

## A1.25 Emociones y sentimientos

Emotionen und Gefühle

<https://app.colanguage.com/de/spanisch/lehrplan/a1/25>



<b>Feliz</b>	(glücklich)	<b>Tranquilo</b>	(ruhig)
<b>Contento</b>	(zufrieden)	<b>Enfadado</b>	(wütend)
<b>Bien</b>	(gut)	<b>Asustado</b>	(verängstigt)
<b>Mal</b>	(schlecht)	<b>Sorprendido</b>	(überrascht)
<b>Triste</b>	(traurig)	<b>Confundido</b>	(verwirrt)
<b>Deprimido</b>	(deprimiert)	<b>Sonreír</b>	(lächeln)
<b>Aburrido</b>	(gelangweilt)	<b>Enfadarse</b>	(sich ärgern)
<b>Cansado</b>	(müde)	<b>Sentirse</b>	(sich fühlen)
<b>Nervioso</b>	(nervös)	<b>Entender</b>	(verstehen)

### 1. Dialog: Emociones en el trabajo

**Lucas:** ¡Qué día tan largo! ¿Cómo te sientes?

(Was für ein langer Tag! Wie fühlst du dich?)

**Sofía:** Sinceramente, estoy nerviosa. Hay mucha presión con el proyecto y con los plazos.

(Ehrlich gesagt bin ich nervös. Es herrscht viel Druck wegen des Projekts und der Fristen.)

**Lucas:** Lo entiendo. Yo también estoy un poco preocupado; la fecha de entrega se acerca rápidamente.

(Ich verstehe. Ich bin auch ein wenig besorgt; der Abgabetermin rückt schnell näher.)

**Sofía:** Sí, y a veces tengo la sensación de que el jefe no valora nuestro trabajo. Eso me afecta bastante.

(Ja, und manchmal habe ich das Gefühl, dass der Chef unsere Arbeit nicht wertschätzt. Das belastet mich sehr.)

**Lucas:** A mí también. Me enfada un poco.

(Mir geht es genauso. Das macht mich ein wenig wütend.)

**Sofía:** Es verdad. Después del trabajo me cuesta relajarme. ¿Y a ti?

(Das stimmt. Nach der Arbeit fällt es mir schwer, mich zu entspannen. Und dir?)

**Lucas:** A mí también. Me cuesta desconectar. Siempre pienso en este proyecto.

(Mir auch. Ich kann nicht richtig abschalten. Ich denke ständig an dieses Projekt.)

**Sofía:** Al menos nos apoyamos y eso lo hace un poco más llevadero.

(Zumindest unterstützen wir uns gegenseitig, und das macht es etwas erträglicher.)

**Lucas:** ¿Vamos a descansar un rato en la cafetería?

(Wollen wir eine Weile in der Cafeteria Pause machen?)

**Sofía:** ¡Buena idea! Vamos.

(Gute Idee! Los geht's.)

1. ¿Cómo se siente Sofía con el proyecto?

- a. Está nerviosa por el proyecto.
- b. Está muy contenta con el proyecto.
- c. Está aburrida con el proyecto.
- d. Está sorprendida con el proyecto.

2. ¿Qué piensa Sofía sobre el jefe?

- a. Piensa que el jefe está confundido.
- b. Piensa que el jefe está muy contento con todo.
- c. Piensa que el jefe no valora su trabajo.
- d. Piensa que el jefe está muy tranquilo.

1-a 2-c

## 2. Grammatik: Unterschied zwischen Ser vs Estar

Wir lernen über die Unterschiede und die verschiedenen Verwendungen der Verben ser und estar.



1. „Ser“ wird für permanente Eigenschaften, Identität, Herkunft und Beruf verwendet.

2. "Estar" wird benutzt für vorübergehende Zustände, Emotionen, Ortsangaben und um über das Wetter zu sprechen.

Verbo (Verb)	Uso (Gebrauch)	Ejemplo (Beispiel)
Ser	Características permanentes ( <i>Permanente Eigenschaften</i> )	La mesa <b>es</b> ancha. ( <i>Der Tisch ist breit.</i> )
	Identidad ( <i>Identität</i> )	Juan <b>es</b> abogado. ( <i>Juan ist Anwalt.</i> )
	Origen/Nacionalidad ( <i>Herkunft/Nationalität</i> )	Tú <b>eres</b> española. ( <i>Du bist Spanierin.</i> )
	Descripciones generales ( <i>Allgemeine Beschreibungen</i> )	El cielo <b>es</b> oscuro. ( <i>Der Himmel ist dunkel.</i> )
Estar	Estado o condición temporal ( <i>Vorübergehender Zustand oder Befinden</i> )	Ella <b>está</b> cansada. ( <i>Sie ist müde.</i> )
	Ubicación ( <i>Ort/Position</i> )	El libro <b>está</b> sobre la mesa. ( <i>Das Buch liegt auf dem Tisch.</i> )
	Emociones ( <i>Emotionen</i> )	María <b>está</b> feliz hoy. ( <i>Maria ist heute glücklich.</i> )
	Condiciones temporales ( <i>Vorübergehende Bedingungen</i> )	El camino <b>está</b> mojado. ( <i>Der Weg ist nass.</i> )

