



## FOLLA DE IDENTIFICACIÓN DA PROBA ESCRITA

<b>Lugar da proba:</b>		<b>Data:</b>		<b>Nivel:</b>	<b>CELGA 3</b>
------------------------	--	--------------	--	---------------	----------------

### DATOS DA PERSOA CANDIDATA:

<b>Apelidos e nome:</b>					
<b>DNI / NIE / Pasaporte:</b>		<b>Nacionalidade:</b>			
<b>Data de nacemento:</b>	___ / ___ / _____	<b>Sexo:</b>	<input type="checkbox"/> Home	<input type="checkbox"/> Muller	
<b>Lugar de nacemento:</b>	<input type="checkbox"/> Galicia <input type="checkbox"/> Outras comunidades de España <input type="checkbox"/> Europa <input type="checkbox"/> América <input type="checkbox"/> África <input type="checkbox"/> Asia <input type="checkbox"/> Oceanía				
<b>Lugar de residencia:</b>	<input type="checkbox"/> Cidade <input type="checkbox"/> Vila <input type="checkbox"/> Aldea				
<b>Tipo de estudos cursados:</b>	<input type="checkbox"/> Universitarios <input type="checkbox"/> Secundarios <input type="checkbox"/> Primarios <input type="checkbox"/> Sen estudos				

Estes datos serán totalmente confidenciais. Empregaranse só para efectuar a análise psicométrica das probas de avaliación.

### INSTRUCCIÓNS PARA A PERSOA CANDIDATA:

- Lea detidamente as instrucións do exame antes de comezar a responder.
- Empregue bolígrafo negro ou azul.
- Non se permite usar material de apoio.
- Adecúese á tarefa que se lle pide.
- Axústese ao número de palabras que se lle pide. Valorarase negativamente que non chegue a ese número de palabras ou que se exceda demasiado.
- Non se lle proporcionará outro caderno de exame.
- Debe empregar as letras maiúsculas e as minúsculas segundo corresponda.
- Non utilice o seu nome real no texto da proba nin marque o exame con ningún sinal (por exemplo, non use típex).
- Terá que entregar os borradores ao final da proba. Estes borradores destruíranse e en ningún caso se valorarán.
- Non adecuarse a estas normas pode supor a anulación do exame ou obter unha cualificación negativa nalgún dos parámetros de avaliación.





# Celga

Certificado  
Lingua  
Galega

# 3







## Proba A1

---

Vostede escribe un blog e, despois de oír esta reportaxe na radio, pensa que sería interesante tratar o tema na súa publicación. Para isto, nun **texto de 300 palabras**, vostede ten que:

- Sintetizar as ideas expostas no audio e explicar por que lle parecen interesantes.
- Explicar en que consiste a “divulficción”.
- Expresar a súa opinión sobre esta visión do futuro.
- Valorar a importancia da intelixencia artificial na vida cotiá dentro de cincuenta anos.

NON ESCRIBA NESTA PÁXINA  
COMECE NA SEGUINTE

ESPAZO PARA ESCRIBIR A PROBA A1

A large, empty rectangular box with a thin black border, occupying most of the page below the text. It is intended for the student to write their answers for the exam.



ESPAZO PARA ESCRIBIR A PROBA A1

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for the student to write their answers for the A1 exam.

ESPAZO PARA ESCRIBIR A PROBA A1

A large, empty rectangular box with a thin black border, occupying most of the page below the text. It is intended for the student to write their answer to the exam question.



## Proba A2

Un amigo que traballa de mestre nun colexio cóntalle nun correo electrónico que ultimamente está moi esgotado, tristeiro e desmotivado. Despois de ler un artigo nun suplemento dominical, decide escribirlle un **correo electrónico**. En **300 palabras**, ten que:

- Explicarlle en que consiste a síndrome de Burnout.
- Describir os síntomas da síndrome e os factores que a provocan e expoñer por que pensa que o seu amigo a está a sufrir.
- Discrepar sobre a maneira en que o seu amigo afronta a situación e propoñerlle solucións.
- Suxerirlle algunha actividade que lle poida resultar beneficiosa.

