

A1.25 Emociones y sentimientos



- Exprimez vos émotions fondamentales.
- Décrivez les émotions des autres.

Aburrido	<i>(Ennuyé)</i>	Nervioso	<i>(Nerveux)</i>
Asustado	<i>(Effrayé)</i>	Sorprendido	<i>(Surpris)</i>
Cansado	<i>(Fatigué)</i>	Tranquilo	<i>(Calme)</i>
Confundido	<i>(Confus)</i>	Triste	<i>(Triste)</i>
Contento	<i>(Content)</i>	Sonreír	<i>(Sourire)</i>
Deprimido	<i>(Déprimé)</i>	Sentirse	<i>(Se sentir)</i>
Enfadado	<i>(Fâché)</i>	Entender	<i>(Comprendre)</i>
Feliz	<i>(Heureux)</i>		

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

(QR: Audio)



- Lucas:** ¡Qué día tan largo! ¿Cómo te sientes? *(Quelle journée longue ! Comment te sens-tu ?)*
- Sofía:** Sinceramente, estoy nerviosa. Hay mucha presión con el proyecto y los plazos. *(Honnêtement, je suis nerveuse. Il y a beaucoup de pression avec le projet et les délais.)*
- Lucas:** Lo entiendo. Yo también estoy preocupado; la fecha de entrega se acerca rápido. *(Je comprends. Moi aussi je suis inquiet : la date de remise approche vite.)*
- Sofía:** Sí, y a veces tengo la sensación de que el jefe no valora lo suficiente nuestro trabajo. Eso me afecta mucho. *(Oui, et parfois j'ai l'impression que le chef n'apprécie pas assez notre travail. Ça m'affecte beaucoup.)*
- Lucas:** Sí, a mí también me enfada un poco. *(Oui, ça m'agace aussi un peu.)*
- Sofía:** Es verdad. Después del trabajo me cuesta relajarme. ¿Y a ti? *(C'est vrai. Après le travail, j'ai du mal à me détendre. Et toi ?)*
- Lucas:** A mí también me cuesta desconectar. Siempre pienso en este proyecto. *(Moi aussi j'ai du mal à déconnecter. Je pense toujours à ce projet.)*
- Sofía:** Al menos nos apoyamos, y eso lo hace un poco más llevadero. *(Au moins on se soutient, et ça rend les choses un peu plus faciles à vivre.)*
- Lucas:** ¿Descansamos un rato en la cafetería? *(On se repose un moment à la cafétéria ?)*
- Sofía:** ¡Buena idea! Vamos. *(Bonne idée ! Allons-y.)*

1. ¿Cómo se siente Sofía al hablar del proyecto? *(Comment se sent Sofía en parlant du projet ?)*
 - a. Está tranquila.
 - b. Está aburrida.
 - c. Está nerviosa.
 - d. Está contenta.
2. ¿Qué hacen al final de la conversación? *(Que font-ils à la fin de la conversation ?)*
 - a. Empiezan otro proyecto.
 - b. Van a casa a dormir.
 - c. Van a descansar un rato a la cafetería.
 - d. Llaman al jefe.

1-c 2-c



2. Grammaire: Différence entre Ser vs Estar

Nous apprenons la différence et les usages différents des verbes "ser" et "estar".

- "Ser" s'utilise pour les caractéristiques permanentes, l'identité, l'origine et la profession.
- "Estar" s'utilise pour les états temporaires, les émotions, la localisation et pour parler de la météo.

Verbo (Verbe)	Uso (Usage)	Ejemplo (Exemple)
Ser	Características permanentes (<i>Caractéristiques permanentes</i>)	La mesa es ancha. (<i>La table est large.</i>)
	Identidad (<i>Identité</i>)	Juan es abogado. (<i>Juan est avocat.</i>)
	Origen/Nacionalidad (<i>Origine/Nationalité</i>)	Tú eres española. (<i>Tu es Espagnole.</i>)
	Descripciones generales (<i>Descriptions générales</i>)	El cielo es oscuro. (<i>Le ciel est sombre.</i>)
Estar	Estado o condición temporal (<i>État ou condition temporaire</i>)	Ella está cansada. (<i>Elle est fatiguée.</i>)
	Ubicación (<i>Localisation</i>)	El libro está sobre la mesa. (<i>Le livre est sur la table.</i>)
	Emociones (<i>Émotions</i>)	María está feliz hoy. (<i>María est heureuse aujourd'hui.</i>)
	Condiciones temporales (<i>Conditions temporaires</i>)	El camino está mojado. (<i>Le chemin est mouillé.</i>)

- Hoy _____ muy cansado, pero normalmente _____ una persona muy tranquila en la oficina. (*Aujourd'hui je suis très fatigué, mais normalement je suis une personne très calme au bureau.*)
 a. estoy / soy b. estoy / estoy c. soy / estoy d. soy / soy
- Mi jefe _____ muy serio, pero hoy _____ muy contento con nuestro trabajo. (*Mon patron est très sérieux, mais aujourd'hui il est très content de notre travail.*)
 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. (*Normalement je suis nerveux lors des réunions, mais aujourd'hui je suis calme parce que la présentation est très facile.*)
 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. (*Luisa est ingénieure, mais aujourd'hui elle est très confuse et un peu 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. Exercices

1. Associez chaque début avec sa fin correcte.

- | | |
|--------------------------|---|
| 1. Hoy estoy muy | a. estoy muy cansado. |
| 2. Antes de la reunión | b. triste porque no entiende el correo. |
| 3. Después de ocho horas | c. contento con mi nuevo trabajo. |
| 4. Mi compañera está | d. 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. Enquête dans l'entreprise : Comment te sens-tu aujourd'hui ? (QR:

Audio)

Remplissez les lacunes: 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 (1) _____ hoy? Marca tus (2) _____". Las opciones son: (3) _____, 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 (4) _____ las tareas. Mi compañera Laura está un poco nerviosa y triste: tiene mucha presión y no (5) _____ bien. El jefe está (6) _____ con el equipo, pero a veces se (7) _____ cuando llegamos tarde a las reuniones. Para mí, esta encuesta es (8) _____: me ayuda a (9) _____ en cómo me siento y a hablar con mis compañeros.

