



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ – EDITAL 09/2019

Realização:



# EXAME DE PROFICIÊNCIA DE LEITURA EM LÍNGUA ESTRANGEIRA

DATA: 17/11/2019

HORÁRIO: das 14 às 17 horas

## CADERNO DE PROVA

Idioma:

**FRANCÊS**

Área de Pesquisa:

**(3) CIÊNCIAS HUMANAS, CIÊNCIAS SOCIAIS  
APLICADAS**

### LEIA ATENTAMENTE AS INSTRUÇÕES

- Esta prova é constituída de um texto em língua estrangeira e de 5 (cinco) questões abertas, as quais devem ser respondidas de acordo com o texto.
- É permitido o uso de dicionário impresso, sendo vedados trocas ou empréstimos de materiais durante a realização do Exame.
- As respostas deverão ser redigidas em Português e transcritas para a Folha de Respostas. Para isso, deve-se utilizar caneta esferográfica com tinta preta ou azul.
- A Folha de Respostas será o único documento válido para correção, não devendo, portanto, conter rasuras.
- Será Eliminado o candidato que se identificar em outro espaço além daquele reservado na capa da Folha de Respostas e/ou redigir as respostas com lápis grafite (ou lapiseira).
- Nenhum candidato poderá entregar o Caderno de Prova e a Folha de Respostas antes de transcorridos 60 minutos do início do Exame.
- Em nenhuma hipótese haverá substituição da Folha de Respostas.
- Ao encerrar a prova, o candidato entregará, obrigatoriamente, ao fiscal da sala, o Caderno de Prova e a Folha de Respostas devidamente assinada no espaço reservado para esse fim.

## **D'où vient le manque d'assurance ?**

La confiance en soi peut être définie simplement comme le jugement que l'on a de ses propres compétences. Que se passe-t-il donc lorsque cette confiance en soi vient à manquer ? Sur le plan comportemental, elle conduit à un « art du camouflage » dont les manifestations sont l'inhibition, l'indécision, la procrastination et les évitements. Sur le plan émotionnel, le manque de confiance se traduit par une tristesse (liée à la dévalorisation), de l'anxiété (liée à la peur de ne pas être la hauteur) et enfin de la honte (liée à la peur d'être mal jugé par les autres).

Lorsque le manque de confiance en soi est intense, permanent et instable, il peut être considéré comme une véritable pathologie. Les maladies les plus couramment rencontrées sont la phobie sociale généralisée, certaines dépressions, le trouble d'anxiété généralisée, des conduites addictives comme l'alcoolisme (boire pour se donner confiance et oser aborder les autres). Plusieurs causes ont été invoquées pour expliquer le manque de confiance en soi : Jerome Kagan a émis l'hypothèse d'un « tempérament inhibé (1) » qui serait inné. Des chercheurs ont pu établir des profils de comportements sociaux assez nets chez les enfants de moins de 36 mois (2) : les leaders, les dominants agressifs, les dominants craintifs, les dominés agressifs, les dominés craintifs.

### **Une construction qui dure toute la vie**

L'action des enseignants est également déterminante. Au cours d'une expérience très connue (3), on a séparé des élèves d'une classe primaire en deux groupes : l'un avec des enfants à fort potentiel, l'autre avec des enfants à potentiel plus faible. En fin d'année, les progrès furent nettement plus importants dans la classe à fort potentiel. Rien de surprenant ? Sauf que les enfants avaient en fait exactement le même potentiel : on avait simplement fait croire à leurs enseignants qu'une classe était à haut potentiel et l'autre à plus bas potentiel ! C'est l'attitude des professeurs qui a influencé les résultats.

Un autre facteur est à prendre en compte : les « bons copains ». Les observations cliniques nous montrent les traumatismes de l'enfance liés aux moqueries, aux humiliations et aux mises à l'écart dans les cours d'école. L'adolescence offre une deuxième chance. Si l'adolescent réussit à l'école ou dans des premières expériences amoureuses, la confiance en soi va pouvoir se reconstruire.

### **Le cercles vertueux de la réussite**

Les pensées négatives associées au manque de confiance en soi ont pour effet de produire un cercle vicieux de l'échec : le sentiment de ne pas être à la hauteur nous fait redouter l'échec et, dès lors, nous fait rester en retrait et freiner notre action. Finalement, on en vient à confirmer a posteriori nos échecs (« tu vois bien que tu n'es pas capable de... »), ce qui ferme le cercle vicieux. Mais les cercles peuvent tourner dans l'autre sens. Une thérapie peut aider à renverser le cercle vicieux : elle contribue à modifier les pensées négatives, à avoir une vision plus positive de soi-même, en aidant à agir progressivement et à améliorer les relations avec les autres. Le cercle vicieux peut devenir cercle vertueux.

Adaptado de : [https://www.scienceshumaines.com/d-ou-vient-le-manque-d-assurance\\_fr\\_34390.html](https://www.scienceshumaines.com/d-ou-vient-le-manque-d-assurance_fr_34390.html)



