

## A1.25 Emozioni e sentimenti



- Drücke deine grundlegenden Gefühle aus.  
 Beschreibe die Gefühle anderer.

<b>Tranquillo</b>	<i>(Ruhig)</i>	<b>Sorpreso</b>	<i>(Überrascht)</i>
<b>Annoiato</b>	<i>(Gelangweilt)</i>	<b>Spaventato</b>	<i>(Erschrocken)</i>
<b>Felice</b>	<i>(Glücklich)</i>	<b>Triste</b>	<i>(Traurig)</i>
<b>Innamorato</b>	<i>(Verliebt)</i>	<b>Sentire</b>	<i>(Fühlen)</i>
<b>Nervoso</b>	<i>(Nervös)</i>	<b>Piangere</b>	<i>(Weinen)</i>
<b>Arrabbiato</b>	<i>(Wütend)</i>	<b>Ridere</b>	<i>(Lachen)</i>

## 1. Dialog: Mattia torna a casa stressato dal lavoro e ne parla con sua moglie Cecilia

- Mattia:** Amore! Sono tornato a casa. *(Schatz! Ich bin wieder zu Hause.)*
- Cecilia:** Bentornato, tesoro! Com'è andata oggi al lavoro? *(Willkommen zurück, Schatz! Wie war es heute bei der Arbeit?)*
- Mattia:** Male. Mi sento triste. *(Schlecht. Ich fühle mich traurig.)*
- Cecilia:** Caspita, mi dispiace! Come mai? *(Mensch, das tut mir leid! Wieso?)*
- Mattia:** Abbiamo avuto un sacco di problemi tutto il giorno. Inoltre il capo ci ha dato più lavoro. *(Wir hatten den ganzen Tag über jede Menge Probleme. Außerdem hat der Chef uns mehr Arbeit gegeben.)*
- Cecilia:** Gli hai parlato di questo? *(Hast du mit ihm darüber gesprochen?)*
- Mattia:** Sì, ma mi ha risposto male. *(Ja, aber er hat mich unfreundlich angefahren.)*
- Cecilia:** Mi dispiace tanto, tesoro. Come ti senti adesso? *(Das tut mir so leid, Schatz. Wie fühlst du dich jetzt?)*
- Mattia:** Mi sento molto nervoso. *(Ich fühle mich sehr nervös.)*
- Cecilia:** Poverino... vieni qui, ti do un abbraccio! *(Du Armer... komm her, ich drücke dich!)*
- Mattia:** Grazie mille, tesoro. Ora mi sento meglio. *(Vielen Dank, Schatz. Jetzt fühle ich mich besser.)*
- Cecilia:** Dai, guardiamo un film e beviamo qualcosa di caldo. Te lo meriti! *(Komm, wir schauen einen Film und trinken etwas Warmes. Du hast es dir verdient!)*

- Come si sente Mattia quando torna a casa?
  - Si sente tranquillo.
  - Si sente nervoso e triste.
  - Si sente felice.
  - Si sente sorpreso.
- Che cosa propone Cecilia alla fine?
  - Guardare un film e bere qualcosa di caldo.
  - Andare a lavorare con lui.
  - Parlare di nuovo con il capo.
  - Restare in silenzio tutta la sera.

1-b 2-a

## 2. Grammatik: Das passato prossimo mit essere

Das passato prossimo bildet man mit essere + Partizip Perfekt.



1. Das passato prossimo beschreibt eine Handlung, die in der nahen Vergangenheit passiert ist.
2. Verwende „essere“ mit Bewegungs- oder Zustandsverben.
3. Bei Verben auf -are: -ato (stare: stato); -ere: -uto (cadere, caduto); -ire: -ito (venire: venuto)

Coniugazione di 'essere' (Konjugation von „essere“)	Participio (Partizip)	Esempio (Beispiel)
Io sono		<b>Sono arrivato</b> a casa. (Ich bin angekommen zu Hause.)
Tu sei		<b>Sei arrivato</b> alle 8 in punto. (Du bist angekommen um Punkt 8.)
Lui/lei è	Arrivato/i	<b>E' arrivata</b> in ritardo. (Sie ist angekommen zu spät.)
Noi siamo	Arrivata/e	<b>Siamo arrivati</b> a mezzogiorno. (Wir sind angekommen um Mittag.)
Voi siete		<b>Siete arrivati</b> nel pomeriggio. (Ihr seid angekommen am Nachmittag.)
Loro sono		<b>Sono arrivate</b> alle 4 meno un quarto. (Sie sind angekommen um Viertel vor 4.)

1. Ieri \_\_\_\_\_ in ufficio molto nervoso per la riunione.  
a. sono arrivati      b. sono arrivato      c. ho arrivato      d. sei arrivato
2. Noi \_\_\_\_\_ molto felici dopo la buona notizia.  
a. siamo stati      b. siete stati      c. siamo stato      d. abbiamo stati
3. Le mie colleghe \_\_\_\_\_ in sala molto tranquille.  
a. sono entrate      b. hanno entrate      c. sono entrato      d. sono entrati
4. Stasera \_\_\_\_\_ a casa stanca e un po' triste.  
a. ho tornata      b. sono tornato      c. sono tornata      d. sei tornata

1. sono arrivato 2. siamo stati 3. sono entrate 4. sono tornata

## 3. Grammatik: Das passato prossimo mit avere

Das passato prossimo bildet man mit avere + Partizip Perfekt.



