

A1.25 Emociones y sentimientos



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

| | | | |
|--------------------|----------------------|-------------------|----------------------|
| Aburrido | <i>(gelangweilt)</i> | Asustado | <i>(ängstlich)</i> |
| Cansado | <i>(müde)</i> | Tranquilo | <i>(ruhig)</i> |
| Deprimido | <i>(deprimiert)</i> | Triste | <i>(traurig)</i> |
| Enfadado | <i>(verärgert)</i> | Confundido | <i>(verwirrt)</i> |
| Feliz | <i>(glücklich)</i> | Sonreír | <i>(lächeln)</i> |
| Contento | <i>(zufrieden)</i> | Sentirse | <i>(sich fühlen)</i> |
| Nervioso | <i>(nervös)</i> | Entender | <i>(verstehen)</i> |
| Sorprendido | <i>(überrascht)</i> | | |

1. Dialog: Dos colegas hablan de cómo se sienten después de un día largo

- 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 los plazos. *(Ehrlich gesagt bin ich nervös. Es lastet viel Druck wegen des Projekts und der Fristen auf mir.)*
- Lucas:** Lo entiendo. Yo también estoy preocupado; la fecha de entrega se acerca rápido. *(Ich verstehe. Ich bin auch besorgt; der Abgabetermin rückt schnell näher.)*
- Sofía:** Sí, y a veces tengo la sensación de que el jefe no valora lo suficiente nuestro trabajo. Eso me afecta mucho. *(Ja, und manchmal habe ich das Gefühl, dass der Chef unsere Arbeit nicht genug wertschätzt. Das belastet mich sehr.)*
- Lucas:** Sí, a mí también me enfada un poco. *(Ja, das ärgert mich auch ein bisschen.)*
- 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 fällt es auch schwer abzuschalten. Ich denke ständig an dieses Projekt.)*
- Sofía:** Al menos nos apoyamos, y eso lo hace un poco más llevadero. *(Wenigstens unterstützen wir uns gegenseitig, und das macht es ein bisschen erträglicher.)*
- Lucas:** ¿Descansamos un rato en la cafetería? *(Wollen wir uns kurz im Café ausruhen?)*
- Sofía:** ¡Buena idea! Vamos. *(Gute Idee! Los geht's.)*

1. ¿Cómo se siente Sofía al hablar del proyecto?

- a. Está aburrida. b. Está nerviosa.
c. Está contenta. d. Está tranquila.

2. ¿Qué hacen al final de la conversación?

- a. Van a descansar un rato a la cafetería. b. Empiezan otro proyecto.
c. Van a casa a dormir. d. Lllaman al jefe.

1-b 2-a

2. Grammatik: Unterschied zwischen Ser vs Estar

Wir lernen den Unterschied und die verschiedenen Verwendungen der Verben "ser" und "estar" kennen.



- "Ser" wird für permanente Eigenschaften, Identität, Herkunft und Beruf verwendet.
- "Estar" wird für vorübergehende Zustände, Gefühle, Position/Ort und um über das Wetter zu sprechen verwendet.

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

- Hoy _____ muy cansado, pero normalmente _____ una persona muy tranquila en la oficina.
a. *estoy / soy* b. *estoy / estoy* c. *soy / estoy* d. *soy / soy*
- Mi jefe _____ muy serio, pero hoy _____ muy contento con nuestro trabajo.
a. *está / es* b. *es / está* c. *está / está* d. *es / es*
- 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*
- 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. Ordne jeden Anfang mit dem richtigen Ende zu.

- | | |
|--------------------------|---|
| a. Hoy estoy muy | 1. estoy muy cansado. |
| b. Antes de la reunión | 2. triste porque no entiende el correo. |
| c. Después de ocho horas | 3. contento con mi nuevo trabajo. |
| d. Mi compañera está | 4. estoy un poco nervioso. |

1-c: Hoy estoy muy contento con mi nuevo trabajo. **2-d:** Antes de la reunión estoy un poco nervioso. **3-a:** Después de ocho horas estoy muy cansado. **4-b:** Mi compañera está triste porque no entiende el correo.

2. Umfrage im Unternehmen: Wie fühlst du dich heute? (Audio in der App verfügbar)

Fülle die Lücken aus: útil, contento, emociones, entiendo, estás, feliz, pensar, enfada, duerme

En mi empresa recibimos un correo cada viernes con una pequeña encuesta. El mensaje dice: "Hola, ¿cómo _____ hoy? Marca tus _____". Las opciones son: _____, tranquilo, cansado, nervioso, triste o enfadado. También hay un espacio para escribir un comentario.

Hoy marco "feliz" y "tranquilo" porque el proyecto va bien y _____ las tareas. Mi compañera Laura está un poco nerviosa y triste: tiene mucha presión y no _____ bien. El jefe está _____ con el equipo, pero a veces se _____ cuando llegamos tarde a las reuniones. Para mí, esta encuesta es _____: me ayuda a _____ en cómo me siento y a hablar con mis compañeros.

