

Instruções

1 Confira se os dados contidos na parte inferior desta capa estão corretos e, em seguida, assine no espaço reservado para isso.

Se, em qualquer outro local deste Caderno, você assinar, rubricar, escrever mensagem, etc., será automaticamente excluído do Vestibular.

Verifique se este Caderno contém 12 questões discursivas, distribuídas de acordo com o quadro a seguir:

2

Francês

3 Se o Caderno estiver incompleto ou contiver imperfeição gráfica que prejudique a leitura, peça imediatamente ao Fiscal que o substitua.

4 Será avaliado apenas o que estiver escrito no espaço reservado para cada resposta, razão por que os rascunhos não serão considerados.

5 Escreva de modo legível, pois dúvida gerada por grafia, sinal ou rasura implicará redução de pontos.

6 Interpretar as questões faz parte da avaliação; portanto, não adianta pedir esclarecimentos aos Fiscais.

7 Use exclusivamente a Caneta que o Fiscal lhe entregou. Em nenhuma hipótese se avaliará resposta escrita com grafite.

8 Utilize, para rascunhos, qualquer espaço em branco deste Caderno (exceto os reservados para as respostas) e não destaque nenhuma folha.

9 Você dispõe de, no máximo, quatro horas e meia para responder, em caráter definitivo, a todas as questões.

10 Antes de retirar-se definitivamente da sala, devolva ao Fiscal este Caderno.

Assinatura do Candidato: _____

O texto abaixo servirá de base para responder as questões de 1 a 3.

Sommes-nous faits pour aller bien?

Face aux difficultés, nous devenons grognons, égoïstes ou bagarreurs. Mais, bonne nouvelle, l'évolution nous incite aussi à être positifs.

Texte Frederika van Ingen

Cultiver des émotions agréables, se sentir confiant en l'avenir, être altruiste...Voici quelques ingrédients de base pour être heureux, confirmés par la psychologie positive. Nous savons tous intuitivement que ces états favorisent le bien-être, alors pourquoi est-ce si difficile de les développer au quotidien ?

D'abord sommes-nous tous égaux devant la capacité à cultiver ses états positifs ? Plusieurs études réalisées notamment sur de vrais et faux jumeaux ont déterminé la part des gènes dans notre capacité à être heureux. Résultat : nous l'héritons à 50%. Et parmi les 50% restants, 10% dépendent de conditions d'extérieures (famille, travail, argent, etc.) et 40% dépendent uniquement de nous-même.

Donc, même si notre « capital génétique bonheur » de base est faible, rien ne nous empêche d'optimiser ces 40%. Qu'est-ce qu'on attend alors pour être heureux ? « De mieux connaître le fonctionnement de notre cerveau et de ce que nous avons hérité de l'évolution », répond le médecin et psychothérapeute Thierry Janssen. Exemple: vous attendez dans une file pour acheter votre pain et un individu se faufile devant vous.

L'événement a duré deux secondes et vous en fait perdre trente au maximum. Pourtant, vous voilà agacé, en colère. Souffrez-vous d'une propension à cultiver le négatif ? Pas forcément. «Face à une difficulté, nous avons tendance à réagir par des émotions désagréables par une pensée négative», explique Thierry Janssen. «C'est un premier réflexe de survie.» En fait, si notre première réaction est souvent négative c'est pour mieux réagir dans l'instant. La peur ou la colère augmentent notre rythmique cardiaque, nos sécrétions hormonales, etc. Cette «négativité» immédiate constitue un avantage évolutif: elle a permis à nos ancêtres de réagir et de prendre la fuite ou de combattre devant un danger [...]

Aujourd'hui, les émotions négatives peuvent aussi avoir du bon: «La colère, par exemple, nous dit que quelque chose ne va pas. Il faut écouter. Mais si nous l'exprimons de façon agressive, elle devient négative. Le problème survient si nous restons 'coincés' dans l'état de celui qui subit l'émotion désagréable». Ainsi, si vous ressortez de la boulangerie en ressassant ce que vous venez de vivre et qu'on vous appelle pour annuler un rendez-vous, vous pouvez mal accueillir cette nouvelle, voire reporter votre colère sur votre interlocuteur «il faut se rappeler que l'évolution nous a programmés pour que les émotions négatives aient la priorité pour sauver notre peau, rappelle le psychiatre Christophe André, et que les émotions positives viennent ultérieurement». [...]

Des conclusions aujourd'hui confirmées : on sait que les émotions positives favorisent la créativité, la réceptivité aux nouvelles informations, la résolution de problèmes et une attitude plus ouverte aux autres et plus confiante: «Elles élargissent le répertoire des pensées et des actions de l'individu, pour lui permettre de construire des ressources pour sa survie à long terme», conclut Barbara Fredrickson, professeur de psychologie à l'Université de Caroline du Nord.

Ça m'intéresse, mars 2012 p 26-27 [Adaptado]

Questão 1

Qual é o resultado dos estudos citados no texto em relação à capacidade de o ser humano ser feliz?

Espaço destinado à Resposta

Fim do Espaço destinado à Resposta

Questão 2

Qual a explicação apresentada por Thierry Janssen para justificar nossas emoções negativas diante de situações desagradáveis?

Espaço destinado à Resposta

Fim do Espaço destinado à Resposta

Questão 3

Mencione três atitudes que, segundo a psicologia positiva, são necessárias para alguém ser feliz.

Espaço destinado à Resposta

Fim do Espaço destinado à Resposta

Não escreva neste espaço

A contracapa do livro "A euforia perpétua", de Pascal Bruckner, reproduzida abaixo, servirá de base para responder a questão 4.

Pascal Bruckner
L'Euphorie perpétuelle

Un nouveau stupéfiant collectif envahit les sociétés occidentales : le culte du bonheur. Soyez heureux ! Terrible commandement auquel il est d'autant plus difficile de se soustraire qu'il prétend faire notre bien. Comment savoir si l'on est heureux ? Et que répondre à ceux qui avouent piteusement : je n'y arrive pas ? [...]

J'appelle *devoir de bonheur* cette idéologie qui pousse à tout évaluer sous l'angle du plaisir et du désagrément, cette assignation à l'euphorie qui rejette dans l'opprobre ou le malaise ceux qui n'y souscrivent pas. Perversion de la plus belle idée qui soit : la possibilité accordée à chacun de maîtriser son destin et d'améliorer son existence. [...]

P. B.

www.livredepoche.com





Couverture : Giorgio De Chirico, *Hector et Andromaque*, 1912. Collection Mattioli, Milan. Bridgeman. © ADAGP, Paris 2002.

texte intégral

31 / 5230 / 3
5,00 € Prix France TTC

ISBN : 978-2-253-15230-9


9 782253 152309

BRUCKNER, Pascal. *L'euphorie perpétuelle*. 4e de couverture. Paris: Ed. Le Livre de Poche, 2002. [Adaptado]

Questão 4

Qual a crítica de Pascal Bruckner, em relação ao culto da felicidade?

Espaço destinado à Resposta

Fim do Espaço destinado à Resposta