



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 20.05.2025 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

ФИО	Ученая степень, ученое звание	Место работы (организация)	Должность
Котлярова М.Н.	канд. псих. наук, доц.	ФГБОУ ВО РязГМУ им. ак. И.П. Павлова	доцент

Рецензент (ы):

ФИО	Ученая степень, ученое звание	Место работы (организация)	Должность
Дмитриева М.Н.	канд. пед. наук, доц.	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	доцент кафедры математики, физики и медицинской информатики
Гераськина М.Г.	канд. психол. наук	РГУ имени С.А. Есенина	доцент

Одобрено учебно-методической комиссией по специальности Клиническая психология  
Протокол №9 от 21.04. 2025 г.

Одобрено учебно-методическим советом.  
Протокол № 5 от 24.04.2025 г.

## **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>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; <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	93
<b>Итого</b>	<b>40</b>	<b>93</b>

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

	<b>№</b>	<b>Задание</b>
<b>Задания закрытого типа на установление последовательности или соответствия</b>		
<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; <b>ОПК - 6</b> Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по семейному и групповому психологическому	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>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>Соотнесите стадии стресса по Г. Селье с их описаниями:</p> <p>а) Фаза тревоги б) Фаза сопротивления</p>

<p>консультированию и неврачебной психотерапии как виду профессиональной деятельности клинического психолога.</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>
<p>6</p>	<p>Соотнесите виды стратегий копинга с их примерами:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Проблемно-ориентированный копинг</li> <li>б) Эмоционально-ориентированный копинг</li> <li>в) Социально-ориентированный копинг</li> <li>1. Поиск социальной поддержки и помочь других людей</li> <li>2. Прямое решение проблемы или изменение ситуации</li> <li>3. Управление эмоциями, такими как релаксация или медитация</li> </ol>
<p>7</p>	<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>
<p>8</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> <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>
<p>9</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> <li>в) Промежуточная фаза (ослабление симптомов)</li> <li>г) Хронические симптомы ПТСР</li> <li>1. Сильные эмоциональные и физические реакции сразу после события</li> <li>2. Постепенное снижение интенсивности симптомов</li> </ol>

	<p>3. Признаки длительных и устойчивых симптомов, таких как флешбеки и избегание</p> <p>4. Само травматическое событие, которое запускает развитие ПТСР</p>
10	<p>Определите правильную последовательность стадий развития посттравматического стрессового расстройства (ПТСР):</p> <p>а) Наступление травматического события      б) Острая реакция на стресс      в) Хронические симптомы ПТСР      г) Промежуточная фаза (ослабление симптомов)</p>
11	<p>Соотнесите виды социальной поддержки с их примерами:</p> <p>а) Эмоциональная поддержка      б) Информационная поддержка      в) Практическая поддержка</p> <p>1. Предоставление информации, советов или инструкций      2. Предоставление ресурсов или физической помощи      3. Оказание эмоционального утешения и понимания</p>
12	<p>Соотнесите виды экстремальных ситуаций с их примерами:</p> <p>а) Природные катастрофы      б) Техногенные катастрофы      в) Социальные катастрофы</p> <p>1. Землетрясения, ураганы, наводнения      2. Аварии на химических заводах, техногенные пожары      3. Войны, террористические акты</p>
13	<p>Определите правильную последовательность стадий оказания первой помощи при обмороке:</p> <p>а) Проверка сознания      б) Обеспечение доступа свежего воздуха      в) Уложить пострадавшего горизонтально      г) Поднять ноги пострадавшего</p>
14	<p>Соотнесите стадии переживания горя по Кюблер-Росс с их описаниями:</p> <p>а) Отрицание      б) Гнев      в) Торг</p>

	<p>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. <u>Осознание и принятие произошедшего</u></li> </ol>
15	<p>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>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 в) Проверка эвакуационных выходов г) Сбор сотрудников в безопасной зоне</p>
18	<p>Соотнесите виды стрессоров с их примерами:</p> <p>а) Острые стрессоры б) Хронические стрессоры в) Предсказуемые стрессоры</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Экзамены или публичные выступления</li> <li>2. Продолжительный конфликт на работе</li> </ol>

