si tu es drôle dans ta langue, tes plaisanteries dépendent de mots, de références et d'un rythme propres à cette langue.

A direct translation may not have the same effect.

Une traduction directe peut ne pas produire le même effet.

So what do you do instead?

Que faire à la place ?

You steal.

Tu voles.

Steal?

Voler ?

Find two or three people in English whose way of talking you like.

Trouve deux ou trois personnes dont tu aimes la façon de parler anglais.

At work, on television, anywhere.

Au travail, à la télévision, n'importe où.

And take their phrases.

Et reprends leurs expressions.

Not their accent.

Pas leur accent.

Not their accent.

Pas leur accent.

Their moves.

Leurs façons de s’exprimer.

The way they start a story.

Leur façon de commencer une histoire.

The thing they say when they disagree.

Ce qu’ils disent quand ils ne sont pas d’accord.

And slowly that becomes yours.

Et peu à peu, cela devient à toi.

We often learn ways of speaking from the people around us.

Nous apprenons souvent des façons de parler auprès des gens qui nous entourent.

Over time, we make those expressions our own.

Avec le temps, nous nous approprions ces expressions.

Second thing?

La deuxième chose ?

Learn the words that buy you time, not the words that sound clever.

Apprends les mots qui te donnent du temps, pas ceux qui paraissent savants.

Because a little time can help.

Parce qu’un peu de temps peut aider.

Yes.

Oui.

A useful phrase can give you a moment to find your words.

Une expression utile peut te donner un instant pour trouver tes mots.

And if you have a phrase to fill that second.

Et si tu as une phrase pour remplir cette seconde.

Then you are not searching in silence.

Alors tu ne cherches pas en silence.

You are talking while you search.

Tu parles pendant que tu cherches.

Give them three.

Donne-leur trois exemples.

The thing is.

Le fait est que.

What I mean is.

Ce que je veux dire, c’est.

Hang on, let me think about that.

Attends, laisse-moi y réfléchir.

And those are not impressive sentences.

Et ce ne sont pas des phrases impressionnantes.

They are not impressive at all.

Elles ne sont pas impressionnantes du tout.

They are the scaffolding that holds your personality up while you build the sentence behind it.

Elles sont l’échafaudage qui soutient ta personnalité pendant que tu construis ta phrase derrière.

And the third thing?

Et la troisième chose ?

The third thing is honesty, and you may not like it.

La troisième chose est l’honnêteté, et elle ne te plaira peut-être pas.

Tell them anyway.

Dis-le quand même.

Finding your voice can take time.

Trouver ta voix peut prendre du temps.

The journey is different for everyone, and there is no fixed deadline.

Le parcours est différent pour chacun et il n’y a pas de délai fixé.

That is not very encouraging.

Ce n’est pas très encourageant.

It is more encouraging than the alternative, which is believing you are failing.

C’est plus encourageant que l’alternative : croire que tu échoues.

Because if you think it closes next month.

Parce que si tu penses que l’écart disparaîtra le mois prochain.

Then every month it does not close feels like your fault.

Chaque mois où il demeure te donnera l’impression que c’est ta faute.

And it is not your fault.

Et ce n’est pas ta faute.

It is one possible part of learning to express yourself in a second language.

Cela peut faire partie de l’apprentissage de l’expression dans une seconde langue.

Right.

Bien.

Three sentences, and these are rescue sentences.

Trois phrases, et ce sont des phrases de secours.

For the exact moment you feel like somebody else.

Pour le moment précis où tu te sens comme quelqu’un d’autre.

Listen, and repeat in the pause.

Écoute et répète pendant la pause.

Sentence one, which turns the problem into a joke you control.

La première phrase transforme le problème en une plaisanterie que tu maîtrises.

To be honest, I am much funnier in my own language.

Pour être honnête, je suis bien plus drôle dans ma langue.

Sentence two, for the second you need.

La deuxième phrase te donne la seconde dont tu as besoin.

Hang on, I am translating a joke.

Attends, je traduis une blague.

And sentence three, the most useful sentence in this whole episode.

Et la troisième est la phrase la plus utile de tout cet épisode.

