

#CONQUISTANOESTUDO ▪ #DIA4SEMANA10

ENSINO MÉDIO ▪ 1º ANO

**LÍNGUA INGLESA**

Hello, dear student!

How are you doing? I hope you're fine!

Let's correct the questions we answered last week?

I hope you correctly answered all of them.

Remember it's important you compare your answers with ones you'll find in feedback, and understand why the other alternatives are wrong.

So, you'll learn much more.

Let's go together!

O texto que segue é base para as questões de 1 a 4.

## 'I need a minute (and a half)': counting to 90 and three other ways to handle your anger

Experts are divided over an initiative that encourages people to count away their rage. What other methods could help you in a moment of fury?

When Mike Fisher, the director of the British Association of Anger Management, read about Take:90, an initiative that encourages people to count for 90 seconds when they feel stressed to prevent them getting angry, he felt furious. "I work with extremely **angry people**. If you're as angry as **them**, waiting for 90 seconds isn't going to help," **he** says. The experts backing Take:90 argue that it takes 90 seconds for "**feelings of anger to disappear from the brain**" – but **this** could backfire for many people with an anger problem, says Prof Windy Dryden, the emeritus professor of psychotherapeutic studies at Goldsmiths, University of London: "For **some people**, it's fine, but **other people** will ruminate and at the end of the 90 seconds, **they** will be even more angry."

So, what can you do about your anger if the very idea of counting to 90 is making you twitch with rage? Therapy or an anger management programme can help – as can the following three approaches.

### Ask why you are angry

When you feel anger building, ask yourself: "What am I angry about?" Dryden says. "If you don't take responsibility for your anger, if you think the other person has made you angry, that's like walking up a hill with a stone tied to your leg."

### Get help

Develop a support network of at least eight people you can call when you feel anger rising, says Fisher. "Support is fundamental in managing anger – a listening ear can help you with your distress. But you don't want people to collude with you. You want them to say: hold on, what is your part in the drama? It's not about justifying the anger, rage and fury. You need **them** to hold you to account and say: maybe **the other person** has a point."

### Recognise physical signs

Milee Brambleby, a workplace mediator, says that, in order to have conversations rather than fights, it helps to recognise your personal physiological signs of anger. "My mouth sets like a steel trap – some people get a flush, others go cold, some get sticky palms. Then say to yourself: 'That has really pushed my buttons,' and to whomever has made you angry: 'I need to think before I respond, can you give me a minute?' Buy yourself the space to think and let things simmer down before you react.

Disponível em: <<https://www.theguardian.com/lifeandstyle/shortcuts/2018/aug/22/i-need-a-minute-and-a-half-counting-to-90-and-three-other-ways-to-handle-your-anger>>. Acesso em: 23 ago. 2018.

## QUESTÃO 1

**A raiva é um sentimento que acomete todos nós, em menor ou maior grau, com menor ou maior frequência. Considerando o conteúdo do texto a respeito desse tema, é correto afirmar que**

- a) depois de contar 90 segundos, algumas pessoas terão intensificado sua raiva.**
- b) depois de contar 90 segundos, todas as pessoas terão controlado sua raiva.
- c) após assumir a responsabilidade por sua própria raiva, você terá aumentado seu nível de estresse.
- d) após reconhecer que outra pessoa contribuiu para sua raiva, você terá encontrado uma forma de controlar a situação.
- e) após entrar em contato com algum amigo da sua rede de ajuda, as pessoas terão reduzido seu nível de raiva.

## COMENTÁRIOS DA QUESTÃO 1

- a) Conforme pode ser observado ao final do primeiro parágrafo do texto, no trecho **“For some people, it’s fine, but other people will ruminate and at the end of the 90 seconds, they will be even more angry”** (Para algumas pessoas, tudo bem, mas outras pessoas ruminarão e, ao final de 90 segundos, elas estarão com mais raiva ainda), o fato de contar 90 segundos funciona apenas para algumas pessoas.
- b) Verificar justificativa para a alternativa “a”.
- c) No item **“Ask why you are angry”**, podemos verificar que o texto nos traz uma informação exatamente inversa à apresentada na alternativa “c”, com a sentença condicional **“If you don’t take responsibility for your anger, if you think the other person has made you angry, that’s like walking up a hill with a stone tied to your leg”** (Se você não assume a responsabilidade por sua raiva, se você pensa que outra pessoa o causou raiva, é como subir uma colina com uma pedra amarrada à sua perna).
- d) Podemos retomar parte da justificativa apresentada para a alternativa “c” para descartar a alternativa “d”, uma vez que uma possível solução para o problema da raiva requer assunção da própria responsabilidade do sujeito que sente a raiva.
- e) O item **“Get help”** apresenta a sugestão de criação de uma rede de apoio com ao menos oito pessoas com quem podemos entrar em contato quando sentimos a raiva chegando. Porém, o texto não apresenta qualquer afirmação que nosso nível de raiva terá sido reduzido após entrarmos em contato com alguma dessas pessoas. Inclusive, Mike Fisher alerta que essas pessoas devem ser honestas conosco, nos fazendo perceber nossa parcela de responsabilidade na situação, o que, para algumas pessoas, pode ser motivo para aumento da raiva.