De: [eu@correoelectronico.gal](mailto:eu@correoelectronico.gal)

Enviado: Mércores, 10 de maio de 2018

Para: [ti@correoelectronico.gal](mailto:ti@correoelectronico.gal)

Asunto: Desculpas

Ola, Paco!

Xa sei que ultimamente non nos vemos, pero é que non fago outra cousa que traballar. Estes últimos meses no colexio están sendo moi duros e véxome desbordado porque as obrigas non fan máis que acumularse por moito que traballe. Súmalle a esta situación que durmo pouco e que, cando consigo prender no sono, este non é nada reparador. Estou esgotado. O pouco tempo que me queda libre, péchome na casa para intentar descansar, a ver se así, e comecei a tomar unhas pastillas, seica feitas a base de herbas, que recomentan nunha páxina de internet.

Tan pronto teña un pouco máis de ánimo, chámote e quedamos.

Apertas,

Xoán

## Traballos que queiman

Profesorado e profesionais da Medicina son os principais grupos de risco da síndrome do queimado, unha afección do ámbito laboral que xera esgotamento, desmotivación e angustia.

Esgotamento progresivo, desmotivación para o traballo e cambios repentinos do estado de ánimo con sentimentos de tristura, pena, angustia, malestar psíquico e melancolía e pesimismo. A lista resume os síntomas que o psiquiatra Freudenberger atopou en 1974 nos traballadores dunha clínica para toxicómanos. Este cadro bautizouno como a síndro-

me de Burnout ou “queimado polo traballo”. Clasificada nun principio como exclusiva do ámbito sanitario, máis adiante púxose de manifesto que calquera traballador se pode ver afectado. Malia iso, os expertos seguen sinalando os profesionais sanitarios, amais de profesores e estudantes, como persoas de alto risco.

Esta modalidade de estrés crónico que se desenvolve en contextos laborais aféctalles a uns 43 millóns de traballadores na Unión Europea. Ademais, estímase que ten un custo de 20.000 millóns de euros, polo absentismo laboral e a diminución da produción.

A síndrome desenvólvese de xeito progresivo. O primeiro indicio é o estrés; logo, o suxeito vese desbordado polo traballo e, máis tarde, aparecen síntomas como tensión, fatiga, irritabilidade e nerviosismo, para rematar con trastornos da conduta e de relación no ámbito laboral e familiar. E, aínda que todas as



persoas están expostas aos factores que favorecen a súa aparición, só as máis vulnerables desenvolven a síndrome. Os datos sinalan como individuos de maior risco:

- Homes. Segundo os estudos, as mulleres toleran mellor as circunstancias desfavorables.
- Xente nova, debido á falta de estratexias de adaptación e enfrontamento.
- Persoas con alta sensibilidade emocional, autoesixentes, idealistas e perfeccionistas.
- Individuos que marcan para si obxectivos ambiciosos a curto prazo.
- Aqueles que non dispoñen de mecanismos de escapada fronte ao traballo. A síndrome rexistra unha menor incidencia entre persoas con relacións persoais estreitas (parella, fillos ou amigos).

Constatáronse, ademais, factores desencadeantes no ámbito laboral:

- Un emprego que non se axusta ás expectativas nin ao nivel profesional do traballador.
- Incomodidade no posto de traballo por malas condicións físicas e ergonómicas.
- Incorporación de novas tecnoloxías que derivan na perda de rol persoal e profesional.
- Aspectos internos de organización da empresa.

