

## A1.25 Emotionen und Gefühle

Emoties en gevoelens

<https://app.colanguage.com/nl/duits/leerplan/a1/25>



<b>Das Gespräch</b>	(Het gesprek)	<b>Traurig</b>	(Verdrietig)
<b>Das Glück</b>	(Het geluk)	<b>Wütend</b>	(Boos)
<b>Glücklich</b>	(Gelukkig)	<b>Lachen</b>	(Lachen)
<b>Gelangweilt</b>	(Verveeld)	<b>Lächeln</b>	(Glimlachen / Lachen)
<b>Ängstlich</b>	(Angstig / Beangstigd)	<b>Lieben</b>	(Liefhebben / Houden van)
<b>Nervös</b>	(Nerveus)	<b>Weinen</b>	(Huilen)
<b>Ruhig</b>	(Rustig)	<b>Sich entschuldigen</b>	(Zich verontschuldigen)

### 1. Dialoog: Gespräch über Nervosität beim Sprechen vor anderen

- Paul:** Guten Tag, Jule. Was bringt dich heute zu mir?
- Jule:** (Goedendag, Jule. Wat brengt je vandaag bij mij?) Ich bin oft nervös, wenn ich vor einer Gruppe sprechen muss. Ich weiß nicht, wie ich damit umgehen soll.
- Paul:** Das ist sehr verständlich. Was passiert, wenn du vor Leuten sprichst?
- Jule:** Ich fange an stark zu schwitzen und meine Stimme fängt an zu zittern.
- Paul:** Es ist wichtig, in solchen Momenten ruhig zu bleiben. Wovor hast du Angst, wenn du vor Leuten sprichst?
- Jule:** Ich habe Angst, dass ich Fehler mache und dass andere Leute besser sind als ich.
- Paul:** Was du beschreibst, ist völlig normal, Jule. Manche Menschen finden das Sprechen vor anderen schwieriger als andere.
- Jule:** Was kann ich machen, um das zu ändern? Es belastet mich sehr.
- Paul:** Es ist eine Frage der Übung. Vor Leuten sprechen zu können ist keine feste Charaktereigenschaft, sondern erfordert Training.
- Jule:** Also kann ich meine Nervosität abtrainieren und besser werden?
- Paul:** Exakt! Und wenn du merbst, dass du ängstlich wirst, versuche, dich nicht so ernst zu nehmen. Lach darüber!
- (Ik ben vaak zenuwachtig als ik voor een groep moet spreken. Ik weet niet hoe ik daarmee om moet gaan.)**
- (Dat is heel begrijpelijk. Wat gebeurt er als je voor mensen spreekt?)**
- (Ik begin hevig te zweten en mijn stem begint te trillen.)**
- (Het is belangrijk dat je in zulke momenten rustig probeert te blijven. Waar ben je bang voor als je voor mensen spreekt?)**
- (Ik ben bang dat ik fouten maak en dat anderen beter zijn dan ik.)**
- (Wat je beschrijft is volstrekt normaal, Jule. Sommige mensen vinden spreken voor een publiek moeilijker dan anderen.)**
- (Wat kan ik doen om dat te veranderen? Het belast me erg.)**
- (Het is een kwestie van oefening. Voor een publiek spreken is geen vaste karaktereigenschap; het vraagt training.)**
- (Dus kan ik mijn zenuwachtigheid afleeren en beter worden?)**
- (Precies! En als je merkt dat je angstig wordt, probeer jezelf niet te serieus te nemen. Lach erom!)**

- Lies den Dialog. Warum kommt Jule zu Paul?
  - Sie ist traurig, weil sie ihre Arbeit verloren hat.
  - Sie ist oft nervös, wenn sie vor einer Gruppe sprechen muss.
  - Sie ist wütend auf ihre Kollegen im Büro.
  - Sie ist gelangweilt in ihrem Deutschkurs.
- Wie fühlt sich Jule, wenn sie vor Leuten spricht?
  - Sie ist wütend und schreit.
  - Sie ist sehr glücklich und lacht viel.
  - Sie ist nervös und ängstlich.
  - Sie ist ruhig und entspannt.

**1-b 2-c**

## 2. Grammatica: Niet, heel, te, een beetje met bijvoeglijke naamwoorden en werkwoorden

Deze woorden veranderen de betekenis van een bijvoeglijk naamwoord of een werkwoord.



- Deze woorden staan direct voor het bijvoeglijk naamwoord of het werkwoord.
- Bij werkwoorden staat „nicht“ meestal na het vervoegde werkwoord.