1. Hoy \_\_\_\_\_ muy cansado, pero normalmente \_\_\_\_\_ una persona muy tranquila en la oficina.

- a. *estoy / soy*
- b. *estoy / estoy*
- c. *soy / estoy*
- d. *soy / soy*

2. Mi jefe \_\_\_\_\_ muy serio, pero hoy \_\_\_\_\_ muy contento con nuestro trabajo.

- a. *está / es*
- b. *es / está*
- c. *está / está*
- d. *es / es*

3. Normalmente \_\_\_\_\_ nervioso en las reuniones, pero hoy \_\_\_\_\_ tranquilo porque la presentación \_\_\_\_\_ muy fácil.

- a. *estoy / soy / está*
- b. *soy / estoy / es*
- c. *estoy / estoy / es*
- d. *soy / soy / está*

4. Luisa \_\_\_\_\_ ingeniera, pero hoy \_\_\_\_\_ muy confundida y \_\_\_\_\_ un poco triste.

- a. *es / está / está*
- b. *está / es / está*
- c. *es / es / está*
- d. *está / está / es*

**1.** estoy / soy **2.** es / está **3.** estoy / estoy / es **4.** es / está / está

### 3. Übungen

#### 1. Umfrage zum Wohlbefinden im Unternehmen (Audio in der App verfügbar)



**Wörter zu verwenden:** aburrida, cansado, contenta, mal, nervioso, enfadado, feliz, sonríen, tranquila, entiende

En mi empresa hoy hemos recibido una pequeña encuesta de bienestar. En el correo, Recursos Humanos pregunta: "¿Cómo estás hoy en el trabajo?". Muchos compañeros responden. Ana está \_\_\_\_\_ y \_\_\_\_\_ porque el proyecto va bien. Luis está \_\_\_\_\_ y un poco \_\_\_\_\_ por una reunión importante. Marta está \_\_\_\_\_ y no \_\_\_\_\_ bien las tareas nuevas.

El director escribe que está \_\_\_\_\_ cuando el equipo está bien. Dice: "Si estás \_\_\_\_\_, triste o \_\_\_\_\_, habla con tu jefe o con un amigo. No estás solo". Al final del correo, todos \_\_\_\_\_ un poco. La encuesta es corta pero ayuda a pensar en cómo nos sentimos en la oficina.

*In meinem Unternehmen haben wir heute eine kurze Umfrage zum Wohlbefinden erhalten. In der E-Mail fragt die Personalabteilung: „Wie fühlst du dich heute bei der Arbeit?“. Viele Kollegen antworten. Ana ist ruhig und zufrieden, weil das Projekt gut läuft. Luis ist müde und ein wenig nervös wegen eines wichtigen Treffens. Marta ist gelangweilt und versteht die neuen Aufgaben nicht gut.*

*Der Direktor schreibt, dass er glücklich ist, wenn es dem Team gut geht. Er sagt: „Wenn du dich schlecht, traurig oder wütend fühlst, sprich mit deinem Chef oder mit einem Freund. Du bist nicht allein“. Am Ende der E-Mail lächeln alle ein wenig. Die Umfrage ist kurz, hilft aber dabei, darüber nachzudenken, wie wir uns im Büro fühlen.*

1. ¿Cómo están Luis y Marta en el trabajo? Describe sus emociones.

\_\_\_\_\_

2. ¿Qué recomienda el director cuando una persona está mal, triste o enfadada?

\_\_\_\_\_

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

- |                                  |   |
|----------------------------------|---|
| 1. Hoy estoy muy nervioso        | a. después de trabajar doce horas.        |
| 2. Mi compañera está muy cansada | b. por la reunión con el jefe.            |
| 3. Estoy contento                | c. y no tengo ganas de salir.             |
| 4. Últimamente me siento triste  | d. porque por fin entiendo este proyecto. |

**1-b:** Heute bin ich sehr nervös wegen des Treffens mit dem Chef. **2-a:** Meine Kollegin ist total müde nach zwölf Stunden Arbeit. **3-d:** Ich bin froh, weil ich dieses Projekt endlich verstehe. **4-c:** In letzter Zeit bin ich oft traurig und habe keine Lust, auszugehen.

