

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Палиева Надежда Андреевна
Должность: и.о. декана психолого-педагогического факультета
Дата подписания: 03.06.2026 16:34:53
Уникальный программный ключ:
c45abce04df3131d28edca0bf10941b11598d6f1

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ
Декан психолого-педагогического
факультета
д.п.н., доцент Палиева Н.А.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
Стратегии совладающего поведения вэкстремальных ситуациях

Специальность	37.05.02. Психология служебной деятельности
Специализация	Психологическое обеспечение коммуникаций служебной деятельности
Год начала обучения	2026 г.
Форма обучения	очная
Реализуется в семестре	7

Введение

1. Назначение: ФОС предназначен для объективной оценки уровня сформированности компетенций по дисциплине «Стратегии совладающего поведения в экстремальных ситуациях».

2. ФОС является приложением к программе «Стратегии совладающего поведения в экстремальных ситуациях»

3. Разработчик: Порхун Л. В., к.п.н., доцент кафедры общей психологии и психологии личности

4. Проведена экспертиза ФОС.

Члены экспертной группы:

Председатель: Ложечкина А.Д. председатель УМК

Члены экспертной группы:

Белашева И.В. - зав. кафедрой общей психологии и психологии личности

Представитель организации-работодателя - начальник Межрегионального отдела психологической работы УФСИН России по Ставропольскому краю, подполковник внутренней службы Григорян В.Н.

Экспертное заключение: Экспертное заключение фонд оценочных средств соответствует ОП ВО по специальности 37.05.02 Психология служебной деятельности, специализация (профиль) «Психологическое обеспечение коммуникаций служебной деятельности» и рекомендуется для оценивания уровня сформированности компетенций при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов по дисциплине «Стратегии совладающего поведения в экстремальных ситуациях».

5. Срок действия ФОС определяется сроком реализации образовательной программы.

1. Описание критериев оценивания компетенции на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Компетенция (ии), индикатор (ы)	Уровни сформированности компетенции(ий),			
	Минимальный уровень не достигнут (Неудовлетворительно) 2 балла	Минимальный уровень (удовлетворительно) 3 балла	Средний уровень (хорошо) 4 балла	Высокий уровень (отлично) 5 баллов
<i>Компетенция:</i> ПК-5 - Способен определять критерии психологической безопасности личности в зависимости от средовых условий и социальной ситуации и использовать различные способы разрешения конфликтных ситуаций при проектировании межличностных, групповых и организационных коммуникаций				
<i>Индикатор:</i> ИД-1 _{ПК-5} – определяет критерии и показатели психологической безопасности личности	Результат выполненной работы по определению критериев и показателей психологической безопасности личности является неверным и (или) использован некорректный способ решения задачи	Результат выполненной работы по по определению критериев и показателей психологической безопасности личности является верным, но использован некорректный способ решения задачи	Результат выполненной работы по по определению критериев и показателей психологической безопасности личности является частично верным	Результат выполненной работы по по определению критериев и показателей психологической безопасности личности является верным
ИД-2 _{ПК-5} – применяет методы обеспечения психологической безопасности личности на практике	Не способен применять методы обеспечения психологической безопасности личности на практике	Допускает существенные ошибки при применении методов обеспечения психологической безопасности личности на практике	Без ошибок разрабатывает методы обеспечения психологической безопасности личности на практике	Без ошибок разрабатывает и применяет методы обеспечения психологической безопасности личности на практике
ИД-3 _{ПК-5} – использует различные способы разрешения конфликтных ситуаций в организации, составление бизнес - плана проектирования межличностных, групповых и организационных коммуникаций	Демонстрирует полное отсутствие или недостаточность знаний и умений при использовании различных способов разрешения конфликтных ситуаций в организации, составление бизнес - плана	Демонстрирует существенные ошибки при использовании различных способов разрешения конфликтных ситуаций в организации, составление бизнес - плана проектирования межличностных, групповых и	Демонстрирует умение без ошибок при использовать различные способы разрешения конфликтных ситуаций в организации/	Демонстрирует умение без ошибок использовать различные способы разрешения конфликтных ситуаций в организации, составление бизнес - плана проектирования межличностных

	проектирования межличностных, групповых и организационных коммуникаций	организационных коммуникаций		ых, групповых и организацион ных коммуникаци й
--	--	---------------------------------	--	---

Оценивание уровня сформированности компетенции по дисциплине осуществляется на основе «Положения о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры - в федеральном государственном автономном образовательном учреждении высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет» в актуальной редакции.