## QUESTÃO 2

Considerando aspectos de referenciação, considere T (true) ou F (false) para as assertivas que seguem.

- a) Os pronomes pessoais 'I' e 'he' têm o mesmo referente. ( V )
- b) O pronome pessoal 'them' tem 'angry people' como referente. ( V )
- c) O demonstrativo 'this' tem 'feelings of anger to disappear from the brain' como referente. ( F )
- d) O pronome pessoal 'them', destacado no primeiro capítulo e no item "Get help" do texto, tem o mesmo referente. ( F )
- e) O sujeito 'the other person' tem como referente um suposto rival daquele/daquela que está com sentimentos de raiva. ( V )

## COMENTÁRIOS DA QUESTÃO 2

- a) Verdadeiro. O pronome “I” compõe um discurso direto (destacado entre aspas) que, observado o período anterior a esse discurso, percebemos ser uma fala proferida por Mike Fisher. Neste caso, o pronome “I” tem por referente Mike Fisher (1ª pessoa do singular num discurso direto). Quanto ao uso do “he”, quem o faz é o autor do texto (jornalista do The Guardian), e o faz para referir-se a Mike Fisher (de quem o autor do texto usou o discurso direto). Então, podemos perceber que os pronomes “I” e “he” possuem o mesmo referente, Mike Fisher, como sujeito de primeira pessoa do singular no discurso direto, no primeiro caso, e sujeito de terceira pessoa do singular no segundo caso.
- b) Verdadeiro. Confirmamos essa resposta com base na fala de Mike Fisher. “I work with extremely **angry people**. If you’re as angry as **them**, waiting for 90 seconds isn’t going to help.” (Eu trabalho com **pessoas extremamente raivosas**. Se você é tão raivoso quanto **elas**, esperar 90 segundos não vai te ajudar). Percebemos que “**pessoas raivosas**” e “**elas**” possuem o mesmo referente, a saber, pessoas que trabalham com Mike Fisher.
- c) Falso. Vamos traduzir o trecho “The experts backing Take:90 argue that it takes 90 seconds for “**feelings of anger to disappear from the brain**” – but **this** could backfire for many people with an anger problem” para entendermos a resposta para a alternativa “c”: “Os especialistas responsáveis pelo Take:90 argumentam que é contar 90 segundos para que ‘**os sentimentos de raiva desapareçam do cérebro**’ – mas **isso** poderia ser um tiro que sai pela culatra para muitas pessoas com problemas de raiva”. Percebemos que o demonstrativo “**this**” (**isso**) tem como referente o fato de contar até 90, e não os sentimentos de raiva. Para melhor compreendermos, analisemos o predicado da sentença “could backfire” (poderia ser um tiro que sai pela culatra). Neste caso, o sujeito para esse predicado seria o fato de contar até 90, que, em vez de resolver o problema, poderia intensificá-lo.
- d) Falso. Como já analisado na alternativa “b”, o pronome “them” do primeiro parágrafo tem as pessoas que trabalham com Mike Fisher como referente. Vamos agora analisar o pronome destacado no item “Get help”, já discutido na alternativa “e” da QUESTÃO 1. “You need **them** to hold you to account and say...” (Você precisa **delas** para responsabilizá-lo e dizer...). Como já conhecemos o conteúdo do item “Get help”, sabemos que o pronome “elas” tem como referente as pessoas que devem compor nossa rede de apoio.
- e) Verdadeiro. Já conhecemos o conteúdo do item “Get help” e já sabemos qual a função que um componente de uma rede de apoio pode desempenhar quando entramos em contato com ele ou ela. Essa pessoa deve nos responsabilizar por nossa raiva e nos mostrar que a outra pessoa (**other person**), que supostamente provocou nossa raiva, talvez tenha certa razão (**has a point**).



## QUESTÃO 3

Considerando aspectos de referenciação, é correto afirmar, a respeito do pronome pessoal 'they' destacado no final do primeiro parágrafo do texto, que

- a) tem 'some people' como referente.
- b) tem 'other people' como referente.**
- c) tem 'some people' e 'other people' como referentes.
- d) tem um referente diferente de 'some people' e 'other people'.



