TRANSCRIPT · EPISODE 217

Why Is Yawning Contagious? | Curious English

English learning resource · FR

Line-by-line · English + French

73 lines

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

Julia, I have a small challenge for you.

Julia, j’ai un petit défi pour toi.

I am listening.

Je t’écoute.

For the next few seconds, try not to yawn.

Pendant les prochaines secondes, essaie de ne pas bâiller.

Martin, you have already made me think about yawning.

Martin, tu m’as déjà fait penser au bâillement.

And that is the interesting part.

Et c’est justement ce qui est intéressant.

Have you ever seen someone yawn and then wanted to yawn yourself?

As-tu déjà vu quelqu’un bâiller et eu ensuite envie de bâiller toi aussi ?

Today we are asking why a yawn can seem contagious.

Aujourd’hui, nous nous demandons pourquoi un bâillement peut sembler contagieux.

Welcome to Curious English, from Your English Toolbox.

Bienvenue dans Curious English, de Your English Toolbox.

First, let us make one word clear.

Commençons par clarifier un mot.

A yawn is the action of opening your mouth wide and taking a deep breath, often when you are tired.

Un bâillement consiste à ouvrir grand la bouche et à prendre une profonde inspiration, souvent quand on est fatigué.

The verb is to yawn.

Le verbe est bâiller.

I yawn when I am sleepy.

Je bâille quand j’ai sommeil.

Or I yawned during a long meeting.

Ou : j’ai bâillé pendant une longue réunion.

You may yawn for other reasons too, so a yawn does not always mean a person is bored.

On peut aussi bâiller pour d’autres raisons ; un bâillement ne signifie donc pas toujours qu’une personne s’ennuie.

Now imagine that you are on a train.

Imagine maintenant que tu es dans un train.

A passenger across from you opens their mouth wide and yawns.

Un passager en face de toi ouvre grand la bouche et bâille.

A moment later, you feel the need to yawn too.

Un instant plus tard, tu ressens toi aussi le besoin de bâiller.

That is an example of contagious yawning.

C’est un exemple de bâillement contagieux.

Here, contagious means that one person's action can trigger the same action in another person.

Ici, contagieux signifie que l’action d’une personne peut déclencher la même action chez une autre.

It does not mean that yawning is an illness.

Cela ne signifie pas que bâiller est une maladie.

You might also feel the urge when you hear someone yawn.

Tu peux aussi ressentir cette envie quand tu entends quelqu’un bâiller.

Even thinking or reading about yawning can make some people want to yawn.

Même penser au bâillement ou lire à ce sujet peut donner envie de bâiller à certaines personnes.

An urge is a strong feeling that you want or need to do something.

Une envie pressante est le sentiment intense de vouloir ou de devoir faire quelque chose.

For example, I felt the urge to laugh, but I stayed quiet.

Par exemple, j’ai eu envie de rire, mais je suis resté silencieux.

Or I had the urge to check my phone.

Ou : j’ai eu envie de regarder mon téléphone.

So, why does one yawn sometimes lead to another?

Alors, pourquoi un bâillement en entraîne-t-il parfois un autre ?

Researchers have studied how people respond when they see or hear a yawn.

Les chercheurs ont étudié comment les gens réagissent lorsqu'ils voient ou entendent un bâillement.

Some studies have explored how the brain responds when we see another person yawn.

Certaines études ont examiné comment le cerveau réagit lorsque nous voyons une autre personne bâiller.

One idea links the response to how we imitate, or copy, other people's actions.

Une idée relie cette réaction à notre façon d'imiter, ou de reproduire, les actions des autres.

Imitate means to copy an action.

Imiter signifie reproduire une action.

If I smile when you smile, I might be imitating your expression.

Si je souris quand tu souris, j'imite peut-être ton expression.

But the complete explanation for contagious yawning is still being studied.

Mais l'explication complète du bâillement contagieux est encore à l'étude.

Some people have suggested a connection with empathy, but it is not a simple test of how caring a person is.

Certains ont évoqué un lien avec l'empathie, mais ce n'est pas un test simple de l'attention qu'une personne porte aux autres.

Not yawning when someone else yawns does not tell us that you lack empathy.

Ne pas bâiller quand quelqu'un d'autre bâille ne prouve pas que tu manques d'empathie.

There is another popular explanation that needs care.

Il existe une autre explication répandue qu'il faut examiner avec prudence.

You may have heard that a yawn simply means your brain needs more oxygen.