Wort (woord)	Mit Adjektiv (met bijvoeglijk naamwoord)	Mit Verb (met werkwoord)
<b>nicht (niet)</b>	Der Junge ist <b>nicht glücklich</b> . ( <i>De jongen is niet gelukkig.</i> )	Ich <b>weine nicht</b> . ( <i>Ik huil niet.</i> )
<b>sehr (heel)</b>	Das Mädchen ist <b>sehr nervös</b> . ( <i>Het meisje is heel nerveus.</i> )	Sie <b>lacht sehr viel</b> . ( <i>Zij lacht veel.</i> )
<b>zu (te)</b>	Der Film ist <b>zu traurig</b> . ( <i>De film is te verdrietig.</i> )	Du <b>entschuldigst dich zu oft</b> . ( <i>Jij verontschuldigt je te vaak.</i> )
<b>ein bisschen (een beetje)</b>	Ich bin <b>ein bisschen wütend</b> . ( <i>Ik ben een beetje boos.</i> )	Wir <b>lachen ein bisschen</b> . ( <i>Wij lachen een beetje.</i> )

- Ich bin heute \_\_\_\_\_ nervös, ich habe ein wichtiges Gespräch mit meinem Chef.
  - zu
  - sehr
  - ein bisschen
  - nicht
- Ich bin nach dem langen Meeting \_\_\_\_\_ müde, aber nicht wütend.
  - nicht
  - zu
  - ein bisschen
  - sehr
- Ich bin \_\_\_\_\_ ruhig, ich zittere ein bisschen.
  - nicht
  - zu
  - sehr
  - kein
- Es tut mir leid, ich entschuldige mich \_\_\_\_\_ oft, weil ich sehr nervös bin.
  - nicht
  - sehr
  - ein bisschen
  - zu

**1. sehr 2. ein bisschen 3. nicht 4. zu**

### 3.Oefeningen

#### 1. Enquête op kantoor: Hoe voelt u zich vandaag? (Audio beschikbaar in de app)

**Woorden om te gebruiken:** glücklich, traurig, glücklich, Kommentar, gelangweilt, nervös, lache, traurig, Gespräch, ruhig, nervös



In einem großen Büro in Berlin macht die Personalabteilung eine kleine Online-Umfrage. Die Frage ist: „Wie fühlen Sie sich heute bei der Arbeit?“ Die Mitarbeitenden können aus einer Liste wählen: \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ oder \_\_\_\_\_. Viele Kolleginnen und Kollegen schreiben auch einen kurzen \_\_\_\_\_.

Eine Mitarbeiterin schreibt: „Ich bin heute sehr \_\_\_\_\_ . Das \_\_\_\_\_ mit meinem Chef war gut.“ Ein Kollege schreibt: „Ich bin ein bisschen \_\_\_\_\_ , ich habe später eine Präsentation und ich \_\_\_\_\_ heute nicht so viel.“ Eine andere Kollegin schreibt: „Ich bin nicht \_\_\_\_\_ , aber ich bin müde. Ich freue mich auf Feierabend.“ Am Ende des Tages liest die Chefin die Kommentare und plant ein Meeting zum Thema Stress und Gefühle im Team.

*In een groot kantoor in Berlijn houdt de personeelsafdeling een korte online-enquête. De vraag is: "Hoe voelt u zich vandaag op het werk?" De medewerkers kunnen kiezen uit een lijst: gelukkig, verveeld, nerveus, verdrietig of rustig. Veel collega's schrijven ook een korte opmerking.*

*Een medewerkster schrijft: "Ik ben vandaag erg gelukkig. Het gesprek met mijn baas ging goed." Een collega schrijft: "Ik ben een beetje nerveus, ik heb later een presentatie en ik lach vandaag niet zo veel." Een andere collega schrijft: "Ik ben niet verdrietig, maar ik ben moe. Ik kijk uit naar het einde van de werkdag." Aan het einde van de dag leest de directrice de reacties en plant ze een vergadering over stress en gevoelens binnen het team.*

1. Warum ist eine Mitarbeiterin heute sehr glücklich?

\_\_\_\_\_

#### 2. Koppel elk begin aan het juiste einde.

- |                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| 1. Vor dem wichtigen Meeting         | a. bin ich heute nicht sehr glücklich.       |
| 2. Nach dem Gespräch mit meinem Chef | b. bin ich heute sehr nervös.                |
| 3. Im Büro                           | c. lache ich ein bisschen und werde ruhiger. |
| 4. Mit meinen Kollegen in der Pause  | d. bin ich ein bisschen wütend.              |

**1-b:** Voor de belangrijke vergadering ben ik vandaag erg zenuwachtig. **2-d:** Na het gesprek met mijn baas ben ik een beetje boos. **3-a:** Op kantoor ben ik vandaag niet erg blij. **4-c:** Met mijn collegas tijdens de pauze lach ik een beetje en kalmeer ik.