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕРКИ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ

Номер задания	Правильный ответ	Содержание вопроса	Компетенция
		Форма обучения <u>очная</u> Семестр <u>7</u>	
1.	b	Стресс служит для адаптации к изменившимся условиям существования посредством: а) переосмысления ситуации; б) задействования резервов организма; с) выхода из ситуации; д) формирования принципиально новых моделей поведения.	ПК-5
2.	a	При возникновении экстремальной ситуации индивиду требуется адаптироваться к изменившимся условиям. Требуется ли адаптация к обычным условиям жизнедеятельности после того, как экстремальная ситуация завершится? а) да; б) нет.	ПК-5
3.	a	Наиболее эффективная стратегия руководства в экстремальных ситуациях: а) авторитарная; б) демократическая; с) попустительская.	ПК-5
4.	c	Уровень личностного адаптационного потенциала: а) врождённая характеристика, определяется свойствами нервной системы и с возрастом не меняется; б) вырабатывается исключительно в процессе деятельности; с) интегральная характеристика, определяемая как врождёнными, так и приобретёнными факторами.	ПК-5
5.	Совладающее поведение – это целенаправленное действие, особый вид социального поведения человека, призванный обеспечить изоляцию негативного влияния испытываемых переживаний, вследствие воздействия стрессоров из внешней среды, сохраняя здоровье и благополучие	Дайте определение понятию «совладающее поведение»	ПК-5

	личности человека. В тоже время природа и действие совладающего поведения лежат в использовании защитных механизмов иного рода, осознаваемых индивидом и создаваемых на основе ценностных ориентаций, и личностных представлений об окружающем его мире.		
6.	Виды стратегий: стратегия избегания, консервативная стратегия, стратегия копирования, «впитывающая» стратегия (ассимиляция), стратегия коммуникативного резонанса, стратегия развития.	Назовите виды стратегий совладания.	ПК-5
7.	Стратегия избегания - уход от проблемы, ответственность за поступки переносится за других людей.	В чем состоит суть стратегии избегания?	ПК-5
8.	Психические реакции этой категории людей после катастрофы можно разделить на четыре стадии: 1-я стадия – героизм (альтруизм, героическое поведение, желание помочь другим людям и выжить самому); 2-я стадия – «медовый месяц» (чувство гордости	На какие стадии делят психические реакции жертв после катастрофы?	ПК-5

	за то, что выжил и преодолел все опасности); 3-я стадия – разочарование (гнев, разочарование: «мне казалось в моей жизни все должно измениться, а все осталось по-прежнему, о моем подвиге все забыли, только я помню о нем», крушение надежд); 4-я стадия – восстановление (осознание, что необходимо налаживать быт, возвращаться к своим обязанностям).		
9.	Перечислим условия, делающие стрессоры экстремальными: 1) субъективная оценка опасности стрессора (физической целостности, целостности социального статуса и т. п.); 2) субъективная чувствительность к стрессору (значимость стрессора); 3) степень неожиданности стрессора; 4) близость действия стрессора к крайним точкам шкалы «приятно –	Назовите условия, делающие стрессоры экстремальными.	ПК-5

	неприятно»; 5) неопределенность сроков действия стрессора.		
10.	В качестве факторов, определяющих экстремальность, могут рассматриваться следующие: 1) различные эмоциогенные воздействия в связи с трудностью, новизной, опасностью, ответственностью ситуации; 2) дефицит необходимой информации или явный избыток противоречивой информации; 3) чрезмерное физическое, психическое, эмоциональное напряжение; 4) воздействие неблагоприятных климатических условий: жары, холода, кислородной недостаточности и т. д.; 5) голод, жажда.	Назовите факторы, определяющие экстремальность.	ПК-5
11.	Диспозиционный, концентрирующийся на вопросе, существуют ли особые личностные качества,	На чем концентрируется диспозиционный подход к совладающему поведению?	ПК-5