In meinem Unternehmen erhalten wir jeden Freitag eine E-Mail mit einer kleinen Umfrage. Die Nachricht lautet: „Hallo, wie fühlst du dich heute? Markiere deine Emotionen.“ Die Optionen sind: glücklich, ruhig, müde, nervös, traurig oder wütend. Es gibt auch ein Feld, um einen Kommentar zu schreiben.

Heute markiere ich „glücklich“ und „ruhig“, weil das Projekt gut läuft und ich die Aufgaben verstehe. Meine Kollegin Laura ist ein bisschen nervös und traurig: sie hat viel Druck und schläft nicht gut. Der Chef ist zufrieden mit dem Team, aber manchmal ärgert er sich, wenn wir zu spät zu den Meetings kommen. Für mich ist diese Umfrage nützlich: sie hilft mir, darüber nachzudenken, wie ich mich fühle, und mit meinen Kolleginnen und Kollegen zu sprechen.

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



- ¿Cómo se siente la persona hoy en el trabajo?
(Wie fühlt sich die Person heute bei der Arbeit?)
 - Está aburrida porque no tiene trabajo.
 - Está muy tranquila y relajada.
 - Está nerviosa por la reunión.
- ¿Cómo está él al final del día?
(Wie geht es ihm am Ende des Tages?)
 - Se siente cansado y algo triste.
 - Se siente feliz y con energía.
 - Se siente sorprendido y nervioso.

4. Wählen Sie die richtige Lösung

1. Hoy _____ un poco nervioso porque la reunión es importante. *(Heute bin ich ein wenig nervös, weil das Treffen wichtig ist.)*
 a. estoy b. está c. soy d. eres
2. En este momento _____ cansado y no _____ bien las instrucciones. *(Im Moment fühle ich mich müde und verstehe die Anweisungen nicht richtig.)*
 a. me sientes / entiendo b. me siento / entiendo
 c. me siento / entiende d. me siento / entiendes
3. Mi compañera _____ muy contenta porque hoy _____ su primer día en la empresa. *(Meine Kollegin ist sehr froh, weil heute ihr erster Arbeitstag im Unternehmen ist.)*
 a. está / está b. es / está c. está / es d. es / es

1. estoy 2. me siento / entiendo 3. está / es

5. Rollenspiel: Vervollständige die Dialoge



a. Compañeros en la oficina

Compañero *Hola, Laura. Hoy estoy muy cansado y un poco aburrido en la oficina.*

Javier: *(Hallo Laura. Heute bin ich sehr müde und ein bisschen gelangweilt im Büro.)*

Compañera 1. _____

Laura:

Compañero *Ayer el jefe estaba enfadado y yo estaba nervioso, no entendí el problema.*

Javier: *(Gestern war der Chef verärgert und ich war nervös; ich habe das Problem nicht verstanden.)*

Compañera 2. _____

Laura:

b. Padre y hija por teléfono

Hija Ana: 3. _____

Padre Miguel: *Te entiendo, Ana. Yo también estoy un poco preocupado, pero tú estudias mucho y estoy contento contigo.*

(Ich verstehe dich, Ana. Ich bin auch ein bisschen besorgt, aber du lernst viel und ich bin stolz auf dich.)

Hija Ana: 4. _____

Padre Miguel: *Muy bien, hija. Esta noche descansa y mañana estarás más tranquila y feliz.*

(Sehr gut, meine Tochter. Ruh dich heute Abend aus und morgen wirst du ruhiger und glücklicher sein.)

Beispielantworten:

1. Yo estoy contenta; el proyecto va bien y el jefe está tranquilo. 2. Sí, pero ahora todo está bien. Sonríe un poco, Javier. 3. Papá, estoy muy nerviosa por el examen de mañana. 4. Ayer estaba triste y casi deprimida, pero hoy me siento mejor.

6. Übe zu zweit oder mit deiner Lehrkraft.

1. Estás en la oficina en Madrid. Un compañero te ve y te pregunta: «¿Cómo estás hoy?». Responde y explica tu emoción. (Usa: contento, cansado, hoy)

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

7. WhatsApp

Carlos

Hola, ¿qué tal?

Hoy el día en la oficina ha sido largo. Hay muchas reuniones y el proyecto es difícil.

Yo estoy un poco **cansado** y también un poco **nervioso** por la reunión de mañana.

¿Tú cómo **estás**? ¿Te sientes **tranquilo, contento** o más bien **estresado** o **triste**?

Cuéntame un poco.



Schreibe eine passende Antwort: *Hola Carlos, yo estoy... / Hoy me siento... / En el trabajo estoy...*

Wichtige Verben

yo

tú

él/ella/usted

nosotros/nosotras

vosotros/vosotras

ellos/ellas/ustedes

Sentirse (*sich fühlen*)

Presente

me siento

te sientes

se siente

nos sentimos

os sentís

se sienten

Entender (*verstehen*)

Presente

entiendo

entiendes

entiende

entendemos

entendéis

entienden