

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ ВЛАДИМИРА ДАЛЯ»

Институт философии  
Кафедра психологии и конфликтологии

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
« 13 »   
Скляр П. П.  
20 25 года

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
по учебной дисциплине

«Личность в критических ситуациях: психология деформации»  
37.04.01 Психология  
«Социальная психология»

Разработчик:  
доцент  Климова О.А.  
(подпись)

ФОС рассмотрен и одобрен на заседании кафедры психологии и  
конфликтологии

от « 11 » 23 2025 г., протокол № 8

Заведующий кафедрой  Бугеря Т. Н.  
(подпись)

Луганск 2025 г.

**Комплект оценочных материалов  
по дисциплине «Личность в критических ситуациях: психология  
деформации»**

**Задания закрытого типа**

**Задания закрытого типа на выбор правильного ответа**

*Выберите правильный ответ.*

1. Какой из следующих факторов наиболее сильно влияет на поведение личности в экстремальных условиях?

- А) Социальная поддержка
- Б) Уровень образования
- В) Возраст
- Г) Пол

Правильный ответ: А

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10

2. Какой психологический механизм чаще всего используется для преодоления стресса в экстремальных ситуациях?

- А) Проекция
- Б) Рационализация
- В) Регрессия
- Г) Сублимация

Правильный ответ: Г

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2

3. Какой тип личности чаще всего проявляет устойчивость в кризисных ситуациях?

- А) Невротический
- Б) Экстравертированный
- В) Интровертированный
- Г) Психопатический

Правильный ответ: Б

Компетенции (индикаторы): ОПК-7

4. Какой из следующих факторов может привести к деформации личности в экстремальных условиях?

- А) Высокий уровень стресса
  - Б) Наличие хобби
  - В) Поддержка друзей
  - Г) Позитивное мышление
- Правильный ответ: А
- Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ПК-2

5. Какой из следующих подходов наиболее эффективен для работы с личностью в условиях стресса?

А) Когнитивно-поведенческая терапия

Б) Психоанализ

В) Гуманистическая терапия

Г) Групповая терапия

Правильный ответ: А

Компетенции (индикаторы): ПК-2

6. Какой из следующих симптомов может указывать на посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР)?

А) Увеличение аппетита

Б) Чувство вины

В) Повышенная активность

Г) Снижение интереса к жизни

Правильный ответ: Г

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ПК-2

7. Какой из следующих факторов может способствовать адаптации личности в экстремальных условиях?

А) Изоляция

Б) Оптимизм

В) Пессимизм

Г) Негативное мышление

Правильный ответ: Б

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2

8. Какой из следующих методов является наиболее распространенным для оценки стресса у личности?

А) Наблюдение

Б) Опросники

В) Интервью

Г) Тестирование

Правильный ответ: Б

Компетенции (индикаторы): ОПК-10

### **Задания закрытого типа на установление соответствия**

*Установите правильное соответствие.*

*Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца.*

1. Установите соответствие между психологическими механизмами и их описанием.

Понятие	Характеристика
1) Копинг	A) возврат к более примитивным формам поведения
2) Адаптация	B) процесс, позволяющий справляться со стрессом
3) Диссоциация	B) отключение от реальности в ответ на травму
4) Регрессия	G) приспособление к новым условиям
Правильный ответ: 1-Б, 2-Г, 3-В, 4-А	
Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2	

3. Установите соответствие между типами стресса и их характеристиками.

Понятие	Характеристика
1) Острый стресс	A) долгосрочное воздействие стресса, приводящее к истощению
2) Хронический стресс	B) внезапное и интенсивное переживание стресса
3) Эпизодический стресс	B) повторяющиеся стрессовые ситуации, возникающие периодически
4) Травматический стресс	G) результат травматического события, вызывающего длительные последствия

Правильный ответ: 1-Б, 2-А, 3-В; 4-Г

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2

4. Установите соответствие между методами психологической помощи и их описанием.

Понятие	Характеристика
1) Психотерапия	A) фокус на изменении негативных мыслей и поведения
2) Групповая терапия	B) работа в группе для поддержки и обмена опытом
3) Когнитивно-поведенческая терапия	B) исследование бессознательных процессов и их влияния
4) Психоанализ	G) индивидуальная работа с терапевтом для решения личных проблем

Правильный ответ: 1-Г, 2-Б, 3-А, 4-В

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2

### **Задания закрытого типа на установление правильной последовательности**

*Установите правильную последовательность.*

*Запишите правильную последовательность букв слева направо.*

1. Установите правильную последовательность этапов реакции личности на стрессовую ситуацию:

- А) Принятие ситуации
- Б) Оценка угрозы
- В) Адаптация к условиям
- Г) Первоначальная реакция

Правильный ответ: Б, Г, А, В

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2

2. Установите правильную последовательность этапов психологической подготовки к экстремальным условиям:

- А) Обучение навыкам
- Б) Психологическая настройка
- В) Оценка рисков
- Г) Практическое применение

Правильный ответ: В, Б, А, Г

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2

3. Установите правильную последовательность стадий стресса:

- А) Хронический стресс
- Б) Острая реакция
- В) Психологическая дезадаптация
- Г) Период восстановления

Правильный ответ: Б, А, В, Г

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2

4. Установите правильную последовательность действий в кризисной ситуации:

- А) Оценка ситуации
- Б) Принятие решения
- В) Реализация плана
- Г) Анализ результатов

Правильный ответ: А, Б, В, Г

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2

### **Задания открытого типа**

#### **Задания открытого типа на дополнение**

*Напишите пропущенное слово (словосочетание).*

1. Психология безопасности личности – это область психологии, изучающая механизмы, стратегии и факторы, способствующие сохранению

психического и физического благополучия человека в условиях \_\_\_\_\_ и угрозы.