Dans mon entreprise, nous recevons un courriel chaque vendredi contenant une petite enquête. Le message dit : « Bonjour, comment te sens-tu aujourd'hui ? Indique tes émotions ». Les options sont : heureux, calme, fatigué, nerveux, triste ou en colère. Il y a aussi un espace pour écrire un commentaire.

Aujourd'hui, je coche « heureux » et « calme » parce que le projet avance bien et que je comprends les tâches. Ma collègue Laura est un peu nerveuse et triste : elle subit beaucoup de pression et ne dort pas bien. Le responsable est content de l'équipe, mais parfois il se met en colère quand nous arrivons en retard aux réunions. Pour moi, cette enquête est utile : elle m'aide à réfléchir à ce que je ressens et à parler avec mes collègues.

(1) estás, (2) emociones, (3) feliz, (4) entiendo, (5) duerme, (6) contento, (7) enfada, (8) útil, (9) pensar



3. Écoutez les extraits audio et choisissez la bonne solution. (QR: Audio)

- ¿Cómo se siente la persona hoy en el trabajo? (*Comment se sent la personne aujourd'hui au travail ?*)
 - Está aburrida porque no tiene trabajo.*
 - Está nerviosa por la reunión.*
 - Está muy tranquila y relajada.*
- ¿Cómo está él al final del día? (*Comment se sent-il à la fin de la journée ?*)
 - Se siente sorprendido y nervioso.*
 - Se siente feliz y con energía.*
 - Se siente cansado y algo triste.*

1-b 2-c

4. Choisissez la bonne solution

- Hoy _____ un poco nervioso porque la reunión es importante. (*Aujourd'hui, je suis un peu nerveux parce que la réunion est importante.*)
 - está*
 - eres*
 - estoy*
 - soy*
- En este momento _____ cansado y no _____ bien las instrucciones. (*En ce moment, je me sens fatigué et je ne comprends pas bien les instructions.*)
 - me siento / entiende*
 - me siento / entiendes*
 - me sientes / entiendo*
 - me siento / entiendo*
- Mi compañera _____ muy contenta porque hoy _____ su primer día en la empresa. (*Ma collègue est très contente parce qu'aujourd'hui c'est son premier jour dans l'entreprise.*)
 - está / está*
 - está / es*
 - es / es*
 - es / está*

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

5. Jeu de rôle - dialogues (QR: Audio)



a. Compañeros en la oficina

- Compañero** *Hola, Laura. Hoy estoy muy cansado y un poco aburrido en la oficina.*
- Javier:** *(Salut, Laura. Aujourd'hui je suis très fatigué et un peu ennuyé au bureau.)*
- Compañera** *Yo estoy contenta; el proyecto va bien y el jefe está tranquilo.*
- Laura:** *(Moi, je suis contente : le projet avance bien et le patron est calme.)*
- Compañero** *Ayer el jefe estaba enfadado y yo estaba nervioso, no entendí el problema.*
- Javier:** *(Hier le patron était en colère et j'étais nerveux, je n'ai pas compris le problème.)*
- Compañera** *Sí, pero ahora todo está bien. Sonríe un poco, Javier.*
- Laura:** *(Oui, mais maintenant tout va bien. Souris un peu, Javier.)*

- ¿Cómo te sientes normalmente en el trabajo: bien o mal? Explica un poco.
-

b. Padre y hija por teléfono

Hija Ana: *Papá, estoy muy nerviosa por el examen de mañana.*
(Papa, je suis très nerveuse pour l'examen de demain.)

Padre Miguel: *Te entiendo, Ana. Yo también estoy un poco preocupado, pero tú estudias mucho y estoy contento contigo.*
(Je te comprends, Ana. Moi aussi je suis un peu préoccupé, mais tu étudies beaucoup et je suis fier de toi.)

Hija Ana: *Ayer estaba triste y casi deprimida, pero hoy me siento mejor.*
(Hier j'étais triste et presque déprimée, mais aujourd'hui je me sens mieux.)

Padre Miguel: *Muy bien, hija. Esta noche descansa y mañana estarás más tranquila y feliz.*
(Très bien, ma fille. Repose-toi ce soir et demain tu seras plus calme et heureuse.)

1. Antes de un examen, ¿te sientes nervioso o tranquilo? ¿Por qué?

6. Exercez-vous par deux ou avec votre enseignant. (QR: IA+)

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. Écriture: WhatsApp (QR: IA+)

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.



Rédigez une réponse appropriée: *Hola Carlos, yo estoy... / Hoy me siento... / En el trabajo estoy...*

Verbes importants

yo
tú
él/ella/usted
nosotros/nosotras
vosotros/vosotras
ellos/ellas/ustedes

Sentirse (*se sentir*)

Presente
me siento
te sientes
se siente
nos sentimos
os sentís
se sienten

Entender (*comprender*)

Presente
entiendo
entiendes
entiende
entendemos
entendéis
entienden