1. Wir verwenden das Verb „avere“.
2. Wir verwenden „avere“, wenn nach dem Verb eine Sache oder eine Person steht. Ho chiamato Maria
3. Mit dem Hilfsverb „avere“ bleibt das Partizip Perfekt unverändert.

**Coniugazione di 'avere'***(Konjugation von „avere“)***Participio di provare***(Partizip von „provare“)***Esempio** *(Beispiel)*

Io ho

**Ho provato** felicità. *(Ich habe Glück empfunden.)*

Tu hai

**Hai provato** delle emozioni forti. *(Du hast starke Emotionen empfunden.)*

Lui/lei ha

**Ha provato** rabbia. *(Er/sie hat Wut empfunden.)*

Noi abbiamo

Provato

**Abbiamo provato** tristezza. *(Wir haben Traurigkeit empfunden.)*

Voi avete

**Avete provato** gioia. *(Ihr habt Freude empfunden.)*

Loro hanno

**Hanno provato** allegria. *(Sie haben Fröhlichkeit empfunden.)*

1. Ieri \_\_\_\_\_ molta felicità per il tuo messaggio.

- a. hai sentito      b. ho sentito      c. ho sentita      d. sono sentito

2. Dopo la riunione \_\_\_\_\_ tutti molta stanchezza.

- a. abbiamo sentiti      b. siamo sentiti      c. avete sentito      d. abbiamo sentito

3. \_\_\_\_\_ nervosismo prima della presentazione di questa mattina?

- a. Sei sentito      b. Hanno sentito      c. Hai sentita      d. Hai sentito

4. Loro \_\_\_\_\_ un po' di paura per il nuovo progetto, ma ora sono tranquilli.

- a. hanno sentito      b. ha sentito      c. hanno sentiti      d. sono sentiti

1. ho sentito 2. abbiamo sentito 3. Hai sentito 4. hanno sentito

## 4.Übungen



### 1. Ordne jeden Anfang mit dem richtigen Ende zu.

- |                              |   |
|------------------------------|---|
| a. Oggi al lavoro mi sento   | 1. molto stressato e nervoso.               |
| b. Prima della riunione sono | 2. mi sento arrabbiato e un po' spaventato. |
| c. Ieri ho riso molto,       | 3. tranquillo, non ho paura.                |
| d. Quando il capo urla,      | 4. ero felice con i colleghi.               |

**1-a:** Heute bei der Arbeit fühle ich mich sehr gestresst und nervös. **2-c:** Vor der Besprechung bin ich ruhig, ich habe keine Angst. **3-d:** Gestern habe ich viel gelacht, ich war glücklich mit den Kollegen. **4-b:** Wenn der Chef schreit, fühle ich mich wütend und ein bisschen verängstigt.

### 2. Unternehmensfragebogen zum Wohlbefinden (Audio in der App verfügbar)

**Fülle die Lücken aus:** sentito, benessere, felici, nervoso, senti, stressato, riso

Oggi in ufficio abbiamo ricevuto un breve questionario sul \_\_\_\_\_. Il responsabile chiede: "Come ti \_\_\_\_\_ al lavoro?". Molti colleghi scrivono che sono tranquilli e \_\_\_\_\_, ma alcuni dicono di essere nervosi o stanchi. Ieri ho avuto una riunione difficile e mi sono sentito un po' \_\_\_\_\_.

Alla fine del questionario c'è una domanda: "Quando sei \_\_\_\_\_ al lavoro, cosa fai?". Alcune persone scrivono che parlano con un collega, altre che fanno una pausa caffè. Il responsabile ha scritto un esempio: "La settimana scorsa ho \_\_\_\_\_ con i colleghi in pausa e dopo mi sono \_\_\_\_\_ meglio".

*Heute im Büro haben wir einen kurzen Fragebogen zum Wohlbefinden erhalten. Der Verantwortliche fragt: „Wie fühlst du dich bei der Arbeit?“. Viele Kolleginnen und Kollegen schreiben, dass sie ruhig und glücklich sind, aber einige sagen, dass sie nervös oder müde sind. Gestern hatte ich eine schwierige Besprechung und ich habe mich ein bisschen nervös gefühlt.*

*Am Ende des Fragebogens gibt es eine Frage: „Wenn du bei der Arbeit gestresst bist, was machst du dann?“. Manche Leute schreiben, dass sie mit einer Kollegin oder einem Kollegen sprechen, andere, dass sie eine Kaffeepause machen. Der Verantwortliche hat ein Beispiel geschrieben: „Letzte Woche habe ich in der Pause mit den Kolleginnen und Kollegen gelacht und danach habe ich mich besser gefühlt“.*

### 3. Hören Sie sich die Audiofragmente an und wählen Sie die richtige Lösung aus.



- Come si è sentito l'uomo dopo il colloquio di lavoro?  
(Wie hat sich der Mann nach dem Vorstellungsgespräch gefühlt?)
  - È rimasto molto spaventato.
  - Era annoiato e ha pianto.
  - Si è sentito calmo e contento.
- Come si è sentito il capo quando la collega è arrivata tardi?  
(Wie hat sich der Chef gefühlt, als die Kollegin zu spät gekommen ist?)
  - È stato tranquillo e rilassato.
  - Si è arrabbiato parecchio.
  - È stato felice e ha riso.

