



UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE
INSTITUTO DE LETRAS E ARTES
PROVA DE PROFICIÊNCIA EM LEITURA
DE TEXTOS EM LÍNGUA ESTRANGEIRA

LÍNGUA ITALIANA
24 DE JUNHO DE 2023

Número de inscrição:

Tempo para a realização da prova: 2 horas e 30 minutos

Divulgação do resultado da prova: até 11 de julho

- Para cada questão objetiva, há apenas uma resposta correta.
- As respostas dissertativas, sempre referentes ao texto-base, devem ser redigidas em língua portuguesa e no limite das linhas.
- Questões rasuradas e/ou com caligrafia ilegível não serão corrigidas. Não é aconselhado o uso de corretivo líquido.
- Usar caneta azul ou preta.
- Dicionários impressos - monolíngues ou bilíngues - podem ser consultados. Dicionário *on-line* e outros equipamentos eletrônicos não são permitidos.
- Não é permitido emprestar material nem pedir emprestado.
- Ao final, o candidato pode levar o texto-base e o papel almaço.

**Affronta le avversità con fiducia:
Come impostare il difficile percorso di crescita necessario per non abbattersi**

01 Gli eventi che possono innescare una reazione di adattamento disfunzionale sono
02 molteplici, per esempio un lutto, la separazione, il divorzio, le malattie, la prigione, la
03 perdita del lavoro o un fallimento economico.

04 Occorre sottolineare che tali vissuti non si originano solo in presenza di eventi
05 avversi, ma anche conseguentemente ad alcuni cambiamenti (promozione lavorativa,
06 matrimonio, nascita di un figlio, ecc.), i quali, pur essendo considerati eventi lieti, non
07 sono tuttavia privi di un notevole impatto sulla vita di un individuo, sotto l'aspetto
08 pratico ed emotivo. Essi richiedono, infatti, la riorganizzazione delle proprie abitudini,
09 l'acquisizione di nuove competenze e la mobilitazione di maggiori energie psicofisiche.
10 Può accadere a chiunque di attraversare un periodo difficile a seguito di questi
11 accadimenti e non bisogna provarne colpa o vergogna. La capacità chiave necessaria
12 per rialzarsi dopo le "batoste" a cui la vita a volte ci espone è la resilienza, ovvero il
13 processo di adattamento alle avversità, a un trauma, a una tragedia, a una minaccia, o
14 a fonti significative di tensione.

15 Il termine è stato adattato in Psicologia, studiando i bambini che hanno subito gravi
16 traumi e scoprendo che queste sofferenze non sempre definiscono il destino dei futuri
17 adulti. Il neologismo "resilienza" deriva infatti dal campo della fisica, dove indica la
18 capacità di un materiale di resistere a forze dinamiche, come colpi o urti, assorbendo
19 l'energia prodotta deformandosi in modo elastico e riuscendo ad ammortizzare il colpo.

20 Ciò non vuol dire che una persona non viva difficoltà o angosce. Il dolore emotivo
21 e la tristezza sono comuni negli individui che hanno patito grandi avversità o traumi
22 nella propria vita, ma attraverso la resilienza sono in grado di superarli riuscendo a
23 dare un nuovo senso alla propria vita e limitando il dolore. La resilienza, inoltre, indica
24 anche la capacità di ricostruire un ambiente individuale, sociale e fisico, dove poter
25 "vivere bene". Esistono alcune caratteristiche mentali e comportamentali che possono
26 aiutare lo sviluppo della resilienza e un rapido recupero della serenità; una di queste è
27 senz'altro l'ottimismo, la disposizione stabile e generalizzata dell'individuo ad aspettarsi
28 risultati positivi in tutti gli ambiti di vita, mantenendo però saldo un forte realismo ed
29 evitando inutili fantasticherie. L'ottimismo serve a tutelarsi dal disagio, dalla sofferenza
30 fisica, psicologica, incrementando allo stesso tempo il benessere dell'individuo.

31 Inoltre, grazie a questa caratteristica, è possibile mantenere una maggiore lucidità:
32 in virtù di una visione più positiva, e tesa a sminuire gli ostacoli, questi non sono più
33 percepiti come insormontabili. È più facile, infatti, per le persone ottimiste, vedere
34 l'aspetto positivo di ogni evento, e questo le predispone a ricercare aiuto, appoggio
35 sociale. La persona pessimista, al contrario, tende a biasimare se stessa e gli altri
36 evitando di lavorare sul problema. Grande importanza riveste l'autostima. Credere in
37 sé aiuta ad affrontare i problemi: si è meno soggetti alle critiche e non si è condizionati
38 dalle proprie insicurezze o dalla paura del fallimento. La sicurezza ci rende in qualche
39 modo più forti e ci stimola ad affrontare anche le situazioni più drammatiche. La
40 flessibilità è altrettanto importante. In un mondo in rapida e continua evoluzione, risulta
41 fondamentale la capacità di adattarsi a situazioni estreme (le restrizioni durante il

42 periodo di pandemia Covid, la guerra, l'aumento del costo della vita, ecc.).

43 Per trovare la calma occorre accettare che non si può avere il controllo su tutto;
44 anche se non possiamo gestire determinate situazioni, potremo sempre e comunque
45 decidere come agire e reagire. Un altro fattore che facilita il recupero del benessere è
46 senza dubbio il supporto sociale: avere una base solida di affetto, solidarietà (parenti,
47 amici o *caregivers*) può fare la differenza. Avere qualcuno accanto ci rende più sicuri e
48 pronti ad affrontare nuove sfide, inoltre, essere ascoltati ci permette di sfogare e
49 superare il nostro dolore.

