



Министерство здравоохранения Российской Федерации

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«Рязанский государственный медицинский университет  
имени академика И.П. Павлова»

Министерства здравоохранения Российской Федерации  
ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России

Утверждено решением ученого совета  
Протокол №10 от 21.05.2024 г

Комплект оценочных материалов по дисциплине	Психология экстремальных ситуаций и состояний
Образовательная программа	Основная профессиональная образовательная программа высшего образования - программа специалитета по специальности 37.05.01 Клиническая психология
Квалификация	Клинический психолог
Форма обучения	очная

Разработчик (и): кафедра общей и специальной психологии с курсом педагогики

ИОФ	Ученая степень, ученое звание	Место работы (организация)	Должность
М.Н. Котлярова	к.психол.н., доцент	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	доцент

Рецензент (ы):

ИОФ	Ученая степень, ученое звание	Место работы (организация)	Должность
М.Г. Гераськина	канд.психол.наук	ФГБОУ ВО РГУ им.С.А. Есенина	доцент
М.Н. Дмитриева	канд.пел.наук, доцент	ФГБОУ ВО РязГМУ им. И.П. Павлова	доцент

Одобрено учебно-методической комиссией по специальности Клиническая психология  
Протокол № 8 от 25.03. 2024 г.  
Одобрено учебно-методическим советом.  
Протокол № 7 от 25.04. 2024г.

## 1. Паспорт комплекта оценочных материалов

1.1. Комплект оценочных материалов (далее – КОМ) предназначен для оценки планируемых результатов освоения рабочей программы дисциплины (модуля).  
Психология экстремальных ситуаций и состояний.

1.2. КОМ включает задания для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.

Общее количество заданий и распределение заданий по типам и компетенциям:

<b>Код и наименование компетенции</b>	<b>Количество заданий закрытого типа</b>	<b>Количество заданий открытого типа</b>
<b>УК – 8</b> Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	40	20
<b>ОПК - 3</b> Способен применять надежные и валидные способы количественной и качественной психологической оценки при решении научных, прикладных и экспертных задач, связанных со здоровьем человека, в том числе с учетом принципов персонализированной медицины	40	20
<b>ОПК - 6</b> Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по семейному и групповому психологическому консультированию и неврачебной психотерапии как виду профессиональной деятельности клинического психолога	40	20
<b>Итого</b>	<b>40</b>	<b>20</b>

1.3. Дополнительные материалы и оборудование для выполнения заданий (при необходимости):

**2. Задания всех типов, позволяющие осуществлять оценку всех компетенций, установленных рабочей программой дисциплины (модуля) психология экстремальных ситуаций и состояний**

	№	Задание
		<b>Задания закрытого типа на установление последовательности или соответствия</b>
<p><b>УК – 8</b> Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p> <p><b>ОПК - 3</b> Способен применять надежные и валидные способы количественной и качественной психологической оценки при решении научных,</p>	1	<p>Определите правильную последовательность этапов оказания психологической помощи при экстремальной ситуации:</p> <p>а) Социальная реинтеграция  б) Оказание неотложной психологической помощи  в) Проведение диагностической оценки  г) Краткосрочная психотерапия  д) Долгосрочная психотерапия</p>
	2	<p>Определите правильную последовательность действий при обнаружении пожара:</p> <p>а) Сообщить в службу спасения  б) Оценить обстановку  в) Попытаться потушить пожар (если это безопасно)  г) Эвакуироваться из здания</p>
	3	<p>Прочитайте текст и установите соответствие.  Соотнесите виды стресса с их определениями:</p> <p>а) Физиологический стресс  б) Психологический стресс  в) Социальный стресс</p> <p>1. Стресс, вызванный физическими или биологическими факторами, такими как боль или усталость  2. Стресс, вызванный эмоциональными или когнитивными факторами, такими как тревога или страх  3. Стресс, вызванный взаимодействием с людьми, такими как конфликты или изоляция</p>
	4	<p>Определите правильную последовательность фаз стресса по Г. Селье:</p> <p>а) Фаза сопротивления  б) Фаза истощения  в) Фаза тревоги</p>
	5	<p>Прочитайте текст и установите соответствие.  Соотнесите стадии стресса по Г. Селье с их описаниями:</p> <p>а) Фаза тревоги</p>

