

**Областное государственное бюджетное профессиональное  
образовательное учреждение**

**«Павловский технологический техникум»**

**КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

**УЧЕБНАЯ ДИСЦИПЛИНА**

**ОП.07 Психология экстремальных ситуаций**

---

**Специальность: 20.02.04 Пожарная безопасность**

Контрольно-измерительные материалы по учебной дисциплине разработаны на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО)

20.02.04      Пожарная безопасность

код                      наименование специальности (уровень подготовки)

утвержденного приказом № 354 от 20 апреля 2014 Министерства образования и науки Российской Федерации и рабочей программы

РАССМОТРЕНА  
ЦМК ОПД и ПМ  
(Протокол от «29» 06 2020г. №10)  
Председатель А.В.Шуф Л.А.Зайцева



УТВЕРЖДАЮ  
Зам. директора по УР  
И.В.Колесникова  
«29» 06 2020 г.

Организация-разработчик: Областное государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Павловский технологический техникум»

Разработчики:

Казакова Н.И., преподаватель ОГБПОУ ТТП

*Фамилия И.О., ученая степень, звание, должность*

*Фамилия И.О., ученая степень, звание, должность*

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. Пояснительная записка	2
2. Знания, умения по окончанию изучения дисциплины	5
3. Тестовые задания	6
4. Критерии по выставлению баллов	19

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Вопросы подобраны таким образом, чтобы можно было проверить подготовку студентов по усвоению соответствующих знаний и умений изученной дисциплины.

Предлагается пакет тестовых заданий по оценке качества подготовки студентов. Пакет содержит проверочные тесты, с помощью которых преподаватель может проверить качество усвоения пройденного материала:

- часть А – 50 заданий с кратким ответом – проверка теоретических знаний (задания закрытого типа);
- часть В – комплексный практический тест с 14 заданиями открытого типа;
- часть С – комплексный практический тест с 5 заданиями открытого развернутого типа.

С целью проверки знаний и умений изученной дисциплины каждый студент получает следующий пакет:

Часть А (проверка теоретических знаний) - информационный тест, включающий в себя 50 заданий.

Часть А тестового задания включает в себя:

- выбор правильного ответа;
- множественный выбор;
- установление соответствия;
- установление правильной последовательности;
- закончить предложение.

За каждый правильный ответ – 2 балла.

Максимальное количество баллов – 40.

Часть В (проверка практических знаний и умений) - комплексный практический тест, включающий в себя 14 заданий открытого типа со свободным ответом.

За каждый правильный ответ – 5 баллов.

Максимальное количество баллов – 40.

Часть С (проверка практических знаний и умений) - комплексный практический тест (письменное задание), включающий в себя 5 заданий повышенного уровня сложности открытого типа с развернутым ответом.

За каждый правильный ответ – 10 баллов.

Максимальное количество баллов – 20.

## 2. ЗНАНИЯ, УМЕНИЯ ПО ОКОНЧАНИЮ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате освоения обязательной части дисциплины обучающийся должен уметь:

- оценивать психическое состояние пострадавших и прогнозировать динамику;
- оказывать экстренную психологическую помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях;
- вести информационно-разъяснительную работу с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;
- учитывать этнокультурные особенности пострадавших при оказании экстренной психологической помощи.

В результате освоения обязательной части дисциплины обучающийся должен знать:

- особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- систематику психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;
- факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;
- о влиянии средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- понятие Экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи;
- классификацию групп пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- основные направления работы с различными группами пострадавших;
- общие принципы и особенности общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;
- алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации;
- признаки и алгоритмы помощи при острых реакциях на стресс;
- механизмы образования толпы;
- принципы профилактики образования толпы;
- основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы;
- алгоритм оказания экстренной психологической помощи при суицидальной попытке;
- влияние этнокультурных особенностей пострадавших на поведение в чрезвычайных ситуациях;
- принципы профилактики негативных последствий профессионального стресса.