50 **Il disagio adolescenziale**

51 L'adolescenza è da sempre considerata una fase complicata di transizione dalla
52 fanciullezza all'età adulta. È la fase della vita durante la quale l'individuo conquista le
53 abilità e le competenze necessarie ad assumersi le responsabilità relative al futuro
54 stato di adulto e si conclude con l'avvento di quest'ultimo. Questo periodo, che può
55 iniziare anche molto presto (intorno agli 11/12 anni), prevede una costante evoluzione
56 e continue trasformazioni che spesso, dall'esterno, vengono scambiate per volubilità,
57 instabilità, squilibrio.

58 I ragazzi si trovano di fronte a tutta una serie di problemi nuovi, di trasformazioni
59 che suscitano ansia e conflitto: l'accelerazione della crescita fisica e il cambiamento di
60 aspetto del corpo (con tutte le conseguenti risonanze psicologiche); la maturazione
61 puberale; l'emergere della pulsione sessuale e le prime esperienze di innamoramento
62 (tanto intense quanto volubili). Da non dimenticare il mutamento dei rapporti con gli
63 adulti (generalmente peggiorativo o comunque più difficile), conseguente al bisogno di
64 autonomia psicologica e comportamentale, alla necessità di orientare la propria vita
65 affettiva anche su persone esterne al nucleo familiare.

66 L'adolescenza è, infatti, caratterizzata dalla comparsa di nuove dinamiche di
67 gruppo, talvolta difficoltose e fonte di intensi squilibri emotivi, quali il bisogno di
68 accettazione o affiliazione al gruppo dei pari, i rifiuti, le gelosie, lo spirito di emulazione,
69 ecc. E tutto questo senza contare che il turbamento che ne deriva talvolta si riverbera
70 anche sul rendimento scolastico, generando, a sua volta, ulteriori tensioni interne ed
71 esterne. I problemi posti da tutte queste trasformazioni, inoltre, si presentano di solito
72 quasi tutti insieme, e spesso quando il giovane non è ancora in possesso degli
73 strumenti psicologici necessari per poterli affrontare efficacemente. I rapidi e
74 consistenti cambiamenti causano una fase di disequilibrio in cui tutto viene rimesso in
75 discussione.

76 In questo momento della vita, gli interrogativi, i dubbi, i conflitti con i genitori
77 rappresentano uno stadio di passaggio e che non dovrà necessariamente costituire
78 una patologia. In alcuni casi, però, è proprio durante questa fase delicata della vita che
79 compaiono i primi sintomi di un disagio che può trasformarsi in un vero e proprio
80 disturbo psichico e, pertanto, non vanno sottovalutati. Va comunque evidenziato che
81 alcune psicopatologie hanno una componente ereditaria o comunque di base organica
82 e tendono a esordire proprio a cavallo tra l'adolescenza e la prima età adulta, come nel
83 caso del Disturbo Ossessivo Compulsivo, il Disturbo Bipolare o molti altri dello spettro
84 psicotico.

ZACCARO, P. Affronta le avversità con fiducia: Come impostare il difficile percorso di crescita necessario per non abbattersi. In: *Psicologia Facile*. Dez. 2022. [adaptação]

1. A falência econômica pode causar reações relacionadas a
 - a) luto.
 - b) divórcio.
 - c) adaptação.
 - d) separação.

2. Os eventos que requerem reorganização dos hábitos dos indivíduos são
 - a) os de culpa e vergonha.
 - b) os de impacto prático e emocional.
 - c) os violentos, como tragédias e ameaças.
 - d) os cotidianos, pois cada dia é um dia novo.

3. O autor indica características mentais e comportamentais que são importantes para o desenvolvimento de resiliência, dentre as quais está:
 - a) o otimismo.
 - b) o sofrimento.
 - c) a serenidade.
 - d) a sociabilidade.

4. O pronome “questi” (l. 32) refere-se a
 - a) *risultati* (l. 28)
 - b) *ostacoli* (l. 32)
 - c) *infatti* (l. 33)
 - d) *eventi* (l. 34)

5. Segundo o texto do parágrafo entre as linhas 43 e 49, quais desses fatores facilitam a recuperação do bem-estar?
 - a) O controle e a confiança.
 - b) A flexibilidade e o controle.
 - c) A autoestima e a aceitação.
 - d) A aceitação e o suporte social.

6. Entre as linhas 51 e 57, o autor reconhece uma dificuldade do período da adolescência. Qual é?
 - a) Os indivíduos têm dificuldades para desenvolver responsabilidade, dada a instabilidade do período.
 - b) Os indivíduos têm medo do futuro e das responsabilidades que deverão assumir, e isso os desequilibra.
 - c) Os indivíduos ainda não se sentem prontos para as transformações e instabilidades que podem ocorrer muito cedo.
 - d) Os indivíduos passam por transformações que frequentemente são interpretadas pelas outras pessoas como instabilidade e desequilíbrio.

Número de inscrição:

Nota final (a ser preenchida pela banca):

CIRCULE A ALTERNATIVA CORRETA EM CADA QUESTÃO

1.	A	B	C	D
2.	A	B	C	D
3.	A	B	C	D
4.	A	B	C	D
5.	A	B	C	D
6.	A	B	C	D

ESCREVA ABAIXO AS RESPOSTAS DE CADA QUESTÃO DISSERTATIVA

7. O que é dito sobre a origem do termo “resiliência”? De que área provém e o que significa em sua área de origem?

8. Conforme o texto, qual é a relação entre segurança e autoestima?

9. Mencione três das transformações que, segundo o autor, podem suscitar ansiedade e conflitos na adolescência.

10. O que é dito sobre adolescência e patologias?
