

A Busy Day Without Saying “Busy”: 3 Better English Words

English learning resource · ES

Line-by-line · English + Spanish

87 lines

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

Martin, how is your day going?

Martin, ¿cómo te está yendo el día?

Busy.

Ocupado.

Very busy.

Muy ocupado.

Extremely busy.

Extremadamente ocupado.

That answer works, Julia, but it does not tell me what kind of busy day you are having.

Esa respuesta sirve, Julia, pero no me dice qué clase de día ocupado estás teniendo.

Fair point.

Es verdad.

My morning was hectic, at lunchtime I felt overwhelmed, but this afternoon looks manageable.

Mi mañana fue frenética, a la hora de comer me sentí abrumada, pero esta tarde parece manejable.

Three words, three different pictures.

Tres palabras, tres imágenes diferentes.

That is much more useful than saying busy three times.

Es mucho más útil que decir ocupado tres veces.

And that is our challenge today: hectic, overwhelmed and manageable.

Y ese es nuestro reto de hoy: hectic, overwhelmed y manageable.

Welcome to Your English Toolbox and Practice Arena Five-Minute English.

Te damos la bienvenida a Your English Toolbox y Practice Arena Five-Minute English.

I am Martin.

Soy Martin.

And I am Julia.

Y yo soy Julia.



One situation, three useful words, and a few minutes of clear Slow English.

Una situación, tres palabras útiles y unos minutos de Slow English claro.

Listen first. Julia, tell me about your morning.

Primero escucha. Julia, háblame de tu mañana.

It was hectic.

Fue frenética.

My phone kept ringing, two people needed urgent answers, and I had a meeting at nine.

El teléfono no dejaba de sonar, dos personas necesitaban respuestas urgentes y tenía una reunión a las nueve.

So hectic describes a period with a lot of fast, confused activity.

Así que hectic describe un periodo con mucha actividad rápida y confusa.

Exactly.

Exactamente.

A hectic morning, a hectic schedule, or a hectic week.

Una mañana frenética, una agenda frenética o una semana frenética.

It feels busy and slightly chaotic.

Está llena de actividad y es algo caótica.

Then what happened?

¿Y qué pasó después?

At eleven, I looked at everything I still had to do, and I felt overwhelmed.

A las once miré todo lo que todavía tenía que hacer y me sentí abrumada.

Now the word describes you, not the schedule.

Ahora la palabra te describe a ti, no a la agenda.

Right.

Eso es.

The morning was hectic, but I was overwhelmed.

La mañana fue frenética, pero yo estaba abrumada.

I felt that the work was too much for me.

Sentía que el trabajo era demasiado para mí.

Did the day improve?

¿Mejoró el día?

Yes.

Sí.



I cancelled one unnecessary meeting and divided the big task into three small steps.

Cancelé una reunión innecesaria y dividí la tarea grande en tres pasos pequeños.

Suddenly, the afternoon felt manageable.

De repente, la tarde parecía manejable.

Meaning you could deal with it successfully.

Es decir, podías afrontarla con éxito.

Yes.

Sí.

Not easy, not empty, but possible to control.

No era fácil ni estaba vacía, pero se podía controlar.

Let us notice the difference.

Fijémonos en la diferencia.

Hectic describes the situation: lots of activity, movement and pressure.

Hectic describe la situación: mucha actividad, movimiento y presión.

Overwhelmed describes a feeling: you think you cannot cope with everything.

Overwhelmed describe un sentimiento: crees que no puedes con todo.

And manageable describes something you can handle, even if it still needs effort.

Y manageable describe algo que puedes afrontar, aunque todavía requiera esfuerzo.

Here is a common mistake.

Este es un error frecuente.

We normally say, "I feel overwhelmed" or "I am overwhelmed," not "I am hectic."

Normalmente decimos "I feel overwhelmed" o "I am overwhelmed", no "I am hectic".

Good distinction.

Buena distinción.

A person can have a hectic day, but saying "I am hectic" sounds unnatural in most situations.