### 3. ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

#### Часть А

1. Предметом изучения экстремальной психологии является:
  - а) психика как высшая форма взаимосвязи живых существ с предметным миром, выраженная в их способности реализовывать свои побуждения и действовать на основе информации о нем
  - б) изучение закономерностей психической деятельности, поведения и взаимодействия людей как представителей социальных групп, психологические характеристики самих этих групп и психологические аспекты любых иных явлений социальной жизни
  - в) психика, подвергающаяся воздействию экстремальных факторов, механизмы воздействия экстремальных факторов на человека, закономерности реагирования и переживания, возможные последствия и способы их коррекции
  
2. Обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которое может повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей это...
  - а) экстремальная ситуация
  - б) чрезвычайная ситуация
  - в) критическая ситуация
  - г) кризисная ситуация
  
3. Медленно распространяющимся ЧС можно назвать...
  - а) разрушение озонового слоя атмосферы
  - б) техногенные аварии
  - в) террористические акты
  - г) лесные пожары
  
4. Какой основной кризисный период жизни может быть выражен фразой: «Я меняю смысл»?
  - а) пубертатный (13-15 лет)
  - б) кризис самоопределения (29-33 года)
  - в) кризис второй половины жизни (45-55 лет)
  
5. Люди, потерявшие своих близких или не имеющие информации об их судьбе, лишившиеся своих домов, имущества относятся к группе...
  - а) жертвы
  - б) пострадавшие
  - в) свидетели
  - г) наблюдатели
  
6. Экстремальная психология (ЭП) — отрасль психологической науки, изучающая...
  - а) общие психологические закономерности жизни и деятельности человека в измененных (непривычных) условиях существования.
  - б) психику в ее развитии и проявлении в различных видах деятельности.

в) психологические особенности и закономерности поведения и деятельности, обусловленные их включением в социальные группы, а также психологические характеристики самих этих групп.

7. Внезапно возникшая ситуация, угрожающая или субъективно воспринимаемая человеком как угрожающая жизни, здоровью, личностной целостности, благополучию.

- а) экстремальная ситуация
- б) чрезвычайная ситуация
- в) критическая ситуация
- г) кризисная ситуация

8. К Чрезвычайным ситуациям эколого-биологического характера относятся:

- а) опасные геологические, метеорологические, гидрологические морские и пресноводные явления
- б) массовое заболевание людей инфекционными заболеваниями (эпидемии), сельскохозяйственных животных
- в) аварии с выбросами (угрозой выбросов) опасных химических, радиоактивных, биологических веществ

9. Какой основной кризисный период жизни может быть выражен фразой: «Я теряю смысл»?

- а) пубертатный (13-15 лет)
- б) кризис самоопределения (29-33 года)
- в) кризис второй половины жизни (45-55 лет)

10. Какие экстремальные ситуации человек переживает значительно легче?

- а) природные (естественные)
- б) техногенные
- в) социогенные

11. Ситуация, требующая от человека значительного изменения представлений о мире и о себе за короткий промежуток времени, это...

- а) экстремальная ситуация
- б) чрезвычайная ситуация
- в) критическая ситуация
- г) кризисная ситуация

12. Определите соответствия по видам чрезвычайных ситуаций (ЧС):

1.	медленно распространяющиеся	А.	внезапное разрушение сооружений и зданий
2.	конфликтные	Б.	истощение природных ресурсов
3.	ЧС техногенного характера	В.	террористические акты
4.	ЧС природного (естественного) характера	Г.	землетрясения

Ответ: 1Б, 2В, 3А, 4Г

13. Какой основной кризисный период жизни может быть выражен фразой: «Я ищу смысл»?

- а) пубертатный (13-15 лет)
- б) кризис самоопределения (29-33 года)
- в) кризис второй половины жизни (45-55 лет)

14. Осознание, что необходимо налаживать быт и возвращаться к своим обязанностям, относится к какой стадии психических реакций жертв ЧС после катастрофы?

- а) к первой стадии - героизм
- б) ко второй стадии - «медовый месяц»
- в) к третьей стадии - разочарование
- г) к четвертой стадии - восстановление

15. К какой группе субъектов экстремальной ситуации относятся люди изолированные в очаге чрезвычайной ситуации (заложники, люди под завалами, на крышах затопленных домов и т.д.)

- а) жертвы
- б) пострадавшие
- в) свидетели
- г) наблюдатели

16. Стресс - это...

- а) тот заряд бодрости, который помогает нам справиться с делами в срок. Без него наша жизнь была бы серой и скучной.
- б) эмоционально-стрессовые состояния, связанные с отрицательными переживаниями и имеющие ослабляющую, деструктивную силу
- в) неспецифическая ответная реакция организма на, различного рода, раздражители, помогающая ему приспособиться к изменяющимся условиям.