<p>прикладных и экспертных задач, связанных со здоровьем человека, в том числе с учетом принципов персонализированной медицины</p> <p><b>ОПК - 6</b></p> <p>Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по семейному и групповому психологическому консультированию и не врачебной психотерапии как виду профессиональной деятельности</p>		<p>б) Фаза сопротивления</p> <p>в) Фаза истощения</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Стадия, на которой организм мобилизует свои ресурсы для борьбы с угрозой</li> <li>2. Стадия, на которой ресурсы организма истощаются, и он не может дальше сопротивляться</li> <li>3. Стадия, на которой организм адаптируется и сопротивляется стрессору</li> </ol>
	6	<p>Прочитайте текст и установите соответствие.</p> <p>Соотнесите виды стратегий копинга с их примерами:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а) Проблемно-ориентированный копинг</li> <li>б) Эмоционально-ориентированный копинг</li> <li>в) Социально-ориентированный копинг</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поиск социальной поддержки и помощь других людей</li> <li>2. Прямое решение проблемы или изменение ситуации</li> <li>3. Управление эмоциями, такими как релаксация или медитация</li> </ol>
	7	<p>Определите правильную последовательность этапов психологической адаптации к экстремальной ситуации:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а) Стадия шока</li> <li>б) Стадия осознания</li> <li>в) Стадия принятия</li> <li>г) Стадия восстановления</li> </ol>
	8	<p>Прочитайте текст и установите соответствие.</p> <p>Соотнесите основные этапы оказания первой помощи с их описаниями:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а) Оценка состояния пострадавшего</li> <li>б) Обеспечение безопасности места происшествия</li> <li>в) Вызов медицинской помощи</li> <li>г) Проведение необходимых реанимационных действий</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проверка сознания и дыхания пострадавшего</li> <li>2. Предотвращение дальнейших травм и обеспечение собственной безопасности</li> <li>3. Звонок в скорую помощь или другие службы экстренной помощи</li> <li>4. Проведение СЛР или других необходимых мер для поддержания жизни</li> </ol>
	9	<p>Прочитайте текст и установите соответствие.</p> <p>Соотнесите стадии формирования ПТСР с их характеристиками:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а) Наступление травматического события</li> <li>б) Острая реакция на стресс</li> </ol>

		<p>в) Промежуточная фаза (ослабление симптомов)</p> <p>г) Хронические симптомы ПТСР</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сильные эмоциональные и физические реакции сразу после события</li> <li>2. Постепенное снижение интенсивности симптомов</li> <li>3. Признаки длительных и устойчивых симптомов, таких как флешбеки и избегание</li> <li>4. Само травматическое событие, которое запускает развитие ПТСР</li> </ol>
	10	<p>Определите правильную последовательность стадий развития посттравматического стрессового расстройства (ПТСР):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а) Наступление травматического события</li> <li>б) Острая реакция на стресс</li> <li>в) Хронические симптомы ПТСР</li> <li>г) Промежуточная фаза (ослабление симптомов)</li> </ol>
	11	<p>Прочитайте текст и установите соответствие.</p> <p>Соотнесите виды социальной поддержки с их примерами:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а) Эмоциональная поддержка</li> <li>б) Информационная поддержка</li> <li>в) Практическая поддержка</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Предоставление информации, советов или инструкций</li> <li>2. Предоставление ресурсов или физической помощи</li> <li>3. Оказание эмоционального утешения и понимания</li> </ol>
	12	<p>Прочитайте текст и установите соответствие.</p> <p>Соотнесите виды экстремальных ситуаций с их примерами:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а) Природные катастрофы</li> <li>б) Техногенные катастрофы</li> <li>в) Социальные катастрофы</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Землетрясения, ураганы, наводнения</li> <li>2. Аварии на химических заводах, техногенные пожары</li> <li>3. Войны, террористические акты</li> </ol>
	13	<p>Определите правильную последовательность стадий оказания первой помощи при обмороке:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а) Проверка сознания</li> <li>б) Обеспечение доступа свежего воздуха</li> <li>в) Уложить пострадавшего горизонтально</li> </ol>

