

Loneliness

Neil: Hello. This is 6 Minute English from BBC Learning English. I'm Neil.

Rob: And I'm Rob.

Neil: It's great that you're here to keep me company – to spend time with me so I don't get lonely – because loneliness is the subject of this programme.

Rob: It's good to be here, Neil. I think many of us have experienced loneliness at some point. Maybe you've felt lonely because all your friends have gone out for dinner without you, or maybe you've felt lonely just because you don't fit in somewhere.

Neil: Yes, that's when we sometimes use the expression 'to feel lonely in a crowd'. Well, we'll be exploring if this is a new idea or something humans have always experienced, and along the way we'll be teaching you some new vocabulary.

Rob: But now I'm here to keep you company, how about a question for me?

Neil: Of course! Well, one possibly lonely man is Mauro Morandi. He's lived alone on Budelli Island in Italy for many years, but how many years exactly? Is it: a) 6 years, b) 31 years, or c) 44 years?

Rob: Umm 44 years would be tough, as would 31, so I'll go for 6 years.

Neil: OK, Rob, we'll find out later if that's right. Now, I'm sure we all want to be alone from time to time, to escape the demands of our colleagues or the pressures of real life, but would we really want to be totally alone?

Rob: Well, I certainly wouldn't. And research has found that prolonged [prəʊˈlɒŋd] social isolation is bad for us, particularly mentally.

Neil: It's an interesting topic, and one that the BBC Radio 4 programme Thinking Aloud has been exploring. Its guest, Fay Bound Alberti, Reader in History at the University of York, explained how loneliness is a relatively new emotional state.

Rob: A state is a condition at a particular time. Let's hear what she had to say about references [ˈrefrənsɪz] to loneliness in literature.

Fay Bound Alberti: Well novels are fascinating, because there's a difference between novels in the 18th Century, when they first came into being, and novels in the 19th Century - in the 18th Century something like Robinson Crusoe [ˈkrʊːsəʊ], there's not a single reference to loneliness. By the 19th Century novels are full of lonely people and that reflects those kinds of social changes.

Interviewer: Give me some examples. What may count as examples?

Fay Bound Alberti: Well, I suppose I'm thinking about if you compare something like *Wuthering Heights* [ˈwʌðərɪŋ-haɪts] where you have this desperate desire on the part of the heroine to find love which is bundled up to in this sense of the self not being complete without another, or Tess of the d'Urbervilles [ˈtɛsˌbɜːvɪlz]. And so Victorian fiction in particular tends to be full of woman who are in search of the significant other and needing to find happiness and an absence of loneliness in the domestic.

Rob: It's interesting that Fay mentions the story of Robinson Crusoe – about a man living on a desert island – does not mention the word loneliness. But because of a shift in how people behaved and thought in the 19th century – called social change – loneliness became an emotion that was written about in stories.

Solitude

Neil : Bonjour. C'est 6 minutes en anglais de BBC Learning English. Je m'appelle Neil.

Rob : Et moi Rob.

Neil : C'est formidable que vous soyez ici pour me tenir compagnie, pour passer du temps avec moi pour que je ne sois pas seul, parce que la solitude est le sujet de cette émission.

Rob : C'est bien d'être ici, Neil. Je pense que beaucoup d'entre nous ont connu (fait l'expérience de) la solitude à un moment donné. Peut-être vous êtes-vous senti seul parce que tous vos amis sont sortis dîner sans vous, ou peut-être que vous vous êtes senti seul simplement parce que vous ne vous intégrez pas quelque part.

Neil : Oui, c'est là (à ce moment) que nous utilisons parfois l'expression "se sentir seul dans une foule". Eh bien, nous allons explorer s'il s'agit d'une nouvelle idée ou de quelque chose que les humains ont toujours expérimenté, et en cours de route, nous vous enseignerons un peu de nouveau vocabulaire.

Rob : Mais maintenant je suis ici pour vous tenir compagnie ; et si vous me posiez une question ?

Neil : Bien sûr ! Eh bien, un homme vraisemblablement seul est Mauro Morandi. Il a vécu seul sur l'île de Budelli en Italie pendant de nombreuses années, mais combien d'années exactement ? Est-ce : a) 6 ans, b) 31 ans, ou c) 44 ans ?

Rob : Humm 44 ans serait dur (rude), tout comme (le serait) 31 ans, donc je vais opter pour 6 ans.

Neil : OK, Rob, nous découvrirons plus tard si c'est exact. Maintenant, je suis sûr que nous voulons tous être seuls de temps en temps, pour échapper aux exigences de nos collègues ou aux pressions de la vie réelle, mais voudrions-nous vraiment être totalement seuls ?