#### 3. Wählen Sie die richtige Lösung

1. Hoy \_\_\_\_\_ cansado, pero normalmente \_\_\_\_\_ una persona muy tranquila en el trabajo.  
 a. soy / estoy      b. estoy / soy      c. está / es      d. eres / estás  
 (Heute bin ich müde, aber normalerweise bin ich bei der Arbeit eine sehr ruhige Person.)
2. En las reuniones importantes \_\_\_\_\_ muy nervioso y no \_\_\_\_\_ bien a mis compañeros.  
 a. me siento / entiendo      b. me siento / entendemos  
 c. me siento / entiendes      d. me sientes / entiendo  
 (Bei wichtigen Besprechungen fühle ich mich sehr nervös und verstehe meine Kollegen nicht gut.)
3. Hoy tu jefe \_\_\_\_\_ enfadado, pero normalmente \_\_\_\_\_ muy tranquilo con el equipo.  
 a. estás / eres      b. está / es      c. están / son      d. es / está  
 (Heute ist dein Chef verärgert, aber normalerweise ist er dem Team gegenüber sehr ruhig.)
4. Después de la videollamada con su psicóloga, Ana \_\_\_\_\_ más contenta y \_\_\_\_\_ mejor que esta mañana.  
 a. está / se sienta      b. es / se siente  
 d. está / se sientes  
 c. está / se siente  
 (Nach dem Videoanruf mit ihrer Psychologin ist Ana zufriedener und fühlt sich besser als heute Morgen.)

1. estoy / soy 2. me siento / entiendo 3. está / es 4. está / se siente

#### 4. Beende die Dialoge

##### a. Cansado después del trabajo

- Carlos (pareja):** Hola, Lucía, hoy estoy muy cansado, el trabajo ha sido intenso.  
 (Hallo Lucía, ich bin heute sehr müde, die Arbeit war sehr anstrengend.)
- Lucía (pareja):** 1. \_\_\_\_\_  
 (Oh, das tut mir leid. Ich hatte heute einen ruhigen Tag im Büro.)
- Carlos (pareja):** Pero ahora, contigo en casa, me siento mejor y más contento.  
 (Aber jetzt, da du zu Hause bist, geht es mir besser und ich bin zufriedener.)
- Lucía (pareja):** 2. \_\_\_\_\_  
 (Das freut mich. Ruhen wir uns ein bisschen auf dem Sofa aus und essen dann.)

##### b. Nervioso antes de la presentación

- Marta (compañera de trabajo):** Javier, estoy muy nerviosa; no me siento bien con esta presentación.  
 (Javier, ich bin sehr nervös; mit dieser Präsentation fühle ich mich nicht wohl.)
- Javier (compañero de trabajo):** 3. \_\_\_\_\_  
 (Ich bin auch ein bisschen aufgereggt, aber ich denke, es wird gut laufen.)
- Marta (compañera de trabajo):** No entiendo una parte; estoy confundida con la última diapositiva.  
 (Einen Teil verstehe ich nicht; ich bin wegen der letzten Folie verwirrt.)

**Javier (compañero de trabajo):** 4. \_\_\_\_\_ (Keine Sorge, wir gehen sie jetzt zusammen durch, dann sind wir beide entspannter und zufriedener.)

1. Vaya, lo siento; yo he tenido un día tranquilo en la oficina. 2. Me alegra; descansemos un poco en el sofá y luego cenamos. 3. Yo también estoy un poco asustado, pero creo que saldrá bien. 4. Tranquila, la revisamos juntos ahora y así estaremos más tranquilos y contentos.

## 5. Übe zu zweit oder mit deiner Lehrkraft.

1. Estás en el trabajo y es lunes por la mañana. Un compañero te pregunta: "¿Qué tal estás hoy?". Responde y explica tu emoción. (Usa: contento, muy, porque)

Hoy estoy \_\_\_\_\_

2. Tienes una reunión importante con tu jefe en 5 minutos. Un compañero te pregunta: "¿Cómo te sientes?". Responde con tu emoción. (Usa: nervioso, un poco, reunión)

Estoy un poco \_\_\_\_\_

3. Llegas a casa muy tarde después del trabajo. Tu pareja o tu amigo te pregunta: "¿Cómo estás?". Responde y explica tu emoción. (Usa: cansado, muy, todo el día)

Estoy muy \_\_\_\_\_

4. Un amigo está en el médico y te manda un mensaje: "Estoy mal...". Le llamas y preguntas: "¿Cómo te sientes?". Ahora tú explicas cómo estás tú para apoyar. (Usa: tranquilo, bien, no te preocunes)

Yo estoy \_\_\_\_\_

## 6. Schreibe 4 oder 5 Sätze darüber, wie du dich normalerweise bei der Arbeit fühlst und erkläre, warum.

Hoy me siento... / En el trabajo estoy... cuando... / A veces estoy triste o enfadado porque... / Cuando estoy bien, hablo con un compañero o descanso.

---

---

---

## 4. Wichtige Verben

	Sentirse	Entender
yo	me siento	entiendo
tú	te sientes	entiendes
él/ella/usted	se siente	entiende
nosotros/nosotras	nos sentimos	entendemos
vosotros/vosotras	os sentís	entendéis
ellos/ellas/ustedes	se sienten	entienden