Правильный ответ: стресса

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2

2. Факторы, влияющие на восприятие угрозы в критической ситуации включают в себя \_\_\_\_\_ особенности личности, социальный контекст, необходимые знания.

Правильный ответ: индивидуальные

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2

3. \_\_\_\_\_ может помочь человеку сохранить психологическую безопасность в условиях стресса.

Правильный ответ: психологическая подготовка

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2

4. Последствия недостатка психологической безопасности в критических ситуациях может привести к развитию \_\_\_\_\_.

Правильный ответ: посттравматического стрессового расстройства (ПТСР)

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2

### **Задания открытого типа с кратким свободным ответом**

*Напишите пропущенное слово (словосочетание).*

1. Стресс может привести к ухудшению \_\_\_\_\_, снижению способности к анализу и принятию решений.

Правильный ответ: когнитивных функций

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2

2. Копинг-стратегии, такие как рационализация, позитивное переосмысление и социальная поддержка помогают справляться с \_\_\_\_\_ ситуациями.

Правильный ответ: кризисными

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2

3. Признаки, указывающие на то, что человек находится в состоянии психологической опасности – повышенная \_\_\_\_\_, агрессивное поведение, избегание социальных контактов.

Правильный ответ: тревожность

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2

4. Обучение навыкам стресс-менеджмента относится к психологической подготовке себя к возможной \_\_\_\_\_ ситуации?

Правильный ответ: критической

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2

## **Задание открытого типа с развернутым ответом**

1. Опишите, как стресс может влиять на личность человека в экстремальных условиях.

Время выполнения – 15 мин.

Ожидаемый результат: стресс в экстремальных условиях может вызывать изменения в поведении и эмоциональном состоянии личности. Например, человек может стать более агрессивным или, наоборот, замкнутым. В условиях стресса могут проявляться такие механизмы, как избегание, подавление эмоций или, наоборот, их чрезмерное проявление. Примеры включают солдат, испытывающих посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР), или людей, переживших природные катастрофы, которые могут испытывать тревогу и депрессию.

Критерии оценивания: частичное содержательное соответствие приведенному пояснению.

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2

2. Какие механизмы копинга могут использовать люди для преодоления экстремальных ситуаций?

Время выполнения – 15 мин.

Ожидаемый результат: люди могут использовать различные механизмы копинга, такие как: Активное решение проблем: Поиск решений и действий для улучшения ситуации. Эмоциональная поддержка: Обращение за помощью к друзьям или семье. Избегание: Уход от проблемы или игнорирование стресса. Примеры включают спасателей, которые работают в условиях катастроф и используют активные стратегии для помощи пострадавшим, или людей, которые прибегают к избеганию, чтобы справиться с травмирующими событиями.

Критерии оценивания: полное содержательное соответствие приведенному пояснению.

Компетенции (индикаторы): ПК-2

3. Как группа может влиять на личность в критических ситуациях?

Время выполнения – 15 мин.

Ожидаемый результат: группа может оказывать значительное влияние на личность человека в экстремальных условиях. Например, в ситуациях, требующих командной работы, таких как спасательные операции, поддержка и сотрудничество могут помочь индивидууму справиться со стрессом. Однако в некоторых случаях группа может способствовать негативным последствиям, например, через групповое давление или дезинформацию. Примеры включают команду военных, где сплоченность может помочь в выживании, или группы, которые могут поддаваться панике в кризисных ситуациях.

Критерии оценивания: полное содержательное соответствие приведенному пояснению.

Компетенции (индикаторы): ОПК-7, ОПК-10, ПК-2

4. Как экстремальные условия могут изменить личность человека?

Время выполнения – 15 мин.

Ожидаемый результат: экстремальные условия могут привести к значительным изменениям в личности человека. Например, некоторые люди могут стать более стойкими и уверенными в себе после преодоления трудностей, в то время как другие могут развить тревожные расстройства или депрессию. Примеры включают людей, переживших войны или катастрофы, которые могут стать более эмпатичными и отзывчивыми к страданиям других, или, наоборот, замкнутыми и недоверчивыми.

Критерии оценивания: полное содержательное соответствие приведенному пояснению.

Компетенции (индикаторы): ПК-2

### **Экспертное заключение**

Представленный фонд оценочных средств (далее – ФОС) по дисциплине «Личность в критических ситуациях: психология деформации» соответствует требованиям ФГОС ВО.

Предлагаемые формы и средства текущего и промежуточного контроля адекватны целям и задачам реализации основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 37.04.01 Психология

Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлены в полном объеме.

Виды оценочных средств, включенные в представленный фонд, отвечают основным принципам формирования ФОС.

Разработанный и представленный для экспертизы фонд оценочных средств рекомендуется к использованию в процессе подготовки обучающихся по указанному направлению.

Председатель учебно-методической комиссии  
института философии



С. А. Пидченко

## **Лист изменений и дополнений**

№п/п	Виды дополнений и изменений	Дата и номер протокола заседания кафедры (кафедр), на котором были рассмотрены и одобрены изменения и дополнения	Подпись (с расшифровкой) заведующего кафедрой (заведующих кафедрами)