

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Тульский государственный университет»

Институт гуманитарных и социальных наук  
Кафедра «Психология»

Утверждено на заседании кафедры  
*психологии*  
«28» января 2021 г., протокол № 8

Заведующий кафедрой

Н.В. Шурова

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ) ДЛЯ  
ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И  
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО  
ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

**«Экстремальная психология»**

**основной профессиональной образовательной программы  
высшего образования – программы бакалавриата**

по направлению подготовки (*специальности*)  
**37.03.01 Психология**

с направленностью (профилем) (*со специализацией*)  
***Психология в социальной сфере***

Форма(ы) обучения: *очная, очно-заочная*

Идентификационный номер образовательной программы: 370301-01-21

Тула 2021 год

**ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ**  
**фонда оценочных средств (оценочных материалов)**

**Разработчик(и):**

Шуровой Н.В., канд. психолог. наук, доцент  
(ФИО, должность, ученая степень, ученое звание)



(подпись)

## **1. Описание фонда оценочных средств (оценочных материалов)**

Фонд оценочных средств (оценочные материалы) включает в себя контрольные задания и (или) вопросы, которые могут быть предложены обучающемуся в рамках текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю). Указанные контрольные задания и (или) вопросы позволяют оценить достижение обучающимся планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), установленных в соответствующей рабочей программе дисциплины (модуля), а также сформированность компетенций, установленных в соответствующей общей характеристики основной профессиональной образовательной программы.

Полные наименования компетенций представлены в общей характеристике основной профессиональной образовательной программы.

## **2. Оценочные средства (оценочные материалы) для проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)**

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-7 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-7.1).**

1. Совокупность факторов, влияющих на психологическое, состояние субъекта и затрудняющих выполнения им продуктивной деятельности в определенных условиях - это:

- а) сверхэкстремальные;
- б) особые;
- в) экстремальные;
- г) напряженные ситуации.

2. Напряженная ситуация - это:

- а) ситуативный или раздражающий феномен в виде возможных событий, связанных с напряжением;
- б) совокупность факторов, влияющих на психическое состояние субъекта и затрудняющих выполнение им продуктивной деятельности в определенных условиях;
- в) реакция на определенное событие;
- г) все ответы верны.

3. Существуют два основных типа реагирования на травму:

- а) отрицание травмы и паника из-за травмы
- б) отрицание травмы и состояние ступора из-за травмы
- в) отрицание травмы и застrevание в травме
- г) застrevание в травме и избегание травмы

4. Какие условия имеют высокую интенсивность и представляют реальную опасность для человека:

- а) особые;
- б) экстремальные;
- в) сверхэкстремальные;

5. Что не относится к признакам, характеризующим экстремальные факторы?

- а) форма или вид;
- б) место приложения;
- в) функциональное состояние;
- г) по степени опасности.

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-8 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-8.1).**

1. Кто из теоретиков не изучал механизмы ПТСР?
    - а) Моуэр;
    - б) Жане;
    - в) Горовец;
    - г) Питман.
  
  2. «В основе нарушения поведения людей впоследствии ПТСР: эмоциональное оценивание, повышенная возбудимость, сужение фокуса внимания, способствует наличию конфликтной способности индивида» (укажите, кто из авторов ссылается на данную точку зрения):
    - а) «теория научения» Моуэра;
    - б) «когнитивная теория» Питмана и Ланга;
    - в) «психодинамическая теория» Горовец;
    - г) «бихевиористическая теория» Уотсона.
  
  3. Кому приписывают авторство термина «стокгольмский синдром»?
    - а) Жане;
    - б) Биджерот;
    - в) Бэк;
    - г) Лазарус.
  
  4. Кабинеты социально-психологической помощи учреждений здравоохранения работают:
    - а) в дневное время
    - б) ежедневно и круглосуточно
    - в) в будни
  
  5. Какой метод психологической реабилитации заключается в оказании помощи по осознанию смысла жизни, смыслозначимых характеристик существования:
    - а) гештальт-терапия;
    - б) суггестивная психотерапия;
    - в) лого терапия;
    - г) трансактный анализ.
- Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-7 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-7.2).**
1. Какую задачу не решает психологическая реабилитация?
    - а) нормализация психического состояния;
    - б) оказание помощи в установлении конструктивных отношений с референтной группой;
    - в) уменьшение выраженности соматических проявлений;
    - г) гармонизация Я-образа со сложившейся социально-личностной ситуацией.
  
  2. К какой группе факторов риска относят проявления нейротизма, экстраверсии?
    - а) социально-средовые;
    - б) индивидуально-психологические;
    - в) биологические;
    - г) психодинамические.
  