Tu as peut-être entendu dire qu'un bâillement signifie simplement que ton cerveau a besoin de plus d'oxygène.

That is not an established explanation for why yawns happen.

Ce n'est pas une explication établie de la raison pour laquelle nous bâillons.

Scientists have proposed different ideas, and there is still no single agreed answer.

Les scientifiques ont proposé différentes idées, et il n'existe toujours pas de réponse unique faisant consensus.

So the mystery is not completely solved.

Le mystère n'est donc pas complètement résolu.

And different people may respond differently to the same yawn.

Et différentes personnes peuvent réagir différemment au même bâillement.

In one experiment, researchers asked people to watch videos of other people yawning.

Dans une expérience, les chercheurs ont demandé à des personnes de regarder des vidéos d'autres personnes en train de bâiller.

They also asked some participants to try to resist the urge.

Ils ont aussi demandé à certains participants d’essayer de résister à cette envie.

Those instructions increased the urge to yawn in that study.

Dans cette étude, ces instructions ont accru l’envie de bâiller.

An experiment can tell us what happened in that setting, but it does not answer every question about every person.

Une expérience peut nous dire ce qui s’est passé dans ce contexte, mais elle ne répond pas à toutes les questions sur chaque personne.

And being susceptible means being likely to respond in a particular way.

Et être sensible signifie être susceptible de réagir d’une certaine manière.

Someone who is susceptible to contagious yawning may yawn after seeing another person yawn.

Une personne sensible au bâillement contagieux peut bâiller après avoir vu quelqu’un d’autre bâiller.

But an urge and an action are not quite the same thing.

Mais une envie et une action ne sont pas tout à fait la même chose.

You may feel the urge to yawn and still try to keep your mouth closed.

Tu peux avoir envie de bâiller tout en essayant de garder la bouche fermée.

In the experiment, the instruction to resist did not change the participants' overall tendency to catch a yawn.

Dans l’expérience, l’instruction de résister n’a pas modifié la tendance générale des participants à être gagnés par un bâillement.

So researchers looked separately at what people felt and how they expressed it.

Les chercheurs ont donc examiné séparément ce que les personnes ressentaient et la manière dont elles l’exprimaient.

That distinction is useful outside science too.

Cette distinction est aussi utile en dehors de la science.

You can feel the urge to interrupt someone and decide to wait.

Tu peux avoir envie d’interrompre quelqu’un et décider d’attendre.

The feeling arrives first, and your response may come afterwards.

Le sentiment arrive d’abord, et ta réaction peut venir ensuite.

Of course, yawning can be difficult to control, even when you are trying.

Bien sûr, il peut être difficile de contrôler le bâillement, même quand on essaie.

That gives us a useful phrase for talking about science.

Cela nous donne une expression utile pour parler de science.

We can say, researchers are still studying it.

Nous pouvons dire : les chercheurs l'étudient encore.

For example, researchers are still studying why yawns are contagious.

Par exemple, les chercheurs étudient encore pourquoi les bâillements sont contagieux.

Now let us try a quick challenge.

Essayons maintenant un petit défi.

You see your friend open her mouth wide and take a deep breath because she is sleepy.

Tu vois ton amie ouvrir grand la bouche et prendre une profonde inspiration parce qu'elle a sommeil.

What is she doing?

Que fait-elle ?

She is yawning.

Elle bâille.

Next, you feel a strong need to do the same thing.

Ensuite, tu ressens un fort besoin de faire la même chose.

What word describes that strong feeling?

Quel mot décrit ce sentiment intense ?

An urge.

Une envie pressante.

You feel the urge to yawn.

Tu ressens l'envie de bâiller.

And if seeing her yawn triggers a yawn in you, we can call it contagious yawning.

Et si la voir bâiller déclenche chez toi un bâillement, nous pouvons appeler cela un bâillement contagieux.

One last question, Martin.

Une dernière question, Martin.

Did our little challenge make you want to yawn?

Notre petit défi t'a-t-il donné envie de bâiller ?

I wanted to yawn when you asked me not to.

J'ai eu envie de bâiller quand tu m'as demandé de ne pas le faire.

On our website, you can choose your listening speed and listen again at a pace that suits you.

Sur notre site, tu peux choisir ta vitesse d'écoute et réécouter à un rythme qui te convient.

The link is in the episode description.

Le lien se trouve dans la description de l’épisode.

Thanks for listening to Curious English.

Merci d’avoir écouté Curious English.

See you next time.

À la prochaine.