

TRANSKRYPCJA NAGRAŃ

Zadanie 1.

Texto 1

Mi papá siempre pensó, y yo le creo y lo imito, que mimar a los hijos es el mejor sistema educativo. “Si quieres que tu hijo sea bueno, hazlo feliz”, decía. Es posible que nadie, ni los padres, puedan hacer completamente felices a sus hijos, pero seguramente pueden hacerlos muy infelices. Si por algo puedo criticar a mi padre es por haberme manifestado un amor excesivo, aunque no sé si existe el exceso en el amor.

Ahora pienso que la única receta para poder soportar lo dura que es la vida es haber recibido en la infancia poca crítica y mucho amor de los padres. Sin ese amor exagerado que me dio mi papá, yo hubiera sido alguien diferente y mucho menos feliz.

Na podstawie: <https://diariodepaz.com>

Texto 2

Preservamos la vida y aliviarnos el sufrimiento de las personas en sus horas de mayor necesidad. Ningún poder estatal, económico o religioso dicta nuestras acciones. No preguntamos por la raza, la religión o la ideología. No tomamos partido por nadie, solo por los pacientes. Estamos donde pocos más están. Si nosotros nos vamos, ¿quién va a quedarse aquí con las personas a las que nadie más llega? Ayúdanos a quedarnos. Haz un donativo.

Na podstawie: www.youtube.com

Texto 3

Periodista: Hoy nuestra invitada es Miuccia Prada, una de las figuras más importantes del mundo de la moda.

¿Desde joven soñaba con una carrera en el mundo de la moda, con trabajar en el negocio familiar?

Miuccia: La verdad es que ni la moda ni los negocios me interesaban en absoluto. Me doctoré en Ciencias Políticas a mediados de los setenta, estudié mimo con el legendario director Giorgio Strehler; pisé el escenario teatral; también ingresé en el partido comunista, aunque nunca fui activista. Ese era mi mundo cuando, en 1978, heredé inesperadamente el negocio. Y la ropa la empecé a confeccionar tan solo una década después. La idea no fue mía, sino de mi marido.

Periodista: Dicen que tiene una ambición monstruosa...

Miuccia: No es eso. Mi principal cualidad es el instinto. Cuando me preguntan el porqué de mi éxito, me encojo de hombros y les digo que no lo sé. Porque nunca me marqué un objetivo preciso. Tampoco suelo deliberar mucho. Sencillamente actúo y reacciono. Tengo una especie de guía interior que me orienta.

Periodista: ¿Y cuál fue su primer fracaso como diseñadora?

Miuccia: Hace muchos años, después de mi tercer desfile. En ese momento inventé el concepto de *vintage*. Hoy es normal, pero entonces no lo era. Me afligió que los de una revista de renombre, la biblia de la industria, escribieran que aquella colección estaba a mitad de camino entre los Picapiedra y los hermanos Jackson. Fue un fracaso absoluto.

Periodista: ¿Y cómo le llegó el éxito?

Miuccia: Como sucede con tantos otros aspectos de la vida, resultó paradójico. Nunca fui lo bastante clásica para los clásicos, ni lo bastante vanguardista para los

vanguardistas. La gente siempre estaba incómoda conmigo, yo siempre hacía algo mal. Pero insistí y al final fueron esas cosas que hacía mal, como unas gigantescas gafas de sol de madera, las que terminaron por ser admiradas.

Periodista: La marca Prada es asequible para pocos. ¿Qué se supone que tienen que hacer sus admiradoras menos adineradas?

Miuccia: Yo diría a esas mujeres que compraran ropa *vintage*, usada. Que se mostraran fuertes y orgullosas. Que hicieran lo posible para ir elegantes con ropa menos costosa. Que luchan para salir adelante y que, gracias a eso, se sientan mejor.

Periodista: ¿Una chaqueta o un vestido lujosos pueden cambiar la vida?

Miuccia: Tengo clarísimo que no. La vida es cuestión de ideas, no tiene que ver con las chaquetas... Es importante recordarlo.

Na podstawie: www.finanzas.com

Zadanie 2.

Texto 1

¿Alguna vez has sentido que eres un fraude? A pesar de tus buenas notas, tus logros profesionales, la cantidad de elogios que recibes a diario, sigues pensando que todo eso se debe a una serie de “golpes de buena suerte” que pueden desaparecer en cualquier momento. Este trastorno, más habitual de lo que parece, se llama síndrome del impostor. Millones de mujeres y hombres en todo el mundo, desde exitosos directivos de empresas y especialistas en IT hasta estrellas de cine, lo padecen, o sea, están secretamente preocupados por no ser tan capaces como todos creen.