17. «Первоначальный отклик нашего организма на опасность или угрозу, возникающий для того, чтобы помочь нам справиться с ситуацией», относится к какой стадии развития стрессовой ситуации?

- а) к первой стадии тревоги
- б) ко второй стадии сопротивления
- в) к третьей стадии истощения

18. Копинг-механизмы относятся к...

- а) бессознательным поведенческим реакциям на стресс
- б) осознанным поведенческим реакциям на стресс

19. Определите соответствия:

1.	копинг-механизмы	А.	отвлечение или переключение мыслей на другие темы
		Б.	сравнение себя с другими, находящимися в относительно худшем положении
2.	механизмы психологической защиты	В.	изгнание из памяти неприятных, вызывающих неудовольствие воспоминаний, образов, мыслей, желаний
		Г.	неосознанное наделение другого человека собственными чертами и свойствами, перенос



			своих чувств и переживаний на другого человека или в другую ситуацию
--	--	--	--

Ответ: 1АВ, 2БГ

20. Дистресс - это...

- а) тот заряд бодрости, который помогает нам справиться с делами в срок. Без него наша жизнь была бы серой и скучной.
- б) эмоционально-стрессовые состояния, связанные с отрицательными переживаниями и имеющие ослабляющую, деструктивную силу
- в) неспецифическая ответная реакция организма наразличного рода, раздражители, помогающая ему приспособиться к изменяющимся условиям.

21. На какой стадии развития стрессовой ситуации энергия исчерпана, физиологическая и психологическая защиты оказываются сломленными, человек не имеет больше возможности сопротивляться стрессу.

- а) на первой стадии тревоги
- б) на второй стадии сопротивления
- в) на третьей стадии истощения

22. Механизмы психологической защиты относятся к...

- а) бессознательным поведенческим реакциям на стресс
- б) осознанным поведенческим реакциям на стресс

23. Выберите механизмы психологической защиты:

- а) проявление альтруизма (забота о других, когда собственные потребности отодвигаются на второй план)
- б) вытеснение (невозможность вспомнить какое-либо событие, либо воспринять какую-либо информацию в связи с травмирующим характером этой информации)
- в) отрицание (механизм, при котором различные факты, содержащиеся в себе угрозу для человека, отрицаются или не воспринимаются им)
- г) отвлечение (обращение к какой-либо деятельности)
- д) подавление (изгнание из памяти неприятных, вызывающих неудовольствие воспоминаний, образов, мыслей, желаний)

24. Эустресс - это...

- а) тот заряд бодрости, который помогает нам справиться с делами в срок. Без него наша жизнь была бы серой и скучной.
- б) неспецифическая ответная реакция организма наразличного рода, раздражители, помогающая ему приспособиться к изменяющимся условиям.
- в) эмоционально-стрессовые состояния, связанные с отрицательными переживаниями и имеющие ослабляющую, деструктивную силу

25. На какой стадии развития стрессовой ситуации активность физиологических процессов резко снижается, все ресурсы расходуются оптимально — организм готов к длительной борьбе за жизнь, его устойчивость к различным воздействиям повышена.

- а) на первой стадии тревоги
- б) на второй стадии сопротивления

в) на третьей стадии истощения

26. Определите последовательность стадий развития чрезвычайных ситуаций.

а) стадия инициирования

б) стадия кульминации

в) стадия зарождения

г) стадия затухания

Ответ: в, а, б, г

27. В какой фазе развития нервно-психических расстройств у человека возникают неприятные ощущения в виде психологического напряжения и тревожности. При сложных реакциях возможны тошнота, обмороки, головокружения, ознобоподобный тремор, у беременных – выкидыши?

а) в фазе страха

б) в гиперкинетической фазе

в) в гипокинетической фазе

г) в фазе вегетативных изменений

д) в фазе психических нарушений

28. В какой фазе развития нервно-психических расстройств человек неспособен концентрировать внимание, нарушается память, логика, быстрота мышления, галлюцинации?

а) в фазе страха

б) в гиперкинетической фазе

в) в гипокинетической фазе

г) в фазе вегетативных изменений

д) в фазе психических нарушений

29. В какой фазе развития нервно-психических расстройств у человека возникает резкая двигательная заторможенность, доходящая до полной обездвиженности и ступора, когда человек в состоянии психического шока вместо того, чтобы убежать, застывает?