Rob : Eh bien, je ne le voudrais certainement pas. Et la recherche a révélé qu'un isolement social prolongé est mauvais pour nous, en particulier mentalement.

Neil : C'est un sujet intéressant, que l'émission *Thinking Aloud* de la BBC Radio 4 a exploré. Son invitée, Fay Bound Alberti, maître de conférences en histoire à l'Université de York, a expliqué comment la solitude est un état émotionnel relativement nouveau.

Rob : Un état est un aspect à un moment donné. Écoutons ce qu'elle avait à dire sur les références à la solitude dans la littérature.

Fay Bound Alberti : Eh bien, les romans sont fascinants, car il y a une différence entre les romans du 18ème siècle, quand ils ont vu le jour, et les romans du 19ème siècle. Au 18ème siècle [dans] quelque chose comme Robinson Crusoé, il n'y a pas une seule référence à la solitude. Au cours du 19e siècle, les romans regorgent de personnes seules et cela reflète ce genre de changements sociaux.

Interviewer : Donnez-moi quelques exemples. Qu'est-ce qui peut tenir lieu d'exemples ?

Fay Bound Alberti : Eh bien, je suppose que je n'en suis pas loin si on compare quelque chose comme "*Les Hauts de Hurlevent*" où vous avez ce désir désespéré de la part de l'héroïne de trouver l'amour (qui est) emballé (emmitoufflé), dans le sens d'un soi incomplet sans quelqu'un autre, ou "*Tess d'Urberville*". Et donc la fiction victorienne en particulier a tendance à être pleine de femmes qui sont à la recherche de l'élu [de leur cœur] et qui ont besoin de trouver le bonheur et une absence de solitude au sein du foyer.

Rob : Il est intéressant que Fay mentionne que l'histoire de Robinson Crusoé - à propos d'un homme vivant sur une île déserte - ne fait pas état du mot solitude. Mais à cause d'un changement (basculément) dans la façon dont les gens se comportaient et pensaient au 19ème siècle – appelé changement social – la solitude est devenue une émotion à propos de laquelle on s'est mis à écrire dans les histoires.

Neil: Ah, but **loneliness** tended to be **something affecting women**. They were searching for **happiness** by finding a 'significant other' – a **partner**, usually a man, who they wanted to **marry**. How things have changed!

Rob: Yes, now Fay **also** went on to talk **about** how **some female authors**, like Virginia Woolf [*və'dʒɪniə-wʊlf*], looked for **solitude** – that's being **alone** – **because** that helped them be **creative**.

Neil: **Even today**, being **alone** gives us **headspace** and time to think, as long as it doesn't last **forever**. **Anyway**, as we **mentioned**, we've **probably** all been **lonely** at **some point**, and Fay Bound Alberti told the Thinking **Aloud** programme that **loneliness** can take **many forms**.

Fay Bound Alberti: Absolutely, I think that **loneliness** is **something that affects all people** but at **different times** in their lives. I would describe in terms of **pinch points** – there are times when we change [when we become] when we get **married**, we become **mothers**, we get **divorced**, anything that changes our life might put us **under temporary loneliness**. When it's a **problem** is when it becomes **chronic**.

Neil: It seems that there are **certain times** in our **lives** when we might feel **lonely** – when we break up with a **partner** or have a **baby** and feel isolated, for **example**. These are **moments** that Fay describes as pinch points – times in your **life** where there are **difficulties** and things slow down or change.

Rob: We could say **loneliness** at these times is **understandable**, **normal** and **temporary** [*'tempərəri*]. When it becomes a bigger **issue**, it's what Fay describes as **chronic** – so, long **lasting**.

Neil: And **loneliness** isn't **always obvious** to **other people**, so it's good to **check in with friends** and **family** to see how they're feeling and to ask **if they're OK**. Of **course**, it would be **difficult** to check in on Mauro Morandi, who's been **living** on Budelli **Island** in **Italy** for **many years**, but how **many years exactly**?

Rob: Ahh well I thought 6 years. Was I right?

Neil: I'm **afraid** not. It's actually been 31 years. He told **National Geographic magazine** "I'm sort of in **prison here**... but it's a **prison** that I chose for **myself**." So I'm guessing he's got **used** to his own **company**! I **certainly** couldn't **live alone** for that long – I'd been too **lonely**, I need **company** Rob.

Rob: Yeah, me too Neil! And **loneliness** is what we've been **discussing** in this **programme**. **Here's** a **recap** of **some** of the vocabulary we've **mentioned**. Firstly, **to keep someone company** is to spend time with **someone** so they don't get **lonely**.

Neil: **Social change** is a shift in how **people behave** and think.