Texto 2

El síndrome del impostor no es un trastorno “evidente”. Incluso los especialistas a veces lo confunden con una excesiva modestia o con una autocrítica sana. Además, a las personas que lo padecen les cuesta admitir que es un trastorno y no una particularidad suya. Sin embargo, hay algunos síntomas que lo hacen inconfundible. La persona experimenta poca confianza en sí misma, tanto en el ámbito académico como en el laboral. No cree en sus habilidades, no las asocia con sus logros, que, en su opinión, no tienen ningún mérito. Le da miedo la sensación de estar engañando a los demás.

Texto 3

Pauline Clance, psicóloga clínica que acuñó por primera vez el término de síndrome del impostor, dice que ella misma lo sufrió cuando estaba en la escuela. Confiesa que cada vez que hacía un examen importante, tenía un miedo terrible de suspender. De joven, Pauline atribuía sus traumas al entorno educativo, pero luego, cuando se convirtió en profesora, se dio cuenta de que algunos de sus mejores alumnos, que aparentemente no tenían razón alguna para preocuparse, padecían el mismo problema. La científica reconoce que resulta extremadamente difícil decidir si este síndrome es más bien cuestión personal o resultado de la presión externa.

Texto 4

Lo más común es que el trastorno emocional llamado síndrome del impostor tenga su origen en la infancia, cuando una persona fue sometida a unas exigencias muy fuertes o a una educación demasiado restrictiva que le generaba fuertes sentimientos de culpa. En algunos casos este trastorno emocional es temporal, cede con el tiempo y no deja huellas. En otros, se trata de una condición que va empeorando paulatinamente. Los afectados llegan incluso a paralizarse emocional y socialmente por miedo a que su supuesta identidad secreta sea revelada.

Texto 5

El síndrome del impostor repercute en la vida de diferentes maneras. A veces las personas que lo sufren se convierten en trabajadores que invierten una cantidad desmesurada de tiempo en cualquier tarea solo para demostrar que sus logros son fruto del trabajo arduo y no del azar. En otras ocasiones, el trastorno se debe al narcisismo. Hay una expectativa tan alta con el “yo” que nada la satisface. Se lucha por objetivos elevados, esperando conseguirlos en términos perfectos. Y como esos jamás se logran, aparecen la angustia y la culpabilización. Quizás trabajar por ser un poco más humildes y aprender a reírnos un poco de nosotros mismos sea lo más adecuado.

Na podstawie: www.bbc.com

Zadanie 3.

Dubái es una ciudad construida en el desierto y sus tradiciones se encuentran firmemente enraizadas en la ancestral cultura beduina. El camello u “oveja del desierto”, como es conocido allí, constituye todo un símbolo de esas tradiciones. Los emiratíes los utilizaban no solo como medio de transporte. Estos animales eran un miembro más de la familia y eran tratados como mascotas. Cuando la tecnología facilitó otras formas de desplazamiento, el presidente de los Emiratos Árabes Unidos promovió las carreras de camellos como reconocimiento a su importante papel en la sociedad local.

Las carreras de camellos se realizan solo de octubre a mediados de abril y son un evento que no te puedes perder. Son todo un espectáculo para la vista porque estos animales son capaces de alcanzar los 65 kilómetros por hora en su *sprint* final, produciendo un gran estruendo al pasar por la pista. Lo más curioso es que, durante las carreras, quienes dirigen los pasos de los camellos no son jinetes humanos, sino unos robots de aluminio colocados en el lomo de los animales y guiados por los dueños de estos últimos. Desde sus coches, que siguen a los camellos paralelamente a la pista de carreras, les dan indicaciones mediante un dispositivo móvil, pero también gritan palabras de ánimo a sus animales para motivarlos en su difícil competición.

En las pistas de carreras la vestimenta es casual, la entrada es gratuita y se ofrecen bebidas refrescantes. Se recomienda llevar prismáticos, y es importante tener en cuenta que las cámaras no están permitidas. Las apuestas en las carreras son ilegales en los Emiratos Árabes Unidos, pero los ganadores reciben diferentes premios, muchas veces en forma de coches de lujo.

Las carreras de camellos son una popular tradición del pasado, pero Dubái es todo un ejemplo en avanzar hacia el futuro. En la primavera de 2016 se celebró la mayor carrera de drones del mundo. En el evento participaron 32 pilotos. Su misión era dirigir sus mini aeronaves por un terreno lleno de obstáculos y trampas. Un millón de dólares esperaba a los ganadores de esta competición.

Na podstawie: esp.tui.com; es.euronews.com