

## A1.25.1 ¿Cómo te sientes?

Come ti senti?

<https://app.colanguage.com/it/spagnolo/dialoghi/como-te-sientes>



### 1. Guarda il video e rispondi alle domande correlate.

Video: <https://www.youtube.be/oltoeGa6gwQ&end=22>

**Emociones** (Emozioni)

**Tristes** (Tristi)

**Alegres** (Allegri)

**Tristeza** (Tristezza)

**Enfado** (Rabbia)

**Emoción que estamos sintiendo** (Emozione che stiamo provando)

- ¿De qué habla la persona en el texto?
  - De un viaje a España
  - De una reunión de trabajo
  - De la gramática del español
  - De la rueda de las emociones
- ¿Qué falta muchas veces para identificar bien las emociones?
  - Amigos
  - Dinero
  - Tiempo
  - Vocabulario
- ¿Qué dos emociones básicas menciona la persona como ejemplos?
  - Calma y sueño
  - Amor y odio
  - Tristeza y alegría
  - Miedo y sorpresa
- ¿Para qué sirve tener más vocabulario de emociones?
  - Para hablar más rápido
  - Para identificar la emoción concreta que estamos sintiendo
  - Para no mostrar emociones en el trabajo
  - Para hacer presentaciones más largas

1-d 2-d 3-c 4-b

### 2. Leggi il dialogo e rispondi alle domande.

#### Emociones en el trabajo

Emozioni al lavoro

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

(Che giornata lunga! Come ti senti?)

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

(Onestamente sono nervosa. C'è molta pressione per il progetto e per le scadenze.)

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

(Capisco. Anche io sono un po' preoccupato; la data di consegna si avvicina in fretta.)

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

(Sì, e a volte ho la sensazione che il capo non apprezzi il nostro lavoro. Questo mi pesa molto.)

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

(Anche a me. Mi dà un po' fastidio.)

- Sofía:** Es verdad. Después del trabajo me cuesta relajarme. ¿Y a ti? *(È vero. Dopo il lavoro faccio fatica a rilassarmi. E tu?)*
- Lucas:** A mí también. Me cuesta desconectar. Siempre pienso en este proyecto. *(Anche io. Mi costa staccare. Penso sempre a questo progetto.)*
- Sofía:** Al menos nos apoyamos y eso lo hace un poco más llevadero. *(Almeno ci sosteniamo a vicenda e questo rende tutto un po' più sopportabile.)*
- Lucas:** ¿Vamos a descansar un rato en la cafetería? *(Andiamo a riposarci un po' in caffetteria?)*
- Sofía:** ¡Buena idea! Vamos. *(Ottima idea! Andiamo.)*

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

**1-a 2-b**

### 3. Utiliza la rueda de las emociones para describir cómo te sientes hoy.

1. <https://www.psicologosmadrid-ipsia.com/la-rueda-de-las-emociones/>