



A1.25 Emociones y sentimientos

- Druk je basisemoties uit.
 Beschrijf de emoties van anderen.

Aburrido	<i>(Verveeld)</i>	Sorprendido	<i>(Verbaasd)</i>
Cansado	<i>(Moe)</i>	Asustado	<i>(Geschrokken)</i>
Deprimido	<i>(Neerslachtig)</i>	Confundido	<i>(In de war)</i>
Enfadado	<i>(Boos)</i>	Triste	<i>(Verdrietig)</i>
Nervioso	<i>(Nerveus)</i>	Sentirse	<i>(Zich voelen)</i>
Tranquilo	<i>(Rustig)</i>	Sonreír	<i>(Glunderen)</i>
Contento	<i>(Tevreden)</i>	Entender	<i>(Begrijpen)</i>
Feliz	<i>(Gelukkig)</i>		

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

- 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 los plazos. *(Eerlijk gezegd ben ik nerveus. Er staat veel druk op het project en de deadlines.)*
- Lucas:** Lo entiendo. Yo también estoy preocupado; la fecha de entrega se acerca rápido. *(Ik begrijp het. Ik maak me ook zorgen; de afleverdatum komt snel dichterbij.)*
- Sofía:** Sí, y a veces tengo la sensación de que el jefe no valora lo suficiente nuestro trabajo. Eso me afecta mucho. *(Ja, en soms heb ik het gevoel dat de baas ons werk niet genoeg waardeert. Dat doet me veel.)*
- Lucas:** Sí, a mí también me enfada un poco. *(Ja, dat irriteert mij ook wel.)*
- Sofía:** Es verdad. Después del trabajo me cuesta relajarme. ¿Y a ti? *(Dat klopt. Na het werk vind ik het moeilijk om te ontspannen. En jij?)*
- Lucas:** A mí también me cuesta desconectar. Siempre pienso en este proyecto. *(Ik vind het ook moeilijk om los te koppelen. Ik denk steeds aan dit project.)*
- Sofía:** Al menos nos apoyamos, y eso lo hace un poco más llevadero. *(Tenminste steunen we elkaar, en dat maakt het toch iets draaglijker.)*
- Lucas:** ¿Descansamos 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 al hablar del proyecto?

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

2. ¿Qué hacen al final de la conversación?

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

1-a-2-d



2. Grammatica: Verschil tussen Ser vs Estar

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

- "Ser" wordt gebruikt voor permanente kenmerken, identiteit, herkomst en beroep.
- "Estar" wordt gebruikt voor tijdelijke toestanden, emoties, locatie en om over het weer te praten.

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

- 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. Oefeningen



1. Koppel elk begin aan het juiste einde.

- | | |
|--------------------------|---|
| 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. Enquête op het werk: Hoe voel je je vandaag? (Audio beschikbaar in de app)

Vul de lege plekken in: útil, contento, emociones, entiendo, estás, feliz, pensar, enfada, duermee

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.

Op mijn werk krijgen we elke vrijdag een e-mail met een korte enquête. Het bericht zegt: "Hola, ¿cómo estás hoy? Marca tus emociones". De opties zijn: blij, rustig, moe, nerveus, verdrietig of boos. Er is ook ruimte om een opmerking te schrijven.

Vandaag vink ik "blij" en "rustig" aan omdat het project goed gaat en ik de taken begrijp. Mijn collega Laura is een beetje nerveus en verdrietig: ze heeft veel druk en slaapt niet goed. De baas is tevreden over het team, maar soms wordt hij boos als we te laat bij de vergaderingen komen. Voor mij is deze enquête nuttig: hij helpt me nadenken over hoe ik me voel en om met mijn collega's te praten.

3. Luister naar de audiofragmenten en kies de juiste oplossing.



- ¿Cómo se siente la persona hoy en el trabajo?
(Hoe voelt de persoon zich vandaag op het werk?)
 - Está aburrída porque no tiene trabajo.
 - Está muy tranquila y relajada.
 - Está nerviosa por la reunión.
- ¿Cómo está él al final del día?
(Hoe voelt hij zich aan het einde van de dag?)
 - Se siente cansado y algo triste.
 - Se siente feliz y con energía.
 - Se siente sorprendido y nervioso.

4. Kies de juiste oplossing

1. Hoy _____ un poco nervioso porque la reunión es importante. *(Vandaag ben ik een beetje nerveus omdat de vergadering belangrijk is.)*
 a. estoy b. está c. soy d. eres
2. En este momento _____ cansado y no _____ bien las instrucciones. *(Op dit moment voel ik me moe en begrijp ik de instructies niet goed.)*
 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. *(Mijn collega is erg blij omdat het vandaag haar eerste werkdag bij het bedrijf is.)*
 a. está / está b. es / está c. está / es d. es / es

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

5. Rollenspel: Voltooi de dialogen



a. Compañeros en la oficina

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

Javier: *(Hoi Laura. Vandaag ben ik erg moe en een beetje verveeld op kantoor.)*

Compañera 1. _____

Laura:

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

Javier: *(Gisteren was de baas boos en ik was zenuwachtig, ik begreep het probleem niet.)*

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.*

(Ik begrijp je, Ana. Ik ben zelf ook een beetje bezorgd, maar jij studeert veel en ik ben trots op je.)

Hija Ana: 4. _____

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

(Goed zo, lieverd. Rust vanavond uit en morgen zul je rustiger en blijer zijn.)

Voorbeeldantwoorden:

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. Oefen in tweetallen of met je docent.

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.



Schrijf een passende reactie: *Hola Carlos, yo estoy... / Hoy me siento... / En el trabajo estoy...*

Belangrijke werkwoorden

yo

tú

él/ella/usted

nosotros/nosotras

vosotros/vosotras

ellos/ellas/ustedes

Sentirse (*zich voelen*)

Presente

me siento

te sientes

se siente

nos sentimos

os sentís

se sienten

Entender (*begrijpen*)

Presente

entiendo

entiendes

entiende

entendemos

entendéis

entienden