а) в фазе страха

б) в гиперкинетической фазе

в) в гипокинетической фазе

г) в фазе вегетативных изменений

д) в фазе психических нарушений

30. Отметьте наиболее распространенные формы психогенных реакций, наблюдаемых при жизнеопасных ситуациях во время и после стихийных бедствий и катастроф.

а) психогенная депрессия

б) ложное слабоумие (псевдодеменция)

в) пуэрилизм

- г) истерика
- д) психогенный ступор
- е) плач
- ж) бредоподобные фантазии
- з) галлюцинации

31. Какие утверждения *относятся* к понятию «психогенные реакции»?

- а) болезненные расстройства психической деятельности
- б) возникают без причины
- в) возникают под влиянием моральной травмы
- г) развиваться у здоровых людей
- д) возникают на почве уже прежде существовавшей психической неустойчивости
- е) не излечимые психические расстройства
- ж) временные, излечимые психические расстройства

32. Определите соответствия:

1.	ложное слабоумие (псевдодеменция)	А.	человек пребывает в подавленном настроении, часто с оттенком тревоги или страха
2.	пуэрилизм	Б.	человек не ориентируется в окружающей обстановке, утрачивают элементарные сведения, на самые простые вопросы дает нелепые ответы
3.	психогенный ступор	В.	человек как бы погружается в переживания детства. Ориентировка в ситуации отсутствует, сознание обычно нарушено
4.	психогенная депрессия	Г.	человек неподвижен, молчит, у него отсутствуют реакции на внешние впечатления при более или менее выраженном расстройстве сознания

Ответ: 1Б, 2В, 3Г, 4А

33. Отметьте основные механизмы формирования толпы.

- а) любопытство
- б) циркулярная реакция
- в) слухи
- г) паника

34. Установите правильную последовательность этапов формирования толпы.

- а) образование ядра толпы
- б) активизация индивидов через возбуждение
- в) появление нового общего объекта внимания
- г) процесс кружения

Ответ: а, г, в, б

35. Выберите те способы, которые помогут спасателям при расформировании уже образовавшейся толпы.

- а) переориентирование внимания индивидов, составляющих толпу
- б) использование слезоточивого газа
- в) объявление по громкоговорителю о том, что скрытыми камерами осуществляется видеосъемка участников толпы
- г) выступить с обещанием выполнить все требования
- д) обращение к участникам толпы с названием конкретных фамилий, имен, отчеств, наиболее распространенных в данной местности
- е) применение мер по захвату и изоляции лидеров толпы

36. Какие типы темперамента человека менее устойчивы к стрессу?

- а) сангвиник
- б) флегматик
- в) холерик
- г) меланхолик

37. Определите соответствия типов темперамента и их поведением в стрессовой ситуации.

1.	сангвиник	А.	Максимально бурная, стеническая (раздражение, гнев, ярость) эмоциональная реакция на стресс, особенно остро реагирует на возникновение внезапного препятствия на пути к достижению поставленной цели
2.	флегматик	Б.	Чувства им овладевают медленно, он даже приторможен в эмоциях, не стоит ожидать от него эффективных решений в условиях быстро меняющейся обстановки
3.	холерик	В.	Сильная нервная система позволяет ему легче всех справляться со стрессом, эмоции быстро возникают, имеют среднюю силу и малую продолжительность.
4.	меланхолик	Г.	Изначально склонны к эмоциям страха и тревоги, их чувства носят затяжной характер, при необходимости действовать в стрессовой ситуации будут демонстрировать отсутствие энергии и настойчивости.

**Ответ:**

38. Для каких типов темперамента человека источниками стресса являются однообразие, монотонность и скука?