	3. Ежедневные транспортные заторы
19	<p>Соотнесите методы профилактики травматического стресса с их описаниями:</p> <p>а) Обучение навыкам управления стрессом      б) Предоставление социальной поддержки      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>Соотнесите виды реакций на стресс с их характеристиками:</p> <p>а) Физические реакции      б) Эмоциональные реакции      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	<p><b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b>      Дайте определение ПЭСС</p>
2	<p><b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b>      Объектами ПЭСС могут являться:</p>
3	<p><b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b>      Укажите основные направления ПЭСС</p>
4	<p><b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b>      Укажите предмет ПЭСС</p>
5	<p><b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b>      Дайте определение безопасности с точки зрения психологии</p>
6	<p><b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b>      Дайте определение безопасности с точки зрения социологии</p>
7	<p><b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b>      Дайте определение безопасности с точки зрения экологии</p>
8	<p><b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b>      Дайте определение безопасности с точки зрения экономики</p>
9	<p><b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b>      Укажите предмет психологии безопасности культуры</p>

10	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Укажите предмет психологии безопасности образовательной среды
11	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Укажите предмет психологии безопасности труда
12	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Требования к обществу для безопасного функционирования в нем человека
13	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Какие группы критериев психологической безопасности выделяют?
14	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Назовите примеры критериев, относящихся к жизни и здоровью человека
15	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Назовите примеры критериев, относящихся к психической активности человека
16	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Назовите примеры критериев, относящихся к личностным аспектам
17	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Какие существуют основания для классификации угроз безопасности?
18	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> По степени вероятности угрозы безопасности подразделяются на
19	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Что такое реальная угроза?
20	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Что такое гипотетическая угроза?
21	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Классификация экстремальных и критических ситуаций
22	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Субъекты экстремальной ситуации
23	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Влияние экстремальных ситуаций на человека
24	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Понятие эмоционального состояния. Характеристики
25	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Стресс: история изучения, определение. Кривая развития стрессовой ситуации.
26	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Понятие о стрессоустойчивости
27	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Понятие экстремального психического состояния

28	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Психология стресса. Психические стрессоры. Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса
29	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Виды (уровни) реакций человека на стресс
30	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса.
31	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Психическая травма. Психогенные нервно-психические заболевания
32	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Конфликт как экстремальное психическое состояние психологического уровня
33	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Фruстрация как экстремальное психическое состояние психологического уровня
34	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Депривация как экстремальное психическое состояние психологического уровня
35	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Кризис как экстремальное психическое состояние психологического уровня
36	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Невротические кризисы
37	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Возрастные кризисы и их связь с экстремальными состояниями
38	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Травматические кризисы
39	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Переживание кризиса. Личность в кризисе
40	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Посттравматический стрессовый синдром. Диагностические критерии ПТСР.
41	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Психологические последствия ПТСР.
42	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Особенности ПТСР у детей
43	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Лечение ПТСР. Групповая психотерапия ПТСР
44	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Экстренная психологическая помощь; главные принципы и задачи
45	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b>

	Стрессогенные факторы, вызванные экстремальной ситуацией
46	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Организация психологической помощи на месте ЧС. Этапы и перечень экстренной психологической помощи
47	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Этические принципы специалиста-психолога при работе в ЧС
48	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Симптомы острой реакции на стресс (ОСР).
49	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Психические реакции при катастрофах. Стадии в динамике состояния людей после психотравмирующих ситуаций (по Решетникову В.В.)
50	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Методы, применяемые при оказании экстренной психологической помощи.
51	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Психологический дебriefинг
52	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Цели, методы и техники психологической помощи на отдаленных этапах после экстремальных ситуаций: работа с травмой
53	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Теории суицида
54	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Определение понятий: суицидальные действия, суицидальные попытки, суицидальная угроза. Факторы суицидальной опасности
55	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Основные характеристики суицида
56	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Суицидальные факторы
57	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Суицидальное поведение. Признаки. Оценка суицидального риска
58	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Основные принципы работы по предотвращению суицида
59	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Психологические стратегии, направленные на снижение риска суицида
60	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Консультирование суицидальных клиентов
61	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Постсуицидальное состояние