  3. Причинами развития ПТСР могут стать: (выберите лишнее)
    - а) отбывание наказания в местах лишения свободы
    - б) перевод на другую должность
    - в) смерть близких людей
    - г) природные катастрофы

4. Ситуация, которая наименьшим образом скажется на психическом здоровье ребенка:
- помещение в чужую семью
  - нелюбовь родителя
  - направление в детское учреждение
  - госпитализация

5. К признакам психотравмы не относят:
- расстройство сна
  - навязчивость воспоминаний
  - вовлеченность
  - остановка развития личности

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-8 (контролируемый индикатор достижения компетенции ОПК-8.2).**

1. Какая группа факторов, приводящих к психотравматизации не входит в мультифакторную концепцию стресса А. Мэркера:

- свойства травмирующих факторов;
- генетическая предрасположенность;
- отсутствие защитных факторов;
- наличие факторов риска.

2. Самым распространенным фактором, влияющим на возникновение депрессии является:

- переживание отверженности в детстве
- разрыв отношений с близким человеком
- алкоголизм/наркомания
- генетическая предрасположенность

3. А. Е. Личко выделяет основную причину суицидов среди подростков:

- уязвленное чувство собственного достоинства
- состояние переутомления
- потеря любимого человека
- разрушение защитных механизмов личности в случаях употребления алкоголя/наркотиков

4. Самой главной деформацией страха смерти в сознании человека является:

- страх потери времени
- страх одиночества
- страх потери привязанности и любви
- страх деятельности

5. Какой блок с точки зрения А.А. Бека не входит в когнитивную триаду паттернов депрессивного самосознания:

- негативный образ себя;
- негативный текущий опыт;
- негативные альтернативы;
- негативный образ будущего

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-7 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-7.3).**

1. Автором термина «посттравматическое стрессовое расстройство» является:

- Horowitz;
- Da Costa;
- Kardiner.

2. Англоязычная аббревиатура «посттравматического стрессового расстройства»:
- PTSS;
  - PTSR;
  - PTSD.
3. Согласно психодинамическому подходу психотравма приводит к нарушению процесса:
- отреагирования;
  - символизации;
  - интеграции с другим жизненным опытом.
4. Преходящее расстройство, которое развивается у человека без каких-либо других проявлений психических расстройств в ответ на необычный физический или психический стресс и обычно стихает через несколько часов или 2-3 дня. Симптомы изменчивы и включают первоначальное состояние «ошеломления» с некоторым сужением области сознания и внимания (дезориентированностью), отдельные черты панического расстройства, может присутствовать частичная или полная амнезия на стрессовое событие:
- острая реакция на стресс.
  - посттравматическое стрессовое расстройство.
  - расстройство приспособительных реакций.
  - другие реакции на тяжелый стресс.
  - реакция на тяжелый стресс неуточненная.
5. Состояние субъективного дистресса и эмоционального расстройства, создающее трудности для общественной деятельности и поступков, возникающее в период адаптации к значительному изменению в жизни или стрессовому событию. Проявления очень вариабельны и включают подавленность настроения, настороженность или беспокойство (или комплекс этих состояний), ощущение неспособности справиться с ситуацией, запланировать все заранее или решить оставаться в настоящей ситуации, а также включает некоторую степень снижения способности действовать в повседневной жизни. Одновременно могут присоединяться расстройства поведения:
- острая реакция на стресс.
  - посттравматическое стрессовое расстройство.
  - расстройство приспособительных реакций.
  - другие реакции на тяжелый стресс.
  - реакция на тяжелый стресс неуточненная

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-8 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-8.3).**

- Контрольный вопрос:* Закономерности и особенности поведения людей в толпе в условиях экстремальных ситуаций.
- Контрольный вопрос:* Особенности профессиональных психологических кризисов у лиц, работающих в экстремальных ситуациях.
- Контрольный вопрос:* Психологическое отличие деятельности в экстремальных и чрезвычайных условиях от нахождения в них.
- Контрольный вопрос:* Организация системы психологического обеспечения деятельности лиц, работающих в экстремальных условиях.
- Контрольный вопрос:* Особенности проявления ПТСР у детей

**3. Оценочные средства (оценочные материалы) для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-7 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-7.1).**

- Контрольный вопрос:* Нормальные и экстремальные ситуации в жизни человека.

2. Контрольный вопрос: Психические состояния людей в экстремальных ситуациях
3. Контрольный вопрос: Поведение людей в экстремальных ситуациях.
4. Контрольный вопрос: Психологические механизмы адаптации к стрессовым ситуациям
5. Контрольный вопрос: Современные классификации кризисов

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-8 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-8.1).**

1. Копинг-стратегия совладания со стрессом в когнитивной сфере заключаются:

- а) активном поиске эмоциональной поддержки;
- б) действиях, направленных на изменение ситуации;
- в) действиях, направленных на преобразование себя;
- г) использовании вытеснения, как защитного механизма;
- д) принятия ситуации как чего-то неизбежного.

