



## A1.25 Emotionen und Gefühle

- Wyraż swoje podstawowe emocje.
- Opisz emocje innych.

<b>Das Gespräch</b>	<i>(Rozmowa)</i>	<b>Lieben</b>	<i>(Kochać)</i>
<b>Das Glück</b>	<i>(Szczęście)</i>	<b>Sich entschuldigen</b>	<i>(Przepraszać)</i>
<b>Glücklich</b>	<i>(Szczęśliwy)</i>	<b>Ängstlich</b>	<i>(Zestresowany)</i>
<b>Ruhig</b>	<i>(Spokojny)</i>	<b>Gelangweilt</b>	<i>(Znudzon(y))</i>
<b>Lächeln</b>	<i>(Uśmiech)</i>	<b>Nervös</b>	<i>(Nerwowo)</i>
<b>Lachen</b>	<i>(Śmiać się)</i>	<b>Wütend</b>	<i>(Wściekły)</i>
<b>Weinen</b>	<i>(Płakać)</i>	<b>Traurig</b>	<i>(Smutny)</i>

### 1. Dialog: Jule berichtet ihrem Coach von ihrer Angst, vor Leuten zu sprechen.

- Paul:** Guten Tag, Jule. Was bringt dich heute zu mir? *(Dzień dobry, Jule. Co cię dziś do mnie sprowadza?)*
- Jule:** Ich bin heute sehr nervös. *(Dzisiaj jestem bardzo zdenerwowana.)*
- Paul:** Warum bist du so nervös? *(Dlaczego jesteś taka zdenerwowana?)*
- Jule:** Ich muss heute vor vielen Leuten sprechen. *(Dzisiaj muszę przemawiać przed wieloma ludźmi.)*
- Paul:** Wovor hast du Angst, wenn du vor Leuten sprichst? *(Czego się boisz, kiedy mówisz przed ludźmi?)*
- Jule:** Ich habe Angst, Fehler zu machen und dass andere besser sind als ich. *(Boję się popełnić błędy i tego, że inni są lepsi ode mnie.)*
- Paul:** Versuche, langsam zu sprechen und ruhig zu bleiben. *(Spróbuj mówić powoli i zachować spokój.)*
- Jule:** Das belastet mich sehr. *(To bardzo mnie obciąża.)*
- Paul:** Atme tief ein und bleib ruhig. *(Weź głęboki oddech i zachowaj spokój.)*
- Jule:** Danke. Das hilft mir ein bisschen. *(Dziękuję. To pomaga mi trochę.)*
- Paul:** Keine Angst. Du bist gut vorbereitet! *(Nie bój się. Jesteś dobrze przygotowana!)*

1. Warum ist Jule heute nervös?
  - a. Sie ist gelangweilt im Gespräch.
  - b. Sie ist traurig und möchte weinen.
  - c. Sie ist wütend auf Paul.
  - d. Sie muss heute vor vielen Leuten sprechen.
2. Was rät Paul Jule?
  - a. Sie soll lächeln und lachen, damit alle glücklich sind.
  - b. Sie soll langsam sprechen und ruhig bleiben.
  - c. Sie soll sich entschuldigen und sofort gehen.
  - d. Sie soll laut und schnell sprechen.

1-d 2-b

## 2. Gramatyka: Nie, bardzo, za, trochę z przymiotnikami i czasownikami

Te słowa zmieniają znaczenie przymiotnika lub czasownika.



1. Te słowa stoją bezpośrednio przed przymiotnikiem.
2. Przy czasownikach te słowa stoją zazwyczaj po odmienionym czasowniku.