- а) сангвиник
- б) флегматик
- в) холерик
- г) меланхолик

39. Для каких типов темперамента человека источниками стресса являются события, требующие активных действий и вызывающие сильные эмоции?
- а) сангвиник
  - б) флегматик
  - в) холерик
  - г) меланхолик
40. «Душевная рана», которая «болит», беспокоит, приносит дискомфорт, ухудшает качество жизни, приносит страдание человеку и окружающим его близким людям - это...
- а) психическая травма
  - б) психологическая травма
  - в) отсроченная реакция на стресс
  - г) травматический стресс
41. Выберите факторы, ослабляющие травматический стресс.
- а) восприятие случившегося как крайней несправедливости
  - б) восприятие случившегося как «вероятного»
  - в) психологическая поддержка со стороны членов семьи, друзей, сослуживцев
  - г) физическое переутомление
  - д) наличие незавершенных ранее травм
  - е) поведенческая активность
  - ж) наличие положительного опыта самостоятельного разрешения сложных жизненных ситуаций
42. На каком этапе динамики переживания травматической ситуации человек пытается обвинять в произошедшем тех, кто прямо или косвенно имел отношение к травматическому событию?
- а) фаза отрицания или шока
  - б) фаза агрессии и вины
  - в) фаза депрессии
  - г) фаза исцеления
43. На каком этапе динамики переживания травматической ситуации очень важна ненавязчивая поддержка близких людей?
- а) фаза отрицания или шока
  - б) фаза агрессии и вины
  - в) фаза депрессии
  - г) фаза исцеления
44. На каком этапе динамики переживания травматической ситуации человек принимает свое прошлое и обретает новый смысл жизни: «То, что случилось,

действительно было, я не могу этого измениться могу измениться сам и продолжать жизнь, несмотря на травму»?

- а) фаза отрицания или шока
- б) фаза агрессии и вины
- в) фаза депрессии
- г) фаза исцеления

45. Страх перед обычными, достаточно безопасными объектами и ситуациями: страх летать на самолетах, боязнь находиться в замкнутых помещениях и др. относится к ...

- а) тревожным расстройствам
- б) тревожно-фобическим расстройствам
- в) депрессивным состояниям
- г) суицидальному состоянию

46. Выберите те факторы, которые относятся к внешним факторам, формирующим суицидальные намерения человека.

- а) несправедливое отношение (оскорбления, обвинения, унижения) со стороны родственников и окружающих
- б) ревность, супружеская измена
- в) комплексы вины
- г) болезнь, смерть близких людей
- д) одиночество, социальная изоляция
- е) реальные или мнимые неудачи
- ж) резкое изменение социального статуса

47. Какие симптомы определяют острую реакцию на стресс?

- а) человек находится в состоянии оглушенности, наблюдается тревога, гнев, страх, отчаяние, апатия
- б) симптомы проходят быстро (от нескольких часов до нескольких суток)
- в) симптомы длятся очень долго (до нескольких месяцев)
- г) есть четкая временная связь (несколько минут) между стрессовым событием и появлением симптоматики
- д) четкой временной связи между стрессовым событием и появлением симптоматики нет

48. Какой основной принцип оказания экстренной психологической помощи?

- а) Позаботиться о собственной безопасности
- б) Не навреди
- в) Вызови скорую помощь
- г) Не оставляй человека одного

49. Определите соответствия свойств и качеств личности, входящих в психограмму спасателей и пожарных.

1.	Свойства восприятия	А.	высокий уровень субъективного контроля; эмоциональная стабильность; толерантность к стрессу и фрустрации; средний уровень личностной и ситуативной тревожности; стеничность реакций на сложности и опасность; умеренная склонность к риску; уверенность в себе; формирование основных задачи индивидуальных планов профессионального развития.
2.	Особенности высших психических функций	Б.	устойчивость функций анализаторов и качества восприятия (зрительного, слухового, тактильного, восприятия формы, размеров, удаленности, скорости и т.п.)
3.	Психомоторные свойства и физические качества	В.	умение работать в команде
4.	Личностные особенности	Г.	хорошо развитое пространственное мышление; значительный объем внимания, способность быстрого переключения и распределения внимания в условиях отвлекающих воздействий и дефицита времени; способность быстро ориентироваться в новой и незнакомой обстановке, оценивать степень важности поступающей информации.
5.	Социально-психологические качества	Д.	физическая выносливость, устойчивость к физической усталости; хорошая координация движений, устойчивость к тремору; способность использовать мускульную силу как взрывного, так и статического характера.

**Ответ:**

50. Выберите те особенности человека, которые являются противопоказаниями к профессиональной деятельности пожарного и спасателя.

- а) нервно-психическая и эмоциональная неустойчивость
- б) выраженные акцентуации, психические отклонения
- в) высокая склонность к риску
- г) способность использовать мускульную силу как взрывного, так и статического характера
- д) обостренная реакция на неудачи
- е) алкогольная, лекарственная или наркотическая зависимость
- ж) способность быстро ориентироваться в новой и незнакомой обстановке
- з) медицинские противопоказания
- и) плохая физическая подготовка

## Часть Б

1. Что является неким поворотным пунктом человеческой судьбы, в котором рушатся основы предыдущей жизни, а новой еще не существует.