	обуславливающие лучшее совладание с трудностями и стили преодоления стресса. К этому подходу, по мнению Т. Л. Крюковой, относятся эго-аналитическая модель З. Фрейда, выделение стилей копинг-поведения как устойчивых личностных образований, измерение черт личности. Последователи представленного подхода подвергают анализу особенности личности в качестве предикторов преодоления стресса и их взаимосвязь с неэффективными и эффективными стилями совладания		
12.	Суть совладания заключается в том, чтобы человек либо полностью смог преодолеть негативные жизненные трудности, либо уменьшил их отрицательное воздействие на организм. Поэтому совладающее поведение – это «целенаправленное социальное поведение, позволяющее субъекту справиться с трудной жизненной ситуацией (или стрессором)	В чем заключается суть совладания?	ПК-5

	способами, адекватными личностным особенностям и ситуации, - через осознанные стратегии действия»		
13.	Параметрами эффективного совладающего поведения могут выступать различные составляющие мотивационного процесса, контролирующие достижение оптимального результата: вера в свои способности, ценностные ориентации личности и т.д	Назовите параметры эффективного совладающего поведения.	ПК-5
14.	Сложность решения проблемы эффективности совладающего поведения обусловлена наличием большого числа взаимосвязанных переменных: вида проблемной ситуации и ее оценки, перечня личностных особенностей, репертуара выбранных стилей и стратегий, количества и качества тех или иных ресурсов совладания, цели преодоления, временной перспективы, а также относительно того,	Чем обусловлена сложность решения проблемы эффективности совладающего поведения?	ПК-5

	будет ли процесс совладания профилактическим, ответной реакцией на конкретную ситуацию и т.		
15.	Эффективность совладания включает уверенность в том, что индивид успешно справлялся с подобными проблемными ситуациями в прошлом и способен эффективно справиться с подобными стрессорами в будущем, если встретится с ними. Сложность решения проблемы эффективности совладающего поведения обусловлена наличием большого числа взаимосвязанных переменных: вида проблемной ситуации и ее оценки, перечня личностных особенностей, репертуара выбранных стилей и стратегий, количества и качества тех или иных ресурсов совладания, цели преодоления, временной перспективы, а также относительно того, будет ли процесс совладания профилактическим, ответной реакцией на конкретную ситуацию и т.	Что включает в себя эффективность совладания?	ПК-5

	Д.		
		Семестр <u>7</u>	

2. Описание шкалы оценивания

В рамках рейтинговой системы успеваемость студентов по каждой дисциплине оценивается в ходе текущего контроля и промежуточной аттестации. Рейтинговая система оценки знаний студентов основана на использовании совокупности контрольных мероприятий по проверке пройденного материала (контрольных точек), оптимально расположенных на всем временном интервале изучения дисциплины. Принципы рейтинговой системы оценки знаний студентов основываются на требованиях, описанных в Положении об организации образовательного процесса на основе рейтинговой системы оценки знаний студентов в ФГАОУ ВО «СКФУ».

Рейтинговая система оценки не предусмотрено для студентов, обучающихся на образовательных программах уровня высшего образования магистратуры, для обучающихся на образовательных программах уровня высшего образования бакалавриата заочной и очно-заочной формы обучения.

3. Критерии оценивания компетенций

Оценка «зачтено» выставляется студенту, если теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; он исчерпывающе, последовательно, четко и логично излагает материал; свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний; использует в ответе дополнительный материал; все предусмотренные программой задания выполнены, качество их выполнения оценено на достаточном уровне; анализирует полученные результаты; проявляет самостоятельность при выполнении заданий.

Оценка «не зачтено» выставляется студенту, если он не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы, компетенции не сформированы, большинство предусмотренных программой учебных заданий не выполнено, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному.