

Vocabulario Esencial: Las Identidades Personales y Públicas

Vocabulario – sinónimo – traducción del vocabulario original

I. La Enajenación y la Asimilación

La asimilación – integración (assimilation)

La convivencia – cohabitación, coexistencia (coexistence)

La sensibilidad – susceptibilidad o capacidad de captar cambios o impresiones (sensitivity, awareness)

El equilibrio – la armonía, estabilidad (balance)

Asimilarse – integrar, conformar, adoptar (assimilate)

Compartir – tener en común (share, have in common)

Ceder – abandonar (give up)

La enajenación – la alienación (alienation)

El desequilibrio – inestabilidad (imbalance)

Preservar – guardar (preserve)

Rechazar – reusar, negar, no aceptar (reject)

La Inmigración – la migración (immigration)

La chamba – trabajo (work)

La igualdad – imparcialidad (equality)

La desigualdad – disparidad (inequality)

La frontera – límite territorial (border)

La ciudadanía – derecho de ciudadano (citizenship)

Las leyes – legislación (laws)

Las políticas – procedimiento (policies)

La visa – permiso para ingresar o permanecer en un país (visa)

La entrevista – conversación (interview)

El cuidado de salud – la asistencia médica (healthcare)

El seguro (médico) – [(medical) insurance]

Ingresar – entrar (to enter, admit, become member of)

La Inmigración → las Personas

El inmigrante – (immigrant)

El indocumentado – ilegal – (illegal immigrant)

La migra – la policía de inmigración (immigration police)

El ciudadano – residente (citizen)

El coyote – una persona que guía a los indocumentados a cruzar la frontera entre México y los EEUU (coyote)

El obrero – el trabajador – (worker)

Los demócratas – (democrat)

Los republicanos – (republican)

La Inmigración → los Verbos

Nacer / el nacimiento (to be born / birth)

Deportar – expatriar (to deport)

La deportación – la expatriación (deportation)

Rodar – circular (to travel)

Rodante – nómada (adj. for traveling)

Empacar – empaquetar (pack)

Mudarse – trasladarse (move)

**mover is to move an object.... NOT people from place to place*

Cruzar – atravesar (to cross)

(no) estar de acuerdo (to agree)

II. Los Héroes y Los Personajes Históricos

Los Atributos de Héroes y los Personajes Históricos → ADJ.

(use with ser or after noun)

Presumido – vanidoso, arrogante (boastful, arrogant)

Modesto – sencillo, humilde (modest)

Laborioso – trabajador (hardworking)

Leal – fiel (loyal)

Amigable – amistoso (friendly)

Compasivo – misericordioso, caritativo (compassionate)

Dedicado – entregado (dedicated)

Determinado – resuelto, decidido (determined)

Honroso – noble, digno (honorable, respectable)

Valiente – valeroso (brave)

Atrevido – audaz (daring, adventurous)

Los Atributos de Héroes y los Personajes Históricos →

NOUNS (use with tener)

Los atributos – las características, los rasgos (attributes)

La resiliencia – la resistencia (resilience)

La fuerza – la solidez (strength)

La perseverancia – la tenacidad (perseverance)

El sacrificio – la renuncia (sacrifice, renunciation)

El valor – el coraje (courage, bravery)

El liderazgo – el liderato (leadership)

Las iniciativas – las ideas nuevas (initiatives)

Los Héroes y los Personajes Históricos

El/la activista – (activist)

El actor, la actriz – (actor, actress)

El bailarín, La bailarina – (dancer)

El/la cantante – (singer)

El/la científico/a – (scientist)

El/la educador/a – (educator)

El/la escritor/a – (writer)

El luchador por los derechos de obreros – (fighter for worker rights)

El/ la pacifista – (pacifist)

El/ la poeta – (poet)

El político – (politician)

El / la revolucionario/a – (revolutionary)

El sacerdote – el cura (priest)

La guerra – la batalla, la lucha – (war, conflict)

III. La Identidad Nacional y la Identidad Étnica

La Nacionalidad – la procedencia (Nationality)

Estadounidense – de los Estados Unidos (adj. for US)

Chicano – mexicanoamericano (American citizen of Mexican origin)

EE.UU. – la abreviatura para los estados unidos (USA)

El país – la nación (country)

La afinidad – la compatibilidad (compatibility, similarity)

La armonía – la concordia (harmony)

La uniformidad – la homogeneidad (uniformity)

La similitud – la igualdad, conformidad (similarity)

El individualismo – la singularidad (individualism)

El colectivismo – el comunismo (collectivism)

La compenetración – el entendimiento (rapport, understanding)

La fusión – la unificación (fusion)

El hilo conector – lo que conecta a un grupo (the connecting thread)

La Etnicidad - la identidad étnica (ethnicity)
La etnia - la raza, un grupo cultural reconocido por un lenguaje y tradiciones compartidos (ethnic group, race)
La patria - la tierra natal (homeland)
El idioma materno - la lengua materna (maternal language)
El antepasado - el predecesor/la predecesora - (ancestor)
Los esclavos - los cautivos (slaves)
La esclavitud - la servidumbre (slavery)
La mezcla - la unión, el producto de la unión de dos o más partes (mixture)
La herencia - el legado, lo que recibes de los padres (inheritance, legacy)
El mestizaje - la mezcla de dos razas (mixed race)
Mestizo/a - híbrido, la alguien de padres de diferentes etnias (adjective for mixed race)
Biracial - de dos razas (biracial)
Provenientes de - descendientes (coming from)
Autóctono/a - indígena, originario/a del lugar donde vive (indigenous)
Heredar - recibir (to inherit)

- IV. **Las Creencias Personales** - (personal beliefs)
El Sistema de Creencias - lo que forma la opinión (belief system)
Los pensamientos - las ideas (thoughts)
Las suposiciones - las conjeturas (assumptions)
Los prejuicios - la opinión negativa que se forma sin el conocimiento necesario (prejudices)
Los estereotipos - la idea aceptada por la mayoría como patrón (stereotype)
Los derechos humanos - los derechos o justicias de cualquier persona por ser un ser humano (human rights)
La xenofobia - el odio a los extranjeros (xenophobia)
La tolerancia - el respeto (tolerance, respect)
El juicio - la opinión, la facultad para juzgar - (judgement, opinión... also a trial)
Los hechos - las realidades (facts)
Los datos - la información concreta (data, information)
Subjetivo - parcial (subjective)
Objetivo - imparcial (objective)
La discriminación - el racismo, la consideración de otros como inferiores (discrimination)
Discriminar - marginar (to discriminate)
Juzgar - conceptuar (to judge)

- V. **Los Intereses Personales**
El tiempo libre - El ocio (free time)
La pasión - el entusiasmo (passion)
La creatividad - la inventiva, la imaginación (creativity)
La distracción - el entretenimiento (distraction)
El espíritu aventurero - el espíritu atrevido (adventurous spirit)
Transformar - alterar, restaurar (to transform, renovate)
Aprender - educarse (learn)
Disfrutar - divertirse (to enjoy, have fun)
Investigar - explorar (to research)
Relajarse - tranquilizarse (to relax)

- VI. **La Autoestima** - respeto por uno mismo (self esteem)
La Autoestima Baja
La ansiedad - el desasosiego (anxiety)
La inseguridad - la incertidumbre (insecurity)
Las obsesiones - las preocupaciones (obsessions)

La culpabilidad - la responsabilidad, sentimiento negativo por haber cometido una falta (guilt)
Sentir culpable - sentir responsable (to feel guilty)
Temer - asustarse, tener miedo (to be afraid)
Compararse con los demás - cotejarse con los demás (to compare oneself with everyone else)
Complacer a los demás - agradar a los demás (to please everyone else)
Idealizar - poetizar, ignorar los defectos (idealize)
Juzgarse muy severamente - criticarse muchísimo (to judge oneself severely)
Manipular - manejar (to manipulate)
Mirarse mucho al espejo - ojearse mucho al espejo (to look at oneself a lot in the mirror)
Sentirse inferior - sentirse subordinado (to feel inferior)
Inquietante - alarmante, que causa desasosiego o que perturba (troubling, worrying)
Inquieto - preocupado (troubled, worried)
Incesante - persistente, que no se detiene o no acaba (incessant, unceasing)

Los Trastornos Alimenticios - los Desórdenes Nutritivos (Eating Disorders)
La bulimia - una enfermedad psicológica cuyo principal síntoma es el hambre exagerada e insaciable (bulimia)
La anorexia - una enfermedad psicológica cuyo principal síntoma es la pérdida del apetito (anorexia)
Aquejar - afligir, causar daño (to afflict)
Padecer - sufrir (to suffer)
Las Imágenes perfectas del cuerpo - (perfect images of the body)
Las percepciones subjetivas - (subjective perceptions)
Los comportamientos no saludables - (unhealthy behavior)
Las hembras* - las mujeres - (women, female animals)
Los varones* - los hombres - (men) *macho = male animals*
 *más común en Centroamérica

La Autoestima Alta
La confianza (en uno mismo) - la seguridad (en uno mismo) [(self)confidence]
El orgullo - la suficiencia (pride)
La superación - el adelanto (overcoming, self improvement)
Superar - acción de vencer obstáculos (to overcome)
Confiar en uno mismo - creer en uno mismo (to believe in oneself)
Sentirse superior - considerarse supremo (to feel superior)
Tener éxito - tener victoria, triunfo (to be successful)
Tener las metas - tener objetivos (to have goals)
Aliviar - calmar (to alleviate)
Respetar - honrar (to respect)
Tener en cuenta - (to keep in mind, to have in mind)
Tener valores - tener mérito, importancia, o estimación (to have values)
Valorar - estimar el mérito de (uno mismo) [to value (oneself)]
Establecer - fundar (to establish)
Intentar - pretender (to try)
Reforzar - fortalecer (to reinforce, strengthen)