## COMENTÁRIOS DA QUESTÃO 3

Utilizamos aqui o mesmo trecho usado para resposta e análise da alternativa “a” da QUESTÃO 1.

“For **some people**, it’s fine, but **other people** will ruminate and at the end of the 90 seconds, **they** will be even more angry” (Para **algumas pessoas**, tudo bem, mas **outras pessoas** ruminarão e, ao final de 90 segundos, **elas** estarão com mais raiva ainda).

Temos aí a citação de diferentes pessoas: aquelas que se acalmarão após contar até 90 e aquelas que ruminarão a situação. Neste caso, as que estarão com mais raiva ainda, após os 90 segundos, serão as que ruminarão a situação, ou seja, as **outras pessoas** (**other people**).

## QUESTÃO 4

**Considerando o discurso de Milee Brambleby, apresentado ao final do texto, é correto afirmar que**

- a) conversar ajuda a controlar os sintomas da raiva.
- b) ela prefere pensar um minuto antes de responder.
- c) ela costuma se recolher num espaço específico para pensar, até que as coisas se acalmem e ela possa reagir coerentemente.
- d) suas mãos ficam suadas quando ela está com raiva.
- e) sua boca enrijece quando ela está com raiva.**

## COMENTÁRIOS DA QUESTÃO 4

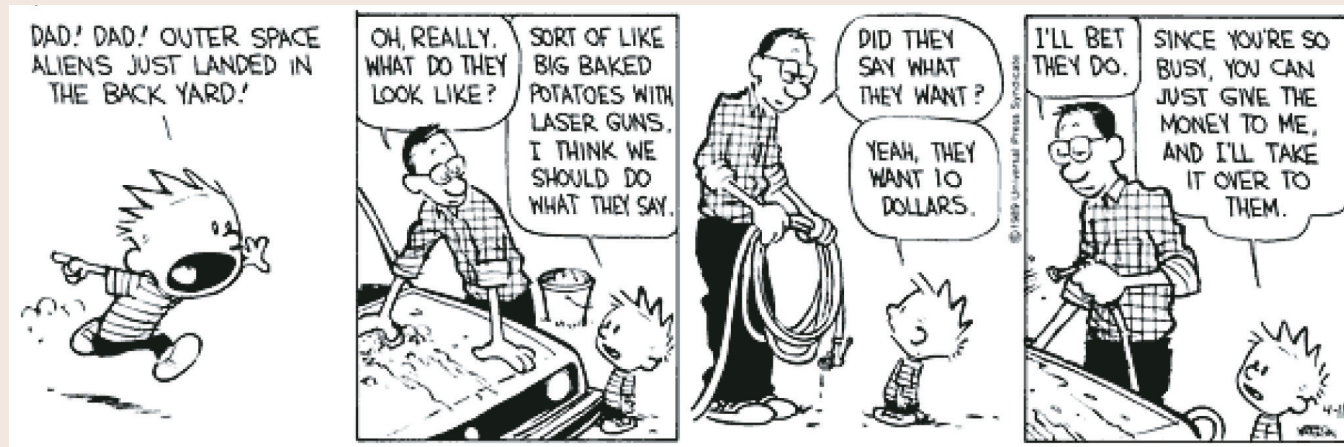
Façamos a tradução de todo o parágrafo para entendermos e identificarmos a resposta correta.

“Milee Brambleby, a workplace mediator, says that, in order to have conversations rather than fights, it helps to recognise your personal physiological signs of anger. “My mouth sets like a steel trap – some people get a flush, others go cold, some get sticky palms. Then say to yourself: ‘That has really pushed my buttons,’ and to whomever has made you angry: ‘I need to think before I respond, can you give me a minute?’ Buy yourself the space to think and let things simmer down before you react”

(Milee Brambleby [...] diz que, para que haja conversas em vez de brigas, ajuda reconhecer seus sinais psicológicos pessoais de raiva. “Minha boca enrijece como uma armadilha de ferro – algumas pessoas ficam vermelhas, outras ficam frias, outras ficam com as mãos suadas. Então diga a você mesmo: ‘Isso realmente me tirou do sério’, e para quem o tirou do sério: ‘Eu preciso pensar antes de responder, você pode me dar um minuto?’. Dê um espaço para você pensar e deixar as coisas esfriarem antes de reagir.)

- a) A partir do que Milee nos diz, é preferível antes se acalmar, para só depois conversar.
- b) Quando Milee diz “Eu prefiro pensar antes de responder”, ela o faz de uma maneira genérica, não necessariamente se referindo a ela.
- c) Mesma lógica apresentada para a alternativa “b”.
- d) As mãos suadas são apresentadas como exemplo de reação de outras pessoas, não de Milee.
- e) **Explícito em sua fala “My mouth sets like a steel trap”.**

# QUESTÃO 5



Disponível em: <<https://www.pinterest.cl/pin/371265563018474699/>>. Acesso em: 19 maio 2020.