### 4. Wählen Sie die richtige Lösung

- Ieri sera, dopo la riunione, noi \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ molto felici per il risultato.  
(Gestern Abend, nach der Besprechung, waren wir wegen des Ergebnisses sehr glücklich.)
  - sono stati
  - siamo stato
  - siamo stati
  - abbiamo stati
- Quando \_\_\_\_\_ visto la sorpresa sul tavolo,  
\_\_\_\_\_ rimasto senza parole.  
(Als ich die Überraschung auf dem Tisch gesehen habe, blieb ich sprachlos.)
  - ho / sono
  - sono / sono
  - ho / ho
  - sono / ho
- Dopo il colloquio di lavoro \_\_\_\_\_ sembrato  
molto tranquillo.  
(Nach dem Vorstellungsgespräch hast du sehr ruhig gewirkt.)
  - sono
  - sei
  - siete
  - hai

1. siamo stati 2. ho / sono 3. sei

### 5. Rollenspiel: Vervollständige die Dialoge



#### a. Colloquio con collega prima riunione

**Marco, collega:** Laura, oggi sono molto nervoso e un po' spaventato per la riunione.  
(Laura, heute bin ich sehr nervös und ein bisschen ängstlich wegen der Besprechung.)

**Laura, collega:** 1. \_\_\_\_\_

**Marco, collega:** Tu sei tranquilla e quasi felice, io invece sento lo stomaco chiuso e sono teso.  
(Du bist ruhig und fast glücklich, ich dagegen habe einen Kloß im Magen und bin angespannt.)

**Laura, collega:** 2. \_\_\_\_\_

#### b. Parlare di un film triste a casa

**Giulia, amica:** 3. \_\_\_\_\_

**Sara, amica:** Anch'io mi sono sentita un po' triste, ma adesso sono più tranquilla.  
(Ich habe mich auch ein bisschen traurig gefühlt, aber jetzt bin ich ruhiger.)

**Giulia, amica:** 4. \_\_\_\_\_

**Modulo 4** Gegenstände und Menschen beschreiben

**Sara, amica:** *Facciamo una pausa: guardiamo un video divertente o ascoltiamo musica allegra e ridiamo un po', così torniamo felici.*  
*(Machen wir eine Pause: Wir schauen ein lustiges Video oder hören fröhliche Musik und lachen ein bisschen, so werden wir wieder glücklich.)*

**Beispielantworten:**

**1.** *Capisco, ma io sono tranquilla: abbiamo preparato tutto, andrà bene.* **2.** *Respira profondamente, dopo la riunione festeggiamo e ridiamo insieme, vedrai che ti sentirai meglio.* **3.** *Sara, il film di ieri era molto triste, io quasi piango ancora.* **4.** *Io non riesco a smettere di pensare alla scena, mi sento ancora triste.*

**6. Übe zu zweit oder mit deiner Lehrkraft.**

1. Sei al lavoro. Domani hai una piccola presentazione in ufficio. Un collega ti chiede: "Come ti senti per la presentazione?". Rispondi e spiega la tua emozione. (Usa: nervoso, un po', ma...)

---

2. Torni a casa dopo una giornata difficile. Il tuo partner o coinquilino ti vede e chiede: "Tutto bene? Come ti senti oggi?". Rispondi e spiega perché. (Usa: stanco, triste, lavoro)

---

**7. WhatsApp**

Ciao Sara! Sono Luca (ufficio). Oggi in ufficio sei stata molto **tranquilla** e poi un po' **nervosa**... tutto bene?

Io sono **arrivato** a casa adesso e mi sento un po' **annoiato**. Ti va un aperitivo alle 19 vicino alla metro? Se preferisci, possiamo restare a casa e fare una chiamata.



**Schreibe eine passende Antwort:** *Oggi mi sento... perché... / Preferisco... / Mi va... / Alle ... posso. Tu come ti senti?*

---



---



---

**Wichtige Verben**

	<b>Ridere</b> ( <i>lachen</i> )	<b>Sentire</b> ( <i>hören</i> )
	Passato prossimo	Passato prossimo
io	ho riso	ho sentito
tu	hai riso	hai sentito
lui/lei	ha riso	ha sentito
noi	abbiamo riso	abbiamo sentito
voi	avete riso	avete sentito
loro	hanno riso	hanno sentito