

**PROVA GO - PROJETO DE VIDA - 2021C****Período:**14/06/2021 08:00 a 01/10/2021 23:59 (Horário de Brasília)**Status:**ENCERRADO**Nota máxima:**6,00**Gabarito:**Gabarito será liberado no dia 01/11/2021 00:00 (Horário de Brasília)**Nota obtida:**6,00**1ª QUESTÃO**

A autorresponsabilidade é essencial à autoestima e ao bem-estar, assim como é importante desenvolvermos um pensamento de afirmação sobre alguns itens. Analise as afirmações a seguir:

I - Sou responsável por minhas escolhas e meus atos.

II - Sou responsável pela realização dos meus desejos.

III - Sou responsável pelo nível de consciência com que trabalho.

IV - Sou responsável pelo nível de consciência com que vivo os meus relacionamentos.

É correto o que se afirma em:

ALTERNATIVAS

- ☐ I e II, apenas.
- ☐ III, e IV, apenas.
- ☐ I, II e III, apenas.
- ☐ I, II e IV, apenas.
- ☒ I, II, III e IV

2ª QUESTÃO

Definitivamente, devemos assumir a responsabilidade por nossa vida, por nosso desempenho, por nossos relacionamentos, por nossos resultados, evitando nos colocar como vítimas dos acontecimentos. Devemos ser o protagonista principal de nossas vidas, pois, a vida que temos levado é absolutamente o resultado de nossos pensamentos, comportamentos e ações.

Acerca da autorresponsabilidade avalie as asserções a seguir e a relação proposta entre elas:

I - Podemos definir autorresponsabilidade como a crença de que somos os únicos responsáveis pela vida que temos levado e dessa forma, também somos os únicos que podemos mudá-la. Ao assumirmos a responsabilidade pela nossa existência pessoal e profissional, reconhecemos de forma clara e objetiva que os outros seres humanos não existem para nos servir, muito menos para satisfazer nossas necessidades e atender nossas expectativas.

PORQUE

II - Se não estivermos satisfeitos com os resultados que temos obtido, a melhor alternativa é reconhecer o que está errado e redirecionar nossas escolhas e ações de forma autorresponsável, objetiva e consciente, pois os acontecimentos em nossas vidas não são coincidências, não são fatalidades do destino e muito menos somos vítimas de alguém.

Assinale a alternativa correta:

ALTERNATIVAS

- ☐ As asserções I e II, são proposições verdadeiras e a II não é uma justificativa da I.
- ☒ As asserções I e II, são proposições verdadeiras e a II é uma justificativa da I.
- ☐ A asserção I é uma proposição falsa e a II, uma proposição verdadeira.
- ☐ A asserção II é uma proposição falsa e a I, uma proposição verdadeira.
- ☐ As asserções I e II, são proposições falsas.

3ª QUESTÃO

Estruturar um projeto de vida não é uma tarefa fácil, e é muito comum as pessoas terem dúvidas sobre o que deve ser feito primeiro ou por onde devem começar. Nesta disciplina, estruturamos a construção do projeto de vida em três etapas. Avalie as afirmativas a seguir e classifique-as em (V) verdadeiro e (F) falso:

- () Mapeamento de estado atual: consiste em identificar uma série de informações e situações sobre o nosso momento atual de vida.
- () Mapeamento de estado desejável: pode ser entendido como lembranças de seu projeto de vida, pois representa tudo aquilo que você passou na sua vida e carreira profissional.
- () O mapeamento e definição do estado desejado, permite desenvolver uma visão clara e objetiva sobre o futuro de forma a qualificar e potencializar as ações e otimizar o tempo rumo aos resultados que se pretende alcançar.
- () Plano de ação: É o momento em que serão definidas quais iniciativas e providências serão tomadas de forma que as metas possam ser realizadas dentro dos prazos e em conformidade com o que foi estabelecido. O plano de ação passa a servir de base para a gestão do Projeto de Vida, permitindo monitorar prazos e a qualidade das ações propostas.

Assinale a alternativa que representa a sequência correta:

ALTERNATIVAS

- ☐ V-V-F-F.
- ☐ F-F-V-F.
- ☒ V-F-V-V.
- ☐ V-V-F-V.
- ☐ F-F-F-V.

4ª QUESTÃO

Quando buscamos a realização do projeto de vida buscamos também o equilíbrio em todas as áreas e isso se torna desafiador tendo em vista o ritmo de vida que levamos na atualidade. Sobre os pilares da vida assinale a alternativa correta:

ALTERNATIVAS

- ☐ O pilar emocional pode ser definido pela forma como você reage a seus desafios diários, pelo nível de ansiedade, angústia e depressão.
- ☐ O pilar profissional relaciona-se com a carreira profissional, seu crescimento e nível de desempenho avaliados por terceiros e também por você.
- ☐ O pilar financeiro retrata sua relação com dinheiro, considerando não somente quanto você ganha, mas também como você gasta, poupa ou investe.
- ☐ O pilar de saúde e bem estar refere-se ao seu estado de saúde, vitalidade e disposição física.
- ☒ Todas as alternativas estão corretas.

5ª QUESTÃO

Em alguns momentos passamos por situações de fracassos e erros no decorrer da vida e precisamos saber lidar com essas situações, pois compreendemos que o fato de não conseguir êxito em uma ou outra atividade não significa que devemos desanimar ou desistir, pelo contrário, precisamos pensar que é um resultado momentâneo e poderá ser revertido dependendo da forma como agirmos a partir dele. Diante de uma situação de fracasso ou erro algumas posturas podem ser consideradas e sobre isso assinale a resposta correta:

ALTERNATIVAS

- ☐ Condenar-se é um primeiro passo para reverter o resultado negativo, assim você pensa sobre o que errou.
- ☒ Criticar a situação e analisar seu desempenho pensando em como fazer diferente em uma próxima situação evitando responsabilizar os outros pelo seu fracasso.
- ☐ Justificar é uma postura que ajudará você a compreender o erro e assimilar para que não se repita.
- ☐ Reclamar ou se queixar pode nos ajudar a externalizar o descontentamento e isso é primordial no processo de buscar a melhoria.
- ☐ Todas as alternativas estão corretas.

6ª QUESTÃO

A roda da vida é uma ferramenta _____ que objetiva mapear como estão as principais áreas da vida da pessoa em um determinado momento, sendo composta por um _____ com diversas divisões. Cada _____ corresponde a um aspecto importante para se chegar a um equilíbrio pessoal. Assinale a alternativa que melhor completa as lacunas.

ALTERNATIVAS

- ☒ Simples, círculo, divisão
- ☐ Estruturada, triângulo, divisão
- ☐ Complexa, círculo, área
- ☐ Simples, triângulo, divisão
- ☐ Complexa, círculo, divisão