62	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Профилактика повторных суицидов
63	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Особенности суицидального поведения детей и подростков
64	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Понятие и виды насилия: физическое, психологическое, сексуальное, домашнее
65	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Цикл насилия
66	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Признаки насилия у детей и подростков
67	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Последствия насилия. Последствия насилия у детей
68	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Методы психологической помощи пострадавшим от насилия
69	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Особенности консультирования жертв семейного и сексуального насилия
70	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Понимание жизни и смерти в экзистенциально-гуманистической парадигме
71	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Понятие и виды потери. Картина острого горя. Задачи горевания
72	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Этапы «нормального» горевания
73	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Патологическое (осложненное) горевание
74	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Основные принципы работы с клиентом, переживающим горе
75	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Особенности психологической помощи детям, переживающим утрату
76	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Паллиативная терапия
77	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Стадии реагирования на неблагоприятный диагноз по Э. Кублер-Росс
78	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Психологические реакции разных типов больных на поздних стадиях заболевания (по А. В. Гнездилову)
79	<b>Прочитайте текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Психологическая помощь терминальным больным

80	<b>Прочтите текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Психологическая поддержка родственников терминальных больных до и после смерти
81	<b>Прочтите текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Психологические аспекты терроризма
82	<b>Прочтите текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Типологии терроризма
83	<b>Прочтите текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Психический терроризм и манипулирование
84	<b>Прочтите текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Профессиональное здоровье сотрудников МЧС
85	<b>Прочтите текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Профессиональные деформации и деструктивно важные качества сотрудников МЧС
86	<b>Прочтите текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Синдром эмоционального выгорания у сотрудников МЧС
87	<b>Прочтите текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Методы измерения стресса и «синдрома выгорания» в профессиональной деятельности сотрудников МЧС
88	<b>Прочтите текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Потребности психологов-консультантов, работающих с кризисными клиентами
89	<b>Прочтите текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Понятие вторичной травмы. Признаки и оценка вторичной травматизации
90	<b>Прочтите текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Факторы преодоления вторичной травматизации (по Ю.Даниелю) специалистов МЧС
91	<b>Прочтите текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Профилактика синдрома профессионального выгорания у сотрудников МЧС
92	<b>Прочтите текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Система профилактики профессиональных деструкций у сотрудников МЧС
93	<b>Прочтите текст и дайте развернутый обоснованный ответ</b> Методы и приемы саморегуляции как профилактика синдрома профессионального выгорания у сотрудников МЧС
	<b>Задания с выбором одного или нескольких ответов</b>
1	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	<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>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>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>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>К какой категории угроз относятся природные катастрофы?</p> <p>а) Психологические угрозы б) Социальные угрозы в) Экологические угрозы г) Физические угрозы</p>
7	<p>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>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>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>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>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>Какие виды стресса могут возникать в экстремальных ситуациях?</p> <p>а) Физиологический          б) Психологический          в) Социальный          г) Все вышеперечисленные</p>
13	<p>При каких обстоятельствах стратегия положительной переоценки ситуации может быть адаптивна?</p> <p>а) При панической атаке          б) В экстремальной ситуации          в) В краткосрочной перспективе          г) В долгосрочной перспективе</p>
14	<p>Какие последствия могут быть вызваны психологическими угрозами?</p>

	<p>а) Физические травмы б) Финансовые убытки в) Эмоциональные и ментальные расстройства г) Политические конфликты</p>
15	<p>Какие этапы включает в себя психологическая помощь после экстремальных ситуаций?</p> <p>а) Все варианты верны б) Оказание неотложной психологической помощи в) Проведение диагностической оценки г) Краткосрочная и долгосрочная психотерапия</p>
16	<p>Какая особенность не будет способствовать эффективному поведению в экстремальных ситуациях?</p> <p>а) Решительность б) Спокойствие в) Способность к быстрому принятию решений г) Слабый тип нервной системы</p>
17	<p>Что такое профилактика травматического стресса?</p> <p>а) Предотвращение физических травм б) Меры по предотвращению или уменьшению воздействия травматических событий на психику в) Лечение инфекционных болезней г) Обучение техникам самозащиты</p>
18	<p>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>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>Какое значение имеет коммуникация в обеспечении безопасности личности в экстремальных ситуациях?</p>

	<p>а) Не имеет значения</p> <p>б) Имеет значение только для детей</p> <p>в) Важна для координации действий и поддержки</p> <p>г) Важна только для взрослых</p>
--	--