Una persona puede tener un día frenético, pero decir "I am hectic" suena poco natural en la mayoría de situaciones.

And manageable is often used for work, costs, pain, schedules or problems: "The workload is manageable."

Y manageable suele usarse con trabajo, costes, dolor, agendas o problemas: "The workload is manageable".

Now pronunciation.

Ahora la pronunciación.

Listen to the stressed part: HEC-tic.

Escucha la parte tónica: HEC-tic.



HEC-tic.

HEC-tic.

A hectic morning.

Una mañana frenética.

Next: over-WHELMED.

Después: over-WHELMED.

The final letters E-D make a /d/ sound.

Las letras finales E-D producen un sonido /d/.

Overwhelmed.

Overwhelmed.

I felt overwhelmed.

Me sentí abrumada.

And MAN-age-able.

Y MAN-age-able.

Four syllables, with the stress at the beginning.

Cuatro sílabas, con el acento al principio.

Manageable.

Manageable.

The task is manageable.

La tarea es manejable.

Let us put them into one slow sentence.

Pongámoslas en una frase lenta.

My morning was HEC-tic, I felt over-WHELMED, but the afternoon became MAN-age-able.

Mi mañana fue frenética, me sentí abrumada, pero la tarde se volvió manejable.

And once more, naturally.

Y una vez más, de forma natural.

My morning was hectic, I felt overwhelmed, but the afternoon became manageable.

Mi mañana fue frenética, me sentí abrumada, pero la tarde se volvió manejable.

Mini challenge.

Mini reto.

I will give you three situations.

Te daré tres situaciones.



Say the best word before Julia answers.

Di la mejor palabra antes de que responda Julia.

Ready?

¿Preparado?

Situation one: your calendar is full, messages arrive constantly, and you run from one meeting to another.

Situación uno: tu calendario está lleno, los mensajes llegan constantemente y corres de una reunión a otra.

Hectic.

Hectic.

Yes: "It has been a hectic day."

Sí: "Ha sido un día frenético".

Situation two: you have so many responsibilities that you do not know where to begin.

Situación dos: tienes tantas responsabilidades que no sabes por dónde empezar.

Overwhelmed.

Overwhelmed.

"I feel overwhelmed by everything I need to do."

"Me siento abrumado por todo lo que tengo que hacer".

Situation three: the project is difficult, but you have enough time, help and a clear plan.

Situación tres: el proyecto es difícil, pero tienes tiempo suficiente, ayuda y un plan claro.

Manageable.

Manageable.

"The project looks manageable now."

"Ahora el proyecto parece manejable".

One final speaking challenge.

Un último reto oral.

Think about tomorrow.

Piensa en mañana.

Complete this sentence aloud: "My day will be blank because blank."

Completa en voz alta: "Mi día será... porque...".

You could say, "My morning will be hectic because I have three appointments."

Podrías decir: "Mi mañana será frenética porque tengo tres citas".

Or, "My workload is manageable because I have a clear list."

O: "Mi carga de trabajo es manejable porque tengo una lista clara".



And if you feel overwhelmed, say it.

Y si te sientes abrumado, dilo.

Naming the feeling clearly can help you ask for support.

Nombrar claramente el sentimiento puede ayudarte a pedir apoyo.

Quick recap: hectic means busy and chaotic.

Resumen rápido: hectic significa lleno de actividad y caótico.

Overwhelmed means feeling unable to cope.

Overwhelmed significa sentir que no puedes con todo.

Manageable means difficult but possible to control.

Manageable significa difícil, pero posible de controlar.

Continue with lesson VOC-B1-01 in Practice Arena.

Continúa con la lección VOC-B1-01 en Practice Arena.

Choose the right word, complete the dialogues and record your own answer.

Elige la palabra correcta, completa los diálogos y graba tu propia respuesta.

One situation, three useful words.

Una situación, tres palabras útiles.

See you in the next five-minute practice.

Nos vemos en la próxima práctica de cinco minutos.

And remember: your day may be hectic without being impossible.

Y recuerda: tu día puede ser frenético sin ser imposible.