2. Наиболее уязвимы перед стрессовым воздействием:

- а) дети;
- б) родители;
- в) зрелые люди;
- г) женщины;-
- д) мужчины.

3. Какие чрезвычайные ситуации вызывают наиболее тяжелые последствия на психическое состояние людей:

- а) антропогенные;
- б) экологические; -
- в) техногенные;
- г) стихийные;
- д) неожиданные.

4. Какие чрезвычайные ситуации вызывают менее тяжелые последствия на психическое состояние людей:

- а) антропогенные; -
- б) экологические; -
- в) техногенные; -
- г) террористические; -
- д) природные.

5. К первой группе субъектов экстремальной ситуации относятся:

- а) специалисты;
- б) жертвы;
- в) сложившаяся экстремальная обстановка;
- г) очевидцы или свидетели;
- д) специальные мероприятия по ликвидации последствий экстремальной ситуации.

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-7 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-7.2).**

1. К первой стадии психических реакций жертв после катастрофы относят:

- а) альтруизм,
- б) героическое поведение,
- в) желание помочь другим людям;
- г) гнев,
- д) разочарование; -
- е) вытеснение;
- ж) угнетенность сознания;

3) психологическая отстраненность от ситуации.

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-8 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-8.2).**

1. *Контрольный вопрос* Каковы особенности психологического вмешательства в экстремальных ситуациях при ОСР и ПТСР.
2. *Контрольный вопрос* Закономерности и особенности поведения людей в толпе в условиях экстремальных ситуаций.
3. *Контрольный вопрос* Особенности профессиональных психологических кризисов у лиц, работающих в экстремальных ситуациях.
4. *Контрольный вопрос* Психологическое отличие деятельности в экстремальных и чрезвычайных условиях от нахождения в них.
5. *Контрольный вопрос* Какова организация системы психологического обеспечения деятельности лиц, работающих в экстремальных условиях.

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности компетенции ПК-7 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-7.3).**

1. При оказании психологической помощи человеку, находящемуся в состоянии истерики, необходимо:
  - а) обеспечить присутствие в его окружении большого количества людей;
  - б) вовлечь в интересную деятельность;
  - в) неожиданно совершить действие, которое может сильно удивить;
  - г) погрузить в транс;
  - д) говорить с ним о том, что его тревожит.
2. Как проявляются флешбеки:
  - а) снятся пугающие сны о прошлых опасных эпизодах жизни
  - б) мелочи, детали прошлого, способные полностью погрузить человека в ту атмосферу
  - в) навязчивые воспоминания, при которых человеку постоянно хочется говорить о прошлом
  - г) бессознательная переработка травматического опыта
3. Каких двух типов бывают триггеры (пусковые механизмы, дающие ход навязчивым травматическим воспоминаниям):
  - а) биологические и социальные
  - б) психологические и медицинские
  - в) прямые и опосредованные (косвенные)
  - г) прямые и переносные
4. Своеобразие экстренной психологической помощи определяются одним из следующих условий:
  - а) недостаточно отдельных помещений для работы;
  - б) состояние стресса пострадавших;
  - в) наличие собственного эмоционального напряжения психолога;
  - г) состояние депрессии пострадавших;
  - д) пролонгированность во времени и большое число психологических сеансов.
5. При оказании психологической помощи человеку, находящемуся в состоянии тревоги, необходимо:
  - а) изолировать его от информации о событиях, по поводу которых он тревожится;
  - б) удивить его;
  - в) расслабить;
  - г) вооружить необходимыми знаниями или умениями;
  - д) попытаться занять его умственным или физическим трудом.

**Перечень контрольных заданий и (или) вопросов для оценки сформированности**

**компетенции ПК-8 (контролируемый индикатор достижения компетенции ПК-8.3).**

1. *Контрольный вопрос:* Отдельные составляющие аутотренинга Шульца имеют противопоказания для отдельных контингентов лиц; среди них: - перечислить
2. *Контрольный вопрос:* Телесно-ориентированные методы психотерапии разрабатывались: кем?
3. *Контрольный вопрос:* Включение сознания во внутреннюю зону осознания имеет следующие цели:
4. *Контрольный вопрос:* Плавный медленный выдох вызывает:
5. *Контрольный вопрос:* Короткий выдох вызывает:
6. *Контрольный вопрос:* Чтобы снять напряжение с мышц можно:
7. *Контрольный вопрос:* Среди рекомендуемых техник безопасности при проведении статической релаксации имеется следующее:
8. *Контрольный вопрос:* Техники безопасности при проведении статической релаксации включают в себя следующие рекомендации:
9. *Контрольный вопрос:* Наибольшего эффекта релаксации можно добиться, проводя ее:
10. *Контрольный вопрос:* Какой может быть коррекционная программа по снятию напряжения у работников и по оптимизации психической деятельности человека.