		г) Поднять ноги пострадавшего
	14	<p>Прочитайте текст и установите соответствие. Соотнесите стадии переживания горя по Кюблер-Росс с их описаниями:</p> <p>а) Отрицание б) Гнев в) Торг г) Депрессия д) Принятие</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ощущение гнева и несправедливости из-за утраты</li> <li>2. Период переговоров и попыток найти компромисс</li> <li>3. Эмоциональная боль и глубокая печаль</li> <li>4. Отказ принять реальность утраты</li> <li>5. Осознание и принятие произошедшего</li> </ol>
	15	<p>Прочитайте текст и установите соответствие. Соотнесите виды когнитивных искажений с их примерами:</p> <p>а) Катастрофизация б) Чёрно-белое мышление в) Избирательное внимание</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сосредоточение только на негативных аспектах ситуации</li> <li>2. Восприятие ситуации в крайних категориях, без полутонов</li> <li>3. Ожидание самого худшего исхода события</li> </ol>
	16	<p>Прочитайте текст и установите соответствие. Соотнесите методы управления стрессом с их техниками:</p> <p>а) Физические методы б) Психологические методы в) Социальные методы</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Медитация и визуализация</li> <li>2. Физические упражнения и йога</li> <li>3. Поиск поддержки и общения с близкими</li> </ol>
	17	<p>Определите правильную последовательность этапов проведения эвакуации из здания:</p> <p>а) Определение маршрута эвакуации б) Организация эвакуации</p>

		<p>в) Проверка эвакуационных выходов</p> <p>г) Сбор сотрудников в безопасной зоне</p>
	18	<p>Прочитайте текст и установите соответствие.</p> <p>Соотнесите виды стрессоров с их примерами:</p> <p>а) Острые стрессоры</p> <p>б) Хронические стрессоры</p> <p>в) Предсказуемые стрессоры</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Экзамены или публичные выступления</li> <li>2. Продолжительный конфликт на работе</li> <li>3. Ежедневные транспортные заторы</li> </ol>
	19	<p>Прочитайте текст и установите соответствие.</p> <p>Соотнесите методы профилактики травматического стресса с их описаниями:</p> <p>а) Обучение навыкам управления стрессом</p> <p>б) Предоставление социальной поддержки</p> <p>в) Обеспечение физической безопасности</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обучение техникам релаксации и саморегуляции</li> <li>2. Поддержка со стороны семьи, друзей, коллег</li> <li>3. Устранение или минимизация опасных условий</li> </ol>
	20	<p>Прочитайте текст и установите соответствие.</p> <p>Соотнесите виды реакций на стресс с их характеристиками:</p> <p>а) Физические реакции</p> <p>б) Эмоциональные реакции</p> <p>в) Поведенческие реакции</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Агрессия, избегание, или переедание</li> <li>2. Повышенное сердцебиение, потливость</li> <li>3. Чувство тревоги, депрессия</li> </ol>
		<b>Задания открытого типа с развернутым ответом</b>
	1	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: Дайте определение ПЭСС
	2	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: Объектами ПЭСС могут являться:
	3	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: Укажите основные направления ПЭСС
	4	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: Укажите предмет ПЭСС
	5	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: Дайте определение безопасности с точки зрения психологии

	6	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: Дайте определение безопасности с точки зрения социологии
	7	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: Дайте определение безопасности с точки зрения экологии
	8	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: Дайте определение безопасности с точки зрения экономики
	9	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: Укажите предмет психологии безопасности культуры
	10	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: Укажите предмет психологии безопасности образовательной среды
	11	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: Укажите предмет психологии безопасности труда
	12	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: Требования к обществу для безопасного функционирования в нем человека
	13	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: Какие группы критериев психологической безопасности выделяют?
	14	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: Назовите примеры критериев, относящихся к жизни и здоровью человека
	15	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ:
	16	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: Назовите примеры критериев, относящихся к психической активности человека
	17	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: Назовите примеры критериев, относящихся к личностным аспектам
	18	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: Какие существуют основания для классификации угроз безопасности?
	19	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: По степени вероятности угрозы безопасности подразделяются на
	20	Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ: Что такое реальная угроза?
		<b>Задания с выбором одного или нескольких ответов</b>
	1	Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных. Что такое экстремальная ситуация?  а) Ситуация, требующая срочного выбора б) Ситуация, требующая медицинской помощи в) Ситуация, характеризующаяся высокой степенью опасности и стресса г) Ситуация, связанная с работой спецслужб
	2	Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных.