A síndrome, na etapa final, produce tal esgotamento emocional que aparece a despersonalización, estado no que o afectado se sente “separado” da contorna e da súa identidade e existencia física. Nestas condicións xorden síntomas psicosomáticos, como fatiga crónica, insomnio, cefaleas ou trastornos gastrointestinais; emocionais (irritabilidade, frustración, depresión, ansiedade, impaciencia ou afastamento afectivo); e problemas de conduta, como abuso de drogas, absentismo laboral, conflitos interpersoais e laborais, inseguridade, diminución do rendemento e episodios violentos.

## Diagnóstico

O diagnóstico baséase na sintomatoloxía e no coñecemento da situación laboral e da organización da empresa. Este último aspecto, coñecido como “saúde empresarial”, es-



cápalle en moitas ocasións ao médico de familia, así que adoita ser o médico de empresa o que está en mellores condicións de establecer un diagnóstico axeitado. Como a cobertura nas empresas de especialistas en saúde laboral é limitada, resulta habitual que non se aborden estes casos de xeito integral.

### **Terapia dual**

Unha vez diagnosticada a síndrome de Burnout, a terapia oríentase cara a dous niveis: individual e de grupo. Algunhas compañías nas que adoitan darse situacións que poderían favorecer a aparición desta síndrome ofrecen recomendacións para intentar aliviar as súas consecuencias, aínda que o habitual é que só se fixen no plano individual. Entre elas, están as seguintes:

- **Xerais**, dirixidas a mellorar o estado físico mediante o exercicio, unha alimentación axeitada e a eliminación de hábitos autodestrutivos.
- **Fisiolóxicas**, para reducir o malestar emocional e físico asociado ao estrés, mediante técnicas de relaxación.
- **Cognitivas**, que axudan a reorganizar o modo de percibir situacións estresantes e a identificar e modificar pensamentos irracionais.
- **Condutuais**, que perseguen instruír a persoa para que manifieste os seus sentimentos, desexos e necesidades, adestrala en habilidades sociais e axudala a identificar e a resolver problemas e a adecuar comportamentos e actitudes.

Texto adaptado da revista *Eroski Consumer*

**NON ESCRIBA NESTA PÁXINA  
COMECE NA SEGUINTE**

ESPAZO PARA ESCRIBIR A PROBA A2

A large, empty rectangular box with a thin black border, occupying most of the page below the text. It is intended for the student to write their answers for the 'PROBA A2' section.



ESPAZO PARA ESCRIBIR A PROBA A2

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for the student to write their answers for the A2 exam.

ESPAZO PARA ESCRIBIR A PROBA A2

A large, empty rectangular box with a thin black border, occupying most of the page below the text. It is intended for the student to write their answers for the 'PROBA A2' section.



PROBA PARA A OBTENCIÓN DO CERTIFICADO DE LINGUA GALEGA  
**CELGA**

**FOLLA DE REVISIÓN DA PROBA**

Apelidos e nome ou código da persoa que revisa a proba (3ª corrección):

	Adecuación				Cohesión e coherencia				Gramática				Léxico				Cualificación	
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	Apto/a	Non apto/a
A1																		
A2																		

Número de palabras proba A1:

Número de palabras proba A2:

Observacións:





## PROBA PARA A OBTENCIÓN DO CERTIFICADO DE LINGUA GALEGA CELGA

### FOLLA DE SUPERVISIÓN DA PROBA

Apelidos e nome ou código da persoa que supervisa a proba (2ª corrección):

	Adecuación				Cohesión e coherencia				Gramática				Léxico				Cualificación	
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	Apto/a	Non apto/a
A1																		
A2																		

Número de palabras proba A1:

Número de palabras proba A2:

Observacións:





## PROBA PARA A OBTENCIÓN DO CERTIFICADO DE LINGUA GALEGA CELGA

### FOLLA DE AVALIACIÓN DA PROBA

Apelidos e nome ou código da persoa que avalía a proba (1ª corrección):

	Adecuación				Cohesión e coherencia				Gramática				Léxico				Cualificación	
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	Apto/a	Non apto/a
A1																		
A2																		

Número de palabras proba A1:

Número de palabras proba A2:

Observacións:

