

**PROVA - GO - PROJETO DE VIDA - 53/2022****Período:**19/09/2022 08:00 a 24/09/2022 23:59 (Horário de Brasília)**Status:**ABERTO**Nota máxima:**6,00**Gabarito:**Gabarito será liberado no dia 24/10/2022 00:00 (Horário de Brasília)**Nota obtida:****1ª QUESTÃO**

O grande desafio da vida é perceber que devemos ter, na correria do dia a dia, a capacidade de administrar os estados de espírito com que atravessamos nossa rotina diária. Isso porque um projeto de vida não consiste em raros "grandes momentos" ou áreas específicas da vida, mas sim em milhares de pequenos momentos aos quais damos valor e significado. Acerca da espiritualidade analise as afirmações a seguir:

I - O termo espiritualidade coloca questões a respeito do significado da vida e da razão de viver, não se limitando a alguns tipos de crenças ou práticas.

II - A espiritualidade sempre foi considerada importante aliada das pessoas, principalmente em momentos de sofrimento.

III - Espiritualidade e religião são conceitos idênticos, podendo ser definidas como uma procura existencial de significado e sentido para questões complexas da vida.

IV - A espiritualidade por ser definida como uma busca pessoal para entender questões sobre a vida e seu sentido, sobre as relações com o sagrado ou transcendente, que pode ou não levar ao desenvolvimento ou formação de práticas religiosas.

**É correto o que se afirma em:****ALTERNATIVAS**

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

**2ª 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

**3ª 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.

**4ª 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.

5ª 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.

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