



A1.25 Emotionen und Gefühle

- Expressa as tuas emoções básicas.
- Descreve as emoções dos outros.

Das Gespräch	<i>(A conversa)</i>	Wütend	<i>(Zangado / com raiva)</i>
Das Glück	<i>(A sorte / a felicidade)</i>	Ruhig	<i>(Calmo)</i>
Glücklich	<i>(Feliz)</i>	Lächeln	<i>(Sorrir)</i>
Traurig	<i>(Triste)</i>	Lachen	<i>(Rir)</i>
Ängstlich	<i>(Apreensivo / ansioso)</i>	Weinen	<i>(Chorar)</i>
Gelangweilt	<i>(Entediado)</i>	Lieben	<i>(Amar)</i>
Nervös	<i>(Nervoso)</i>	Sich entschuldigen	<i>(Pedir desculpas)</i>

1. Diálogo: Jule berichtet ihrem Coach von ihrer Angst, vor Leuten zu sprechen. (QR: Áudio)



- Paul:** Guten Tag, Jule. Was bringt dich heute zu mir? *(Bom dia, Jule. O que a traz hoje até mim?)*
- Jule:** Ich bin heute sehr nervös. *(Hoje estou muito nervosa.)*
- Paul:** Warum bist du so nervös? *(Por que você está tão nervosa?)*
- Jule:** Ich muss heute vor vielen Leuten sprechen. *(Hoje eu preciso falar diante de muitas pessoas.)*
- Paul:** Wovor hast du Angst, wenn du vor Leuten sprichst? *(Do que você tem medo quando fala diante de pessoas?)*
- Jule:** Ich habe Angst, Fehler zu machen und dass andere besser sind als ich. *(Tenho medo de cometer erros e de que os outros sejam melhores do que eu.)*
- Paul:** Versuche, langsam zu sprechen und ruhig zu bleiben. *(Tente falar devagar e manter a calma.)*
- Jule:** Das belastet mich sehr. *(Isso me deixa muito sobrecarregada.)*
- Paul:** Atme tief ein und bleib ruhig. *(Respire fundo e mantenha a calma.)*
- Jule:** Danke. Das hilft mir ein bisschen. *(Obrigada. Isso me ajuda um pouco.)*
- Paul:** Keine Angst. Du bist gut vorbereitet! *(Não tenha medo. Você está bem preparada!)*

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

1-c-2-b

2. Gramática: “Não, muito, demais, um pouco” com adjetivos e verbos

Estas palavras mudam o significado de um adjetivo ou de um verbo.



1. Estas palavras vêm diretamente antes do adjetivo.
2. Com verbos, as palavras geralmente vêm depois do verbo conjugado.

Wort (Palavra)	Mit Adjektiv (Com adjetivo)	Mit Verb (Com verbo)
nicht (não)	Der Junge ist nicht glücklich . (O rapaz está não feliz.)	Ich weine nicht . (Eu não choro.)
sehr (muito)	Das Mädchen ist sehr nervös . (A rapariga está muito nervosa.)	Sie lacht sehr viel . (Ela ri muito.)
zu (demais)	Der Film ist zu traurig . (O filme é demasiado triste.)	Du entschuldigst dich zu oft . (Tu pedes desculpa demasiadas vezes.)
ein bisschen (um pouco)	Ich bin ein bisschen wütend . (Eu estou um pouco zangado/a.)	Wir lachen ein bisschen . (Nós rimos um pouco.)

1. Ich bin heute _____ glücklich. (Hoje não estou feliz.)
a. kein b. nicht c. keines d. sehr
2. Vor dem Gespräch bin ich _____ nervös. (Antes da conversa, estou um pouco nervoso.)
a. zu b. ein bisschen c. ein bisschen d. bisschen
3. Der Film ist _____ traurig. (O filme é triste demais.)
a. zu b. nicht c. ein bisschen d. sehr
4. Du lachst _____. (Você não ri.)
a. zu b. keines c. kein d. nicht

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

3. Exercícios

1. Associe cada início à sua terminação correta.

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

1-d: Estou antes do compromisso muito nervoso. **2-a:** Depois da conversa, eu estou não triste. **3-b:** Hoje eu estou um pouco bravo. **4-c:** Ela sorri e está feliz.



2. Aviso no escritório: Pequena pausa e clima (QR: Áudio)

Preencha as lacunas: nervös, sehr, entschuldigen, Gespräch, wütend, ruhig, lächeln, traurig



Aushang Manchmal sind wir im Büro (1) _____, (2) _____ oder (3) _____. Das ist normal. Bitte machen Sie dann eine kurze Pause: eine Minute ruhig atmen, Wasser trinken oder kurz ans Fenster gehen. Wer (4) _____ gestresst ist, spricht bitte mit der Teamleitung.

Für gute Zusammenarbeit: Wir (5) _____, wenn es passt, und wir sprechen freundlich. Wenn ein (6) _____ zu laut wird, sagen Sie: „Bitte leiser.“ Wenn Sie einen Fehler machen, (7) _____ Sie sich kurz. So bleibt das Team (8) _____ und die Arbeit gelingt besser.

