Приложение 4

к рабочей программе дисциплины

ПСИХОЛОГИЯ СТРЕССА И СТРЕССОУСТОЙЧИВОГО ПОВЕДЕНИЯ

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

по дисциплине

**ПСИХОЛОГИЯ СТРЕССА И СТРЕССОУСТОЙЧИВОГО ПОВЕДЕНИЯ**

Направление подготовки: **38.05.01 Экономическая безопасность**

Профиль подготовки: Экономико-правовое обеспечение экономической безопасности

Уровень высшего образования: Специалитет

Форма обучения: Очная

Санкт-Петербург

2022 г.

УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.

| **Номер задания** | **Содержание вопроса** |
| --- | --- |
|  | Прочитайте текст и установите соответствие  Сопоставьте виды стресса и ученых, которые их выделяли:  К каждой позиции в левом столбце подберите позицию из правого столбца.   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | 1. | Эустресс | А. | Г. Селье | | 2. | Дистресс | Б. | П. Мак-Грат | | 3. | Психологический | В. | Р. Лазарус | | 4. | Физиологический | Г. | С. Вожнер | | 5. | Фрустрация |  |  | | 6. | Соотношение возможного и предполагаемого |  |  | |
|  | Прочитайте текст и установите соответствие  Сопоставьте наименование определения с его содержательным описанием.  К каждой позиции в левом столбце подберите позицию из правого столбца.   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | 1. | Предложение руки и сердца | А. | Реакция на стресс | | 2. | Смерть одного из членов семьи | Б. | Негативная форма | | 3. | Крик о помощи | В. | Позитивная форма | | 4. | Радость от увиденного | Г. | Нейтральная форма | |  |  | Д. | Деструктивная форма | |
|  | Прочитайте текст и установите последовательность  Установите последовательность стадий стресса:  Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо без пробелов и точек.  1. стадия резистентности(сопротивления)  2. стадия истощения  3. стадия тревоги |
|  | Прочитайте текст и установите последовательность  Установите последовательность стадий стресса по Г. Селье:  Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо без пробелов и точек.  1. тревоги  2. истощения  3. резистентности |
|  | Прочитайте текст и установите последовательность  Установите последовательность стадий стресса:  Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо без пробелов и точек.   1. Острое нервное перенапряжение 2. Эустресс 3. Хронический стресс 4. Дистресс 5. Аффект |
|  | Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа  Согласно определению Ганса Селье, стресс представляет собой общий адаптационный синдром, обеспечивающий мобилизацию организма и имеет три стадии развития: …  Запишите номер выбранного ответа без точки и обоснование выбора   1. тревоги, резистентности, истощения 2. мобилизации, тревоги, болезни 3. приспособления, мобилизации, истощения 4. приспособления, мобилизации, дистресса |
|  | Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа  Какое из перечисленных условий способствует переходу стресса в дистресс:  Запишите номер выбранного ответа без точки и обоснование выбора  1. положительный эмоциональный фон  2. наличие достаточных ресурсов для преодоления стресса  3. опыт решения подобных проблем в прошлом  4. негативный прогноз на будущее |
|  | Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа  Какая группа гормонов отвечает за длительную стрессовую реакцию?  Запишите номер выбранного ответа без точки и обоснование выбора  1. глюкокортикоиды  2. эндорфиновые  3. Картизоловые  4. Ничего из выше перечисленного |
|  | Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.  Перечислите эволюционные реакции быстрого реагирования на опасность?  Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора  1. Бей  2. Беги  3. Замри  4. Кричи  5. Дерись |
|  | Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.  По своей психологической природе стресс является  Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора   1. сложным феноменом 2. включает эмоциональные и соматические компоненты 3. негативной эмоцией 4. позитивной эмоцией 5. эмоционально нейтральным явлением |
|  | Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.  Укажите пример «психологического» стресса:  Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора   1. воспалительная реакция после ожога 2. болезнь, вызванная вирусной инфекцией 3. повышение артериального давления после семейной ссоры 4. травма, связанная с падением 5. учащенное сердцебиение после просмотра фильма ужасов |
|  | Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ  Какие факторы необходимо учитывать при работе со стрессом? |
|  | Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ  С какой стадии начинается стресс? |