## Tradução da tirinha

### Quadrinho 1

Calvin: Pai! Pai! Alienígenas espaciais acabaram de pousar no quintal!

### Quadrinho 2

Pai de Calvin: Sério? Como eles se parecem?

Calvin: Tipo umas batatas assadas com armas *laser*. Acho que deveríamos fazer o que eles dizem.

### Quadrinho 3

Pai de Calvin: Eles disseram o que eles querem?

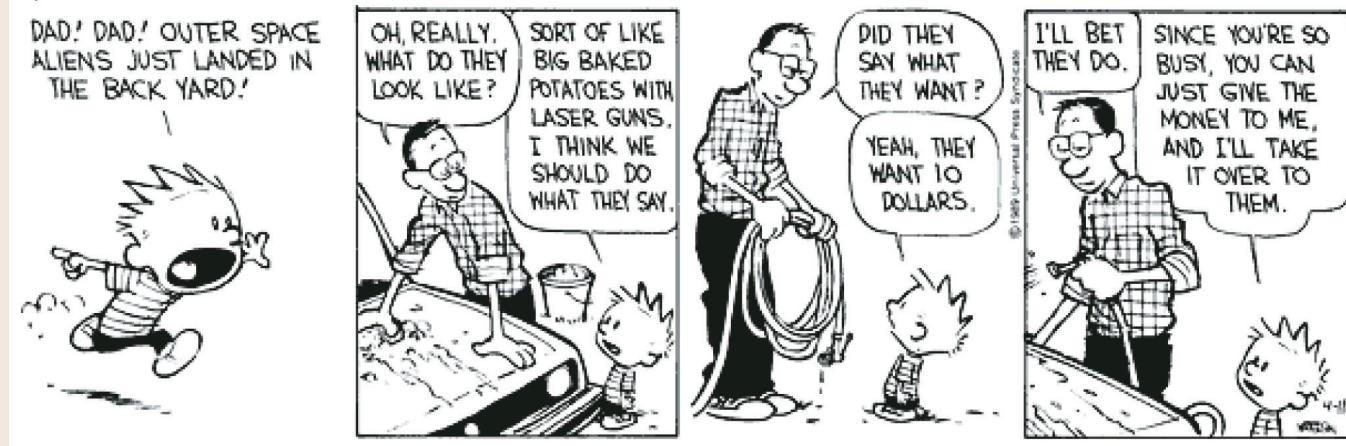
Calvin: Sim! Eles querem 10 dólares.

### Quadrinho 4

Pai de Calvin: Aposto que sim!

Calvin: Já que você está muito ocupado, você pode simplesmente me dar o dinheiro, e eu o darei todo a eles

## QUESTÃO 5



Disponível em: <<https://www.pinterest.cl/pin/371265563018474699/>>. Acesso em: 19 maio 2020.

**A partir da leitura da tirinha, é possível inferir que**

- a) há alienígenas no quintal de Calvin, e ele pede a seu pai que o ajude a se livrar-se deles.
- b) não há nenhum alienígena no quintal da casa do Calvin.**
- c) o pai do Calvin deseja fazer uma aposta com os alienígenas.
- d) o pai do Calvin acredita em alienígenas.
- e) os alienígenas do quinta do Calvin gostam de batatas assadas com armas *laser*.

## COMENTÁRIOS DA QUESTÃO 5

- a) A resolução desta alternativa já apresenta a resposta para a alternativa “b”. Conforme percebemos pela leitura da tirinha, não há qualquer alienígena no quintal de Calvin. O que ele quer, na verdade, é que seu pai lhe dê 10 dólares, e, para isso, inventa uma história com a qual espera enganar seu pai.
- b) Justificativa na alternativa “a”.**
- c) Quando o pai de Calvin diz “Eu aposto que sim”, na verdade, trata-se de uma resposta irônica à tentativa infantil de Calvin para conseguir 10 dólares.
- d) O pai de Calvin não acredita em alienígenas. O que ele fez, na verdade, foi dar subsídio para que Calvin continuasse com sua história, para ver aonde seu filho queria chegar com essa história de alienígena.
- e) Primeiramente, conforme já dito na alternativa “a”, não há qualquer alienígena do quintal de Calvin. Além disso, Calvin compara os supostos alienígenas com batatas assadas, e não diz que eles alienígenas gostam de batatas.

That's all for today!

On the next week, we'll study another subject and we'll have another text to read and learn about the theme it brings.

See you soon!