Aviso (área do pessoal)

Às vezes estamos no escritório nervosos, zangados ou tristes. Isso é normal. Por favor, então faça uma pequena pausa: respirar calmamente por um minuto, beber água ou ir rapidamente até a janela. Quem estiver muito estressado, por favor fale com a liderança da equipe.

Para uma boa colaboração: Sorrimos quando for apropriado e falamos com gentileza. Se uma conversa ficar muito alta, diga: "Por favor, mais baixo." Se você cometer um erro, peça desculpas rapidamente. Assim a equipe permanece calma e o trabalho dá melhor certo.

(1) nervös, (2) wütend, (3) traurig, (4) sehr, (5) lächeln, (6) Gespräch, (7) entschuldigen, (8) ruhig

3. Ouça os fragmentos de áudio e escolha a solução correta. (QR: Áudio)

1. Warum ruft Laura an? (Por que a Laura está ligando?)
- | | |
|---|---|
| a. Sie ist glücklich und bleibt heute zu Hause. | b. Sie möchte, dass jemand sie zu einem Termin begleitet. |
| c. Sie sagt, dass das Gespräch erst um zwölf Uhr ist. | |
2. Wie fühlt sich Jonas nach dem Film? (Como o Jonas se sente depois do filme?)
- | | |
|--|--------------------------|
| a. Er ist gelangweilt und geht schlafen. | b. Er ist sehr fröhlich. |
| c. Er ist traurig und möchte sich beruhigen. | |



1-b 2-c

4. Escolha a solução correta

1. Vor dem Gespräch im Büro _____ ich nicht, ich bin sehr nervös. *(Antes da conversa no escritório, eu não rio, estou muito nervoso.)*
a. lachst b. lache c. lacht d. lachen
2. Nach der Nachricht von meiner Familie _____ sie ein bisschen. *(Depois da notícia da minha família, ela chora um pouco.)*
a. weint b. weinst c. weine d. weinen
3. Wir _____ Deutschland, aber am Anfang sind wir ein bisschen ängstlich. *(Nós amamos a Alemanha, mas no começo ficamos um pouco com medo.)*
a. lieben b. liebe c. liebt d. liebst

1. lache 2. weint 3. lieben

5. Roleplay - diálogos (QR: Áudio)



a. Wartezimmer vor dem Termin

- Miriam** *Entschuldigung, ist das hier der Termin um zehn Uhr?*
(Patientin): *(Com licença, a consulta das dez horas é aqui?)*
- Frau Becker** *Ja, genau. Ich bin ruhig, aber ein bisschen nervös.*
(Patientin): *(Sim, exatamente. Eu estou calma, mas um pouco nervosa.)*
- Miriam** *Ich auch. Ich bin ängstlich, weil ich heute zum ersten Mal Blut lasse.*
(Patientin): *(Eu também. Estou com medo, porque hoje vou tirar sangue pela primeira vez.)*
- Frau Becker** *Verstehe. Atmen Sie tief ein und lächeln Sie kurz – dann geht es oft besser.*
(Patientin): *(Entendo. Respire fundo e sorria um pouco — aí muitas vezes melhora.)*

1. Wie fühlt sich Miriam?
-

b. Verspätung im Büro entschuldigen

- Jonas** *Frau Klein, Entschuldigung, ich bin zu spät. Die S-Bahn ist ausgefallen.*
(Mitarbeiter): *(Sra. Klein, desculpe, estou atrasado. O trem suburbano foi cancelado.)*
- Frau Klein** *Okay. Ich war kurz wütend, aber jetzt bin ich ruhig.*
(Teamleiterin): *(Ok. Eu fiquei com raiva por um momento, mas agora estou calma.)*
- Jonas** *Danke. Ich bin noch nervös, aber ich kann jetzt anfangen.*
(Mitarbeiter): *(Obrigado. Ainda estou nervoso, mas agora posso começar.)*
- Frau Klein** *Gut. Kein Stress heute, wir schaffen das zusammen.*
(Teamleiterin): *(Bom. Sem estresse hoje, nós conseguimos isso juntos.)*

1. Warum sagt Jonas „Entschuldigung“?
-

6. Pratique em pares ou com o seu professor. (QR: IA+)

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



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

7. Escrita: WhatsApp (QR: IA+)

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?



Escreva uma resposta apropriada: *Mir geht es heute (nicht) so gut / sehr gut. / Ich bin ein bisschen nervös, weil ... / Anna ist (nicht) glücklich / ein bisschen wütend, weil ...*

Verbos importantes	Lachen (<i>rir</i>)	Weinen (<i>chorar</i>)	Lieben (<i>amar</i>)
ich	Präsens lache	Präsens weine	Präsens liebe
du	lachst	weinst	liebst
er/sie/es	lacht	weint	liebt
wir	lachen	weinen	lieben
ihr	lacht	weint	liebt
sie	lachen	weinen	lieben