That came out wrong.

Cela est mal sorti.

What I meant was.

Ce que je voulais dire, c’était.

All three again.

Les trois encore une fois.

To be honest, I am much funnier in my own language.

Pour être honnête, je suis bien plus drôle dans ma langue.

Hang on, I am translating a joke.

Attends, je traduis une blague.

That came out wrong.

Cela est mal sorti.

What I meant was.

Ce que je voulais dire, c'était.

Notice what the first one does.

Remarque ce que fait la première.

It tells the room that there is more of you than they are currently seeing.

Elle dit aux autres qu'il y a plus en toi que ce qu'ils voient pour l'instant.

It can also help people understand how you feel.

Elle peut aussi aider les autres à comprendre ce que tu ressens.

And the third one is the one that saves relationships.

Et la troisième est celle qui sauve les relations.

Because sometimes, in any language, things come out wrong.

Parce que parfois, dans toutes les langues, les choses sont mal exprimées.

And most people just let the wrong version stand there.

Et la plupart des gens laissent la mauvaise version en suspens.

Do not let it stand there.

Ne la laisse pas ainsi.

Say it came out wrong, and say it again.

Dis que cela est mal sorti et reformule.

And our sentence of the day.

Et voici notre phrase du jour.

Ready?

Prêts ?

You are not a worse person in English.

Tu n'es pas une moins bonne personne en anglais.

You are a younger one.

Tu es une personne plus jeune.

You are not a worse person in English.

Tu n’es pas une moins bonne personne en anglais.

You are a younger one.

Tu es une personne plus jeune.

One more time, with us.

Encore une fois avec nous.

You are not a worse person in English.

Tu n’es pas une moins bonne personne en anglais.

You are a younger one.

Tu es une personne plus jeune.

Say why that works, because it is doing something precise.

Explique pourquoi cela fonctionne, car cette phrase fait quelque chose de précis.

Think of that as a metaphor, not a scientific measurement.

Vois cela comme une métaphore, pas comme une mesure scientifique.

Camila has lived in Dublin for four years.

Camila vit à Dublin depuis quatre ans.

That does not tell us when she started learning English.

Cela ne nous dit pas quand elle a commencé à apprendre l’anglais.

But it reminds us that expressing ourselves in a new setting can take practice.

Mais cela nous rappelle que s’exprimer dans un nouveau cadre peut demander de la pratique.

They say, give it time.

On dit : donne-lui du temps.

Give it time, and give it conversations.

Donne-lui du temps et des conversations.

So here is what to do with this week.

Voici ce que tu peux faire cette semaine.

One thing.

Une chose.

If you catch yourself calling your English self a worse person, pause.

Si tu te surprends à penser que tu es une moins bonne personne en anglais, arrête-toi un instant.

Boring.

Ennuyeux.

Stupid.

Stupide.

Not me.

Ce n’est pas moi.

You could replace that thought with a kinder one.

Tu peux remplacer cette pensée par une autre plus bienveillante.

Your English voice is still growing.

Ta voix en anglais continue de grandir.

And if you want a second thing.

Et si tu veux une deuxième chose.

Borrow one phrase from somebody whose way of talking you like.

Emprunte une expression à quelqu’un dont tu aimes la façon de parler.

One phrase.

Une expression.

Use it three times this week until it stops feeling borrowed.

Utilise-la trois fois cette semaine jusqu’à ce qu’elle ne semble plus empruntée.

Everything from today, the transcript, the vocabulary, and the three rescue sentences, is waiting for you at yourenglishtoolbox.com.

Tout le contenu d’aujourd’hui, la transcription, le vocabulaire et les trois phrases de secours, t’attend sur yourenglishtoolbox.com.

With translations, flashcards and downloadable PDFs, completely free.

Avec des traductions, des fiches et des PDF téléchargeables, entièrement gratuits.

Thank you for spending this time with us.

Merci d’avoir passé ce moment avec nous.

And whoever you are in English.

Et qui que tu sois en anglais.

Give them a few more years.

Donne-lui encore quelques années.

See you in the next one.

À bientôt dans le prochain épisode.