		<p>Какой фактор НЕ влияет на безопасность личности в экстремальных ситуациях?</p> <p>а) Физическое окружение  б) Психологическое состояние  в) Навыки принятия решений  г) Конфессия</p>
	3	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных.  Какой из следующих примеров является примером социальной угрозы?</p> <p>а) Пожар в здании  б) Грабеж на улице  в) Дискриминация на рабочем месте  г) Вирусная инфекция</p>
	4	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных.  Что такое угроза в контексте психологии безопасности?</p> <p>а) Психическое расстройство  б) Физическая опасность  в) Возможность или вероятность причинения вреда  г) Социальная изоляция</p>
	5	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных.  Что из перечисленного НЕ относится к видам психологических угроз?</p> <p>а) Эмоциональное насилие  б) Угрозы физической расправы  в) Манипуляции  г) Преследование</p>
	6	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных.  К какой категории угроз относятся природные катастрофы?</p> <p>а) Психологические угрозы  б) Социальные угрозы  в) Экологические угрозы  г) Физические угрозы</p>
	7	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных.  Этот ученый в качестве мощной мотивационной силы рассматривал экзистенциальный конфликт между стремлением к свободе и стремлением к безопасности</p>

		<p>а) К. Гольдштейн  б) Э. Фромм  в) Г. Салливан  г) К. Роджерс</p>
	8	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных.  Что такое стратегии копинга?</p> <p>а) Способы избегания экстремальных ситуаций  б) Способы приспособления к стрессу и трудностям  в) Методы улучшения физической формы  г) Стратегии поведения</p>
	9	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных.  Какое из следующих действий может быть примером психологической угрозы?</p> <p>а) Преследование в Интернете  б) Ограбление дома  в) Землетрясение  г) Заражение инфекцией</p>
	10	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных.  Что подразумевает психологическая устойчивость?</p> <p>а) Способность находить решение в новой для индивида ситуации  б) Способность справляться с неблагоприятными условиями, сохраняя психическое равновесие  в) Способность выполнять физические упражнения  г) Способность избегать экстремальных ситуаций</p>
	11	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных.  Что из перечисленного может быть примером экологической угрозы?</p> <p>а) Война  б) Забастовка рабочих  в) Затопление города  г) Травля в школе</p>
	12	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных.  Какие виды стресса могут возникать в экстремальных ситуациях?</p> <p>а) Физиологический</p>

		б) Психологический в) Социальный г) Все вышеперечисленные
	13	Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных. При каких обстоятельствах стратегия положительной переоценки ситуации может быть адаптивна? а) При панической атаке б) В экстремальной ситуации в) В краткосрочной перспективе г) В долгосрочной перспективе
	14	Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных. Какие последствия могут быть вызваны психологическими угрозами? а) Физические травмы б) Финансовые убытки в) Эмоциональные и ментальные расстройства г) Политические конфликты
	15	Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных. Какие этапы включает в себя психологическая помощь после экстремальных ситуаций? а) Все варианты верны б) Оказание неотложной психологической помощи в) Проведение диагностической оценки г) Краткосрочная и долгосрочная психотерапия
	16	Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных. Какая особенность не будет способствовать эффективному поведению в экстремальных ситуациях? а) Решительность б) Спокойствие в) Способность к быстрому принятию решений г) Слабый тип нервной системы
	17	Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных. Что такое профилактика травматического стресса? а) Предотвращение физических травм б) Меры по предотвращению или уменьшению воздействия травматических событий на психику в) Лечение инфекционных болезней

		г) Обучение техникам самозащиты
	18	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных. Какие признаки могут указывать на развитие посттравматического стрессового расстройства?</p> <p>а) Повышенный аппетит б) Постоянная тревога в) Повторяющиеся воспоминания о событии г) Усиление физической силы</p>
	19	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных. Какие факторы могут способствовать развитию психологической устойчивости?</p> <p>а) Психологические ресурсы б) Социальная поддержка в) Опыт обучения и тренировок г) Все вышеперечисленные</p>
	20	<p>Прочитайте текст и выберите правильный ответ из предложенных. Какое значение имеет коммуникация в обеспечении безопасности личности в экстремальных ситуациях?</p> <p>а) Не имеет значения б) Имеет значение только для детей в) Важна для координации действий и поддержки г) Важна только для взрослых</p>