Wort (Słowo)	Mit Adjektiv (Z przymiotnikiem)	Mit Verb (Z czasownikiem)
<b>nicht</b> (nie)	Der Junge ist <b>nicht glücklich</b> . (Chłopiec nie jest szczęśliwy.)	Ich <b>weine nicht</b> . (Ja nie płaczę.)
<b>sehr</b> (bardzo)	Das Mädchen ist <b>sehr nervös</b> . (Dziewczynka jest bardzo zdenerwowana.)	Sie <b>lacht sehr viel</b> . (Ona śmieje się bardzo dużo.)
<b>zu</b> (za)	Der Film ist <b>zu traurig</b> . (Ten film jest za smutny.)	Du <b>entschuldigst dich zu oft</b> . (Ty przepraszasz za często.)
<b>ein bisschen</b> (trochę)	Ich bin <b>ein bisschen wütend</b> . (Jestem trochę zły.)	Wir <b>lachen ein bisschen</b> . (My śmiejemy się trochę.)

1. Ich bin heute \_\_\_\_\_ glücklich.  
a. kein      b. nicht      c. keines      d. sehr
2. Vor dem Gespräch bin ich \_\_\_\_\_ nervös.  
a. zu      b. ein bisschen      c. ein bisschen      d. bisschen
3. Der Film ist \_\_\_\_\_ traurig.  
a. zu      b. nicht      c. ein bisschen      d. sehr
4. Du lachst \_\_\_\_\_.  
a. zu      b. keines      c. kein      d. nicht

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

### 3. Ćwiczenia



#### 1. Dopasuj każdy początek do właściwego zakończenia.

- |                              |                         |
|------------------------------|-------------------------|
| a. Ich bin vor dem Termin    | 1. nicht traurig.       |
| b. Nach dem Gespräch bin ich | 2. ein bisschen wütend. |
| c. Heute bin ich             | 3. glücklich.           |
| d. Sie lächelt und ist       | 4. sehr nervös.         |

**1-d:** Jestem przed terminem bardzo zdenerwowany. **2-a:** Po rozmowie jestem nie smutny. **3-b:** Dziś jestem trochę wściekły. **4-c:** Ona się uśmiecha i jest szczęśliwa.

#### 2. Ogłoszenie w biurze: krótka przerwa i nastrój (Audio dostępne w aplikacji)

**Wypełnij luki:** nervös, sehr, entschuldigen, Gespräch, wütend, ruhig, lächeln, traurig

Aushang Manchmal sind wir im Büro \_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_ oder \_\_\_\_\_ . Das ist normal. Bitte machen Sie dann eine kurze Pause: eine Minute ruhig atmen, Wasser trinken oder kurz ans Fenster gehen. Wer \_\_\_\_\_ gestresst ist, spricht bitte mit der Teamleitung.

Für gute Zusammenarbeit: Wir \_\_\_\_\_ , wenn es passt, und wir sprechen freundlich. Wenn ein \_\_\_\_\_ zu laut wird, sagen Sie: „Bitte leiser.“ Wenn Sie einen Fehler machen, \_\_\_\_\_ Sie sich kurz. So bleibt das Team \_\_\_\_\_ und die Arbeit gelingt besser.

*Ogłoszenie (dział personalny)*

*Czasami w biurze jesteśmy zdenerwowani, wściekli albo smutni. To normalne. Proszę wtedy zrobić krótką przerwę: przez minutę spokojnie oddychać, napić się wody albo na chwilę podejść do okna. Kto jest bardzo zestresowany, powinien porozmawiać z kierownictwem zespołu.*

*Dla dobrej współpracy: Uśmiechamy się, kiedy to pasuje, i mówimy uprzejmie. Jeśli rozmowa robi się zbyt głośna, proszę powiedzieć: „Proszę ciszej.“ Jeśli popełnisz błąd, krótko przeproś. Dzięki temu zespół pozostaje spokojny, a praca idzie lepiej.*



### 3. Posłuchaj fragmentów audio i wybierz poprawne rozwiązanie.

1. Warum ruft Laura an?

(Dlaczego Laura dzwoni?)

a. Sie ist glücklich und bleibt heute zu Hause.

b. Sie sagt, dass das Gespräch erst um zwölf Uhr ist.

c. Sie möchte, dass jemand sie zu einem Termin begleitet.

2. Wie fühlt sich Jonas nach dem Film?

(Jak czuje się Jonas po filmie?)

a. Er ist gelangweilt und geht schlafen.

b. Er ist sehr fröhlich.

c. Er ist traurig und möchte sich beruhigen.

### 4. Wybierz poprawne rozwiązanie

1. Vor dem Gespräch im Büro \_\_\_\_\_ ich nicht,  
ich bin sehr nervös.

(Przed rozmową w biurze nie śmieję się, jestem bardzo zdenerwowany.)

a. lache

b. lachen

c. lacht

d. lachst

2. Nach der Nachricht von meiner Familie \_\_\_\_\_  
sie ein bisschen.

(Po wiadomości od mojej rodziny ona trochę płacze.)

a. weine

b. weinst

c. weinen

d. weint

3. Wir \_\_\_\_\_ Deutschland, aber am Anfang sind  
wir ein bisschen ängstlich.

(Kochamy Niemcy, ale na początku jesteśmy trochę przestraszeni.)

a. liebst

b. lieben

c. liebe

d. liebt

1. lache 2. weint 3. lieben

### 5. Odegraj rolę: Uzupełnij dialogi

#### a. Wartezimmer vor dem Termin

Miriam

Entschuldigung, ist das hier der Termin um zehn Uhr?

(Patientin):

(Przepraszam, czy to tutaj jest wizyta o dziesiątej?)

Frau Becker

1. \_\_\_\_\_

(Patientin):

Miriam

Ich auch. Ich bin ängstlich, weil ich heute zum ersten Mal Blut lasse.

(Patientin):

(Ja też. Jestem przestraszona, bo dziś po raz pierwszy oddaję krew.)

Frau Becker

2. \_\_\_\_\_

(Patientin):



#### b. Verspätung im Büro entschuldigen

Jonas

3. \_\_\_\_\_

(Mitarbeiter):

**Frau Klein (Teamleiterin):** Okay. Ich war kurz wütend, aber jetzt bin ich ruhig.  
(Okej. Przez chwilę byłam zła, ale teraz jestem spokojna.)

**Jonas (Mitarbeiter):** 4. \_\_\_\_\_

**Frau Klein (Teamleiterin):** Gut. Kein Stress heute, wir schaffen das zusammen.  
(Dobrze. Dziś bez stresu, damy radę razem.)

### Przykładowe odpowiedzi:

1. Ja, genau. Ich bin ruhig, aber ein bisschen nervös. 2. Verstehe. Atmen Sie tief ein und lächeln Sie kurz – dann geht es oft besser. 3. Frau Klein, Entschuldigung, ich bin zu spät. Die S Bahn ist ausgefallen. 4. Danke. Ich bin noch nervös, aber ich kann jetzt anfangen.

## 6. Ćwiczenia w parach lub z nauczycielem.

1. Im Büro fragt dich eine Kollegin am Morgen: „Wie geht's dir?“ Antworte kurz und freundlich. (Nutzte glücklich, heute, danke)

---

2. In der Pause sieht ein Kollege still und nachdenklich aus. Frage nach und sag, wie er wirkt. (Nutzte: traurig, du, okay?)

---

## 7. WhatsApp

**Lara:** Hey! Wie geht's dir heute?

Du warst im Büro vorhin so **ruhig** und du hast gar nicht **gelächelt**. Bist du **traurig** oder **nervös**?

Und wie geht es Anna? Ich habe gesehen: Sie war ein bisschen **wütend**.

Hast du heute Abend Zeit für einen Kaffee?



**Napisz odpowiednią odpowiedź:** *Mir geht es heute (nicht) so gut / sehr gut. / Ich bin ein bisschen nervös, weil ... / Anna ist (nicht) glücklich / ein bisschen wütend, weil ...*

---



---

### Ważne czasowniki

	<b>Lachen</b> (śmiać się)	<b>Weinen</b> (płakać)	<b>Lieben</b> (kochać)
	Präsens	Präsens	Präsens
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