**Ответ:**

2. Какова длительность периода острого эмоционального шока у людей, подвергшихся воздействию стихийного бедствия?

**Ответ:**

3. Назовите бесструктурное скопление людей, лишенных ясно осознаваемой общности целей, но взаимно связанных сходством эмоционального состояния и общим объектом внимания.

**Ответ:**

4. Назовите эмоциональное состояние, возникающее в толпе как следствие либо дефицита информации о какой-то пугающей или непонятной ситуации, либо ее чрезмерного избытка и проявляющееся в импульсивных действиях.

**Ответ:**

5. Назовите устойчивость человека к воздействию стрессовых факторов

**Ответ:**

6. Какое событие по шкале тяжести стрессового воздействия различных жизненных событий (1967г., Т. Холим и Р. Рейх) оценивается максимально в 100 баллов?

**Ответ:**

7. Назовите обычную эмоцию, встречающуюся в эмоциональном спектре каждого человека. Появляется перед опасностью, после переживания травматической ситуации. Сопровождается головокружением, учащенным сердцебиением, повышенной потливостью.

**Ответ:**

8. Назовите вид суицида, который своей целью предполагает не лишение себя жизни, а лишь демонстрацию этого намерения, хотя не всегда осознанную.

Ответ: демонстративный

9. Назовите способность организма сохранять компенсаторные и защитные свойства, обеспечивающие профессиональную надежность и работоспособность в трудовой деятельности.

**Ответ:**

10. Назовите систему требований профессии к психологическим, психофизиологическим качествам человека и мере их выраженности в научных психологических понятиях называется.

**Ответ:**

11. Назовите постепенно накопившееся негативное изменение способа деятельности и личности. Развивается в наибольшей степени у спасателей или пожарных



и порождается многолетним выполнением одной и той же работы, и вызывает профессионально нежелательные качества.

**Ответ:**

12. Назовите одну из наиболее распространенных форм нарушений профессионального здоровья, выработанный личностью защитный механизм в ответ на психотравмирующие воздействия в сфере профессиональной деятельности.

**Ответ:**

13. Назовите одну из распространенных форм групповой профилактики профессионального стресса специалистов экстремального профиля.

**Ответ:**

14. Назовите тип высшей нервной деятельности (темперамент), который соответствует описанию: сильный, уравновешенный, подвижный тип, обладает оптимально сбалансированным сочетанием эмоционально-волевых и коммуникативных качеств, хорошо развитой адаптивностью. Человек с этим типом высшей нервной деятельности отличается высокой работоспособностью и выносливостью.

**Ответ:**

### Часть С

1. Перечислите индивидуальные и личностные характеристики человека на возникновение и развитие стресса.

**Ответ:**

2. Перечислите правила оказания экстренной психологической помощи.

**Ответ:**

3. Опишите действия экстренной психологической помощи при истерике.

**Ответ:**

4. Опишите одно из упражнений дыхательной гимнастики.

**Ответ:**

5. Опишите действия экстренной психологической помощи при плаче.

**Ответ:**

**Нужно выразить человеку свою поддержку и сочувствие. Не обязательно делать это словами. Можно просто сесть рядом, приобнять человека, поглаживая по голове и спине, дать ему почувствовать, что вы рядом с ним, что вы сочувствуете и сопереживаете ему. Можно держать человека за руку.**

#### 4. КРИТЕРИИ ПО ВЫСТАВЛЕНИЮ БАЛЛОВ

<b>Определение количества тестовых вопросов (заданий)</b>				
Количество часов учебной дисциплины согласно учебному плану	Всего	Часть А	Часть В	Часть С
≤ 40	43	30	10	3
41 – 55	56	40	12	4
56 - 70	69	50	14	5
71 – 85	82	60	16	6
86 – 100	95	70	18	7
≥ 101	108	80	20	8

<b>Сводная таблица с критериями баллов</b>	
Части	Баллы
А	40
В	40
С	20
Итого (макс. баллы)	100

<b>Критерии оценок</b>	
Баллы	Оценки
86-100	5
71-85	4
49-70	3
Менее 48 баллов	перезачет

Время выполнения тестовых заданий: 60 минут астрономического времени.