

A1.25 Emociones y sentimientos

Emoties en gevoelens

https://app.colanguage.com/nl/spaans/leerplan/a1/25



Bien	(Goed)	Enfadado	(Boos)
Mal	(Slecht)	Deprimido	(Depressief)
Feliz	(Blij)	Sorprendido	(Verrast)
Contento	(Tevreden)	Asustado	(Bang)
Triste	(Verdrietig)	Confundido	(In de war)
Aburrido	(Verveeld)	Sonreír	(Lachen / Glimlachen)
Cansado	(Moe)	Sentirse	(Zich voelen)
Tranquilo	(Rustig)	Enfadarse	(Boos worden)
Nervioso	(Nerveus)	Entender	(Begrijpen)

1. Dialoog: Emociones en el trabajo

Lucas: ¡Qué día tan largo! ¿Cómo te sientes?	(Wat een lange dag! Hoe voel je je?)
Sofía: Sinceramente, estoy nerviosa. Hay mucha presión con el proyecto y con los plazos.	(Eerlijk gezegd ben ik nerveus. Er is veel druk rond het project en de deadlines.)
Lucas: Lo entiendo. Yo también estoy un poco preocupado; la fecha de entrega se acerca rápidamente.	(Dat snap ik. Ik maak me ook een beetje zorgen; de deadline komt snel dichterbij.)
Sofía: Sí, y a veces tengo la sensación de que el jefe no valora nuestro trabajo. Eso me afecta bastante.	(Ja, en soms heb ik het gevoel dat de baas ons werk niet waardeert. Dat raakt me best wel.)
Lucas: A mí también. Me enfada un poco.	(Bij mij hetzelfde. Het maakt me een beetje boos.)
Sofía: Es verdad. Después del trabajo me cuesta relajarme. ¿Y a ti?	(Dat klopt. Na het werk kan ik moeilijk ontspannen. En jij?)
Lucas: A mí también. Me cuesta desconectar. Siempre pienso en este proyecto.	(Ik ook. Het is lastig om los te koppelen. Ik denk steeds aan dit project.)
Sofía: Al menos nos apoyamos y eso lo hace un poco más llevadero.	(In ieder geval steunen we elkaar en dat maakt het iets draaglijker.)
Lucas: ¿Vamos a descansar un rato en la cafetería?	(Zullen we even uitrusten in de cafetaria?)
Sofía: ¡Buena idea! Vamos.	(Goed idee! Laten we gaan.)

1. ¿Cómo se siente Sofía con el proyecto?

a. Está nerviosa por el proyecto.

c. Está sorprendida con el proyecto.

b. Está aburrida con el proyecto.

d. Está muy contenta con el proyecto.
2. ¿Qué piensa Sofía sobre el jefe?

a. Piensa que el jefe está muy tranquilo.

c. Piensa que el jefe está muy contento con todo.

b. Piensa que el jefe está confundido.

d. Piensa que el jefe no valora su trabajo.

1-a 2-d

2. Grammatica: Verschil tussen Ser vs Estar

We leren over het verschil en de verschillende gebruiken van de werkwoorden ser en estar.



1. "Ser" wordt gebruikt voor permanente kenmerken, identiteit, afkomst en beroep.
2. "Estar" wordt gebruikt voor tijdelijke toestanden, emoties, locatie en om over het weer te spreken.

Verbo (Werkwoord)	Uso (Gebruik)	Ejemplo (Voorbeeld)
Ser	Características permanentes (Permanente eigenschappen)	La mesa es ancha. (De tafel is breed.)
	Identidad (Identiteit)	Juan es abogado. (Juan is advocaat.)
	Origen/Nacionalidad (Oorsprong/Nationaliteit)	Tú eres española. (Jij bent Spaans.)
	Descripciones generales (Algemene beschrijvingen)	El cielo es oscuro. (De lucht is donker.)
Estar	Estado o condición temporal (Tijdelijke toestand of conditie)	Ella está cansada. (Zij is moe.)
	Ubicación (Locatie)	El libro está sobre la mesa. (Het boek ligt op de tafel.)
	Emociones (Emoties)	María está feliz hoy. (María is vandaag blij.)
	Condiciones temporales (Tijdelijke omstandigheden)	El camino está mojado. (De weg is nat.)