### 3. Kies de juiste oplossing

1. Im Büro bin ich heute sehr müde, aber ich \_\_\_\_\_ viel mit meinen Kollegen.  
a. lachst      b. lacht      c. lachen  
*(Op kantoor ben ik vandaag erg moe, maar ik lach toch veel met mijn collega's.)*
2. Meine Kollegin ist vor einer wichtigen Präsentation sehr nervös und sie \_\_\_\_\_ ein bisschen.  
a. weint      b. weinen      c. weine  
*(Mijn collega is voor een belangrijke presentatie erg nerveus en ze huilt een beetje.)*
3. Ich \_\_\_\_\_ meinen Job, aber heute lache ich nicht, weil ich zu gestresst bin.  
a. lieben      b. liebst      c. liebt  
*(Ik houd van mijn baan, maar vandaag lach ik niet, omdat ik te gestrest ben.)*
4. Nach dem Meeting sind wir alle ein bisschen traurig, aber wir \_\_\_\_\_ ein bisschen zusammen im Flur.  
a. lachen      b. lacht      c. lachst  
*(Na de vergadering zijn we allemaal een beetje verdrietig, maar we lachen samen een beetje in de gang.)*

1. lache 2. weint 3. liebe 4. lachen

### 4. Voltooi de dialogen

#### a. Kollegin ist vor Präsentation nervös

**Lena, Kollegin:** Martin, ich bin so nervös vor dem Gespräch mit dem Chef.

*(Martin, ik ben zo nerveus voor het gesprek met de baas.)*

**Martin, Kollege:** 1.\_\_\_\_\_

*(Oh, ik begrijp het. Ik ben ook een beetje zenuwachtig, maar je doet het goed.)*

**Lena, Kollegin:** Danke, das macht mich etwas ruhiger.

*(Dank je, dat stelt me wat gerust.)*

**Martin, Kollege:** 2.\_\_\_\_\_

*(Kijk, je lacht al — ik ben blij voor je.)*

#### b. Entschuldigung nach Streit mit Partner

**Anna, Partnerin:** Tobias, es tut mir leid, ich war gestern sehr wütend.

*(Tobias, het spijt me, ik was gisteren erg boos.)*

**Tobias, Partner:** 3.\_\_\_\_\_

*(Dank je, Anna. Ik was ook verdrietig na ons gesprek.)*

**Anna, Partnerin:** Ich liebe dich und ich möchte, dass du wieder glücklich bist.

*(Ik hou van je en ik wil dat je weer gelukkig bent.)*

**Tobias, Partner:** 4.\_\_\_\_\_

*(Ik hou ook van jou. Kom, laten we weer samen lachen.)*

1. Oh, ich verstehe, ich bin auch ein bisschen ängstlich, aber du machst das gut. 2. Schau, du lächelst schon, ich bin glücklich für dich. 3. Danke, Anna, ich war auch traurig nach unserem Gespräch. 4. Ich liebe dich auch, komm, wir lachen wieder zusammen.

## **5. Oefen in tweetallen of met je docent.**

1. Du bist im Büro. Dein Kollege fragt: „Wie geht es dir heute?“ Du hattest einen guten Morgen. Antworte und sage, dass du dich gut fühlst. (Verwende: glücklich, sehr, heute)

*Heute bin ich* \_\_\_\_\_

2. Du bist zu Hause. Dein Partner / deine Partnerin sieht, dass du still bist und fragt: „Was ist los?“ Erkläre, dass du traurig bist. (Verwende: traurig, ein bisschen, ich)

*Ich bin ein bisschen* \_\_\_\_\_

3. Du hast morgen ein wichtiges Gespräch im Büro. Deine Kollegin fragt: „Wie fühlst du dich vor dem Gespräch?“ Antworte ehrlich. (Verwende: nervös, ein bisschen, das Gespräch)

*Vor dem Gespräch bin ich* \_\_\_\_\_

4. Du kommst zu spät zu einem Treffen mit einem Freund in einem Café. Er wartet schon. Entschuldige dich und erkläre kurz, wie du dich fühlst. (Verwende: sich entschuldigen, es tut mir leid, nervös)

*Es tut mir leid,* \_\_\_\_\_

## **6. Schrijf 4 of 5 zinnen over uw werkdag of studiedag: Hoe voelt u zich, en waarom voelt u zich zo?**

*Ich bin heute ... / Ich fühle mich ..., weil ... / Bei der Arbeit bin ich oft ... / Manchmal bin ich sehr ..., aber nicht ...*

---

---

---

## **4. Belangrijke werkwoorden**

	<b>Lachen</b>	<b>Weinen</b>	<b>Lieben</b>
ich	lache	weine	liebe
du	lachst	weinst	liebst
er/sie/es	lacht	weint	liebt
wir	lachen	weinen	lieben
ihr	lacht	weint	liebt
sie	lachen	weinen	lieben