Rob: A **significant other** is an **informal way** of **describing** a **partner**.

Neil: **Solitude** describes being **alone**.

Rob: When talking **about life**, **pinch points** are times where there are **difficulties** and things slow down or change. And **chronic** describes a health **condition** that is long **lasting**.

Neil: And that's all we have time for in this **programme**, but **remember** you can find more **useful vocabulary**, trending **topics** and help with your **language learning here** at **BBC Learning English**. We **also** have an app that you can **download** for free from the app **stores** and of **course** we are **all over social media**. Bye for now!

Rob: Bye bye!

Neil : Ah, mais la solitude avait une tendance à affecter les femmes. Elles cherchaient le bonheur en trouvant "l'êtr cher (l'êlu de leur cœur, leur tendre moitié)" un partenaire, généralement un homme, qu'elles voulaient épouser. Comme les choses ont changé !

Rob : Oui, *mais*, Fay a aussi expliqué comment certaines auteures féminines, comme Virginia Woolf, recherchaient la solitude (c'est être seul), parce que cela les aidait à être créatives.

Neil : Même aujourd'hui, être seul nous donne une liberté d'esprit et du temps pour réfléchir, pour autant que cela ne dure pas éternellement. Quoi qu'il en soit, comme nous l'avons mentionné, nous avons probablement tous été seuls à un moment donné, et Fay Bound Alberti a dit *dans* l'émission *Thinking Aloud* que la solitude peut prendre de nombreuses formes.

Fay Bound Alberti : Absolument, je pense que la solitude est quelque chose qui affecte tous les gens mais à différents moments *de* leur vie. Je [la] décrirais en termes de *points d'étranglement (de pincement)*. Il y a des moments, quand nous changeons [quand nous devenons] lorsque nous nous marions, nous devenons mères, nous divorçons, quoi que ce soit qui change notre vie peut nous mettre *dans* une solitude temporaire. Là où c'est un problème, c'est lorsque ça devient chronique.

Neil : Il semble qu'il y ait certains moments dans notre vie où nous pourrions nous sentir seuls : quand nous rompons avec un partenaire ou que nous avons un bébé et nous sentons isolés, par exemple. Ce sont des moments que Fay décrit comme des points d'étranglement, des moments dans *la* vie où il y a des difficultés et où les choses ralentissent ou changent.

Rob : Nous pourrions dire que la solitude à ces moments est compréhensible, normale et temporaire. Quand cela devient un *problème* plus important, c'est ce que Fay décrit comme chronique, donc, de longue durée.

Neil : Et la solitude n'est pas toujours évidente pour les autres, aussi est-il bon de **prendre des nouvelles de (communiquer avec) ses amis** et sa famille pour voir comment ils se sentent et pour leur demander **s'ils vont bien**. Bien sûr, il serait difficile de communiquer avec Mauro Morandi, qui vit sur l'île de Budelli en Italie depuis de nombreuses années, mais combien d'années exactement ?

Rob : Ahh eh bien j'ai pensé 6 ans. Avais-je raison ?

Neil : J'ai peur que non. Cela fait en fait 31 ans. Il a raconté au magazine National Geographic : "Je suis en quelque sorte en prison ici... mais c'est une prison que j'ai choisie pour moi-même." Donc j'imagine qu'il s'est habitué à sa propre compagnie. Je ne pourrais certainement pas vivre seul aussi longtemps que ça. Je serais trop seul, j'ai besoin de compagnie Rob.

Rob : Ouais, moi aussi Neil ! Et la solitude est ce dont nous avons discuté dans cette émission. Voici un récapitulatif *d'une partie* du vocabulaire que nous avons évoqué. Premièrement, **tenir compagnie à quelqu'un**, c'est passer du temps avec quelqu'un pour qu'il ne se sente pas seul.

Neil : Le **changement social** est un changement (basculément) dans la façon dont les gens se comportent et pensent.

Rob : Un **être cher** est une manière familière de désigner un partenaire.

Neil : La **solitude** désigne le fait d'être seul.

Rob : En parlant de la vie, les **points d'étranglement** sont des moments où il y a des difficultés et où les choses ralentissent ou changent. Et **chronique qualifie** un problème de santé de longue durée.

Neil : Et c'est tout ce que nous avons le temps de faire dans cette émission, mais rappelez-vous que vous pouvez trouver plus de vocabulaire utile, des sujets tendance et de l'aide *pour* votre apprentissage des langues ici à *BBC Learning English*. Nous avons également une application que vous pouvez télécharger gratuitement depuis les *serveurs* d'applications et bien sûr, nous sommes **sur tous** les réseaux sociaux. À la prochaine !

Rob : Bye bye !