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.Oefeningen

1. Welzijnsenquête in het bedrijf (Audio beschikbaar in de app)



Woorden om te gebruiken: aburrida, cansado, contenta, mal, nervioso, enfadado, feliz, sonrien, tranquila, entiendo

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 mijn bedrijf hebben we vandaag een korte welzijnsenquête ontvangen. In de e-mail vraagt Personeelszaken: “Hoe voel je je vandaag op het werk?”. Veel collega's antwoorden. Ana is rustig en blij omdat het project goed verloopt. Luis is moe en een beetje nerveus vanwege een belangrijke vergadering. Marta verveelt zich en begrijpt de nieuwe taken niet goed.

De directeur schrijft dat hij blij is wanneer het team het goed doet. Hij zegt: “Als je je slecht, verdrietig of boos voelt, praat dan met je leidinggevende of met een vriend. Je staat er niet alleen voor.” Aan het einde van de e-mail glimlachen iedereen een beetje. De enquête is kort maar helpt om na te denken over hoe we ons op kantoor voelen.

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. Koppel elk begin aan het juiste einde.

- | | |
|----------------------------------|---|
| 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: Vandaag ben ik erg zenuwachtig vanwege de vergadering met de baas. **2-a:** Mijn collega is erg moe na twaalf uur werken. **3-d:** Ik ben blij want ik begrijp dit project eindelijk. **4-c:** De laatste tijd voel ik me somber en ik heb geen zin om eropuit te gaan.

3. Kies de juiste oplossing

1. Hoy _____ cansado, pero normalmente _____ una persona muy tranquila en el trabajo.
 a. soy / estoy b. estoy / soy c. está / es d. eres / estás
 (Vandaag ben ik moe, maar normaal ben ik op het werk een heel rustig persoon.)
 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
 (Bij belangrijke vergaderingen voel ik me erg nerveus en begrijp ik mijn collega's niet goed.)
 3. Hoy tu jefe _____ enfadado, pero normalmente _____ muy tranquilo con el equipo.
 a. estás / eres b. está / es c. están / son d. es / está
 (Vandaag is je baas boos, maar normaal is hij heel rustig met het team.)
 4. Después de la videollamada con su psicóloga, Ana _____ más contenta y _____ mejor que esta mañana.
 a. está / se sienta b. es / se siente c. está / se siente
 d. está / se sienten
 (Na de videogesprek met haar psychologe is Ana blijer en voelt ze zich beter dan vanmorgen.)
1. estoy / soy 2. me siento / entiendo 3. está / es 4. está / se siente

4. Voltooi de dialogen

a. Cansado después del trabajo

- Carlos (pareja):** *Hola, Lucía, hoy estoy muy cansado, el trabajo ha sido intenso.* (Hallo Lucía, ik ben vandaag erg moe; het werk was behoorlijk intens.)
- Lucía (pareja):** 1. _____ (Oei, wat vervelend — bij mij was het juist een rustige dag op kantoor.)
- Carlos (pareja):** *Pero ahora, contigo en casa, me siento mejor y más contento.* (Maar nu, thuis bij jou, voel ik me al een stuk beter en vrolijker.)
- Lucía (pareja):** 2. _____ (Fijn om te horen. Laten we even op de bank uitrusten en daarna eten.)

b. Nervioso antes de la presentación

- Marta (compañera de trabajo):** *Javier, estoy muy nerviosa; no me siento bien con esta presentación.* (Javier, ik ben erg nerveus; ik voel me niet op mijn gemak met deze presentatie.)
- Javier (compañero de trabajo):** 3. _____ (Ik ben ook een beetje gespannen, maar ik denk dat het goed zal gaan.)
- Marta (compañera de trabajo):** *No entiendo una parte; estoy confundida con la última diapositiva.* (Ik snap een deel niet; ik ben in de war over de laatste dia.)
- Javier (compañero de trabajo):** 4. _____ (Rustig maar, we lopen hem nu samen door en dan voelen we ons rustiger en zekerder.)

1. Vaya, lo siento; yo he tenido un día tranquilo en la oficina. 2. Me alegro; 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. Oefen in tweetallen of met je docent.

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 preocupes)

Yo estoy _____

6. Schrijf 4 of 5 zinnen over hoe jij je normaal voelt op je werk en leg uit waarom.

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. Belangrijke werkwoorden

	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