

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛПУ»)

Институт педагогики и психологии
Кафедра дефектологии и психологической коррекции

УТВЕРЖДАЮ
Директор Института педагогики и психологии
Рудь М.В.
«16» марта 2026 г.



Приложение к рабочей программе учебной дисциплины

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации
обучающихся по дисциплине
Психология экстремальных ситуаций

По направлению подготовки – 44.04.03 Специальное (дефектологическое) образование (уровень магистратуры)

Программа магистратуры – Нейродефектология. Клиническая психология

Квалификация выпускника – магистр

Форма обучения – очная, заочная

Курс 1 (2 семестр ОФО); 2 (6 триместр ЗФО)

Разработчик:

доцент кафедры дефектологии и психологической коррекции

Ужченко И.Ю.

Заведующий кафедрой дефектологии и психологической коррекции

И.И. Чубова

Протокол

от «16» марта 2026 г. № 8

Луганск, 20 26

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

1.1. Область применения

Фонд оценочных средств (ФОС) – неотъемлемая часть рабочей программы дисциплины «Психология экстремальных ситуаций» и предназначен для контроля и оценки образовательных достижений студентов, освоивших программу дисциплины.

1.2. Цели и задачи фонда оценочных средств

Цель ФОС – установить соответствие уровня подготовки обучающегося требованиям ФГОС ВО магистратура по направлению подготовки 44.04.03 Специальное (дефектологическое) образование утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 22.02.2018 № 128 (с изменениями и дополнениями от 26 ноября 2020 г., 8 февраля 2021 г.).

1.3. Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения
Общепрофессиональные	
ОПК-5. Способен разрабатывать программы мониторинга результатов образования обучающихся, разрабатывать и реализовывать программы преодоления трудностей в обучении	ОПК.5.1. Демонстрирует знание планируемых образовательных результатов в соответствии с ФГОС ОПК.5.2. Осуществляет отбор диагностических средств, форм контроля и оценки сформированности образовательных результатов обучающихся с целью их применения ОПК.5.3. Выявляет трудности в обучении и корректирует пути достижения образовательных результатов

1.4. Этапы формирования компетенций и средства оценивания уровня их сформированности

Этапы формирования компетенций	Компетенции	Контрольно-оценочные средства / способ оценивания
Теоретические основы психологии экстремальных ситуаций и состояний.	ОПК-5	Устный опрос, работа на практических занятиях, реферат
Психологическая помощь в экстремальных и кризисных ситуациях.	ОПК-5	Устный опрос, работа на практических занятиях, реферат, презентация
Промежуточная аттестация	ОПК-5	зачет

1.5. Описание показателей формирования компетенций

Код компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели)
ОПК-5	<p>Знает: планируемые образовательные результаты в соответствии с ФГОС</p> <p>Умеет: осуществлять отбор диагностических средств, форм контроля и оценки сформированности образовательных результатов обучающихся с целью их применения</p> <p>Владеет: способностью выявлять трудности в обучении и корректировать пути достижения образовательных результатов</p>

1.6. Критерии оценивания компетенций на разных этапах их формирования

Вид учебной работы	Количество баллов очной формы	Количество баллов заочной формы
оформление конспектов практических занятий	8	15
устные ответы и доклады, презентации на практических занятиях	32	30
выполнение и защита контрольной работы	-	-
Написание реферата	5	5
самостоятельная работа	15	10
зачетная работа	40	40
Итого за семестр:	100	100

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбалльная система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	90–100	А – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	83–89	В – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	

Хорошо	75–82	С – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	Зачтено
Удовлетворительно	63–74	D – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	
Удовлетворительно	50–62	E – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетворительно	21–49	FX – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий	Не зачтено
Неудовлетворительно	0–20	F – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения	

		учебных заданий	
--	--	-----------------	--

2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

2.1. Оценочные средства текущего контроля (типовые)

Вопросы для устного опроса

1. Дайте определение экстремальной (кризисной, чрезвычайной ситуации). Каковы особенности экстремальной ситуации?
2. Охарактеризуйте этапы, которые проходят в своих психологических состояниях люди, оказавшиеся в экстремальных ситуациях.
3. Назовите последствия травматического стресса для личности.
4. Охарактеризуйте «главное содержание» психологической травмы.
5. В каких сферах жизни возникают проблемы у людей, перенесших психологическую травму?
6. Как называется психологическое состояние, которое возникает у человека при попадании в экстремальную ситуацию? Перечислите симптомы данного психологического состояния.
7. Дайте определения чрезвычайной, экстремальной и кризисной ситуаций. Какие бывают чрезвычайные ситуации?
8. Назовите группы субъектов экстремальной ситуации.
9. Дайте определение психологии экстремальных ситуаций.
10. Что является предметом изучения психологии экстремальных ситуаций?
11. Понятие «стресс». Субсиндромы стресса. Виды стресса.
12. Целесообразно ли разделение стресса на эмоциональный (психический) и физиологический (системный)?
13. Дайте определение понятию «стрессоустойчивость». Влияют ли личностные особенности человека на степень его стрессоустойчивости?
14. Механизмы психологической защиты. Способы совладания (копинг-стратегии).
15. Что такое острое стрессовое расстройство?
16. Какие реакции вызывает интенсивный стресс?
17. Перечислите основные правила оказания экстренной психологической помощи.
18. Расскажите о приемах само- и взаимопомощи при агрессии и при двигательном возбуждении.
19. Расскажите о приемах само- и взаимопомощи при страхе.
20. Расскажите о приемах само- и взаимопомощи при тревоге.
21. Расскажите о приемах само- и взаимопомощи при истерике.
22. В какой период времени после стрессового воздействия может быть оказана экстренная психологическая помощь?
23. Дайте определение экстренной психологической помощи.

Темы рефератов и презентаций

1. Возможные причины виктимизации в современных условиях развития нашей страны.
2. Психологическая безопасность личности: компоненты, уровни, особенности.
3. Игровая роль жертвы в экстремальных условиях: адаптация или деградация.
4. Социальная роль жертвы в экстремальных условиях: адаптация, прогресс или регресс.
5. Особенности психологической диагностики личности в экстремальных ситуациях.
6. Особенности диагностики психоэмоциональных состояний пострадавших по аудиовизуальным показателям.
7. Методы диагностики посттравматического стрессового расстройства и его симптомов.
8. Методы и методики диагностики адаптационных возможностей личности и совладающего поведения.
9. Роль защитных механизмов и копингов в борьбе с последствиями травматизации личности.
10. Принципы и правила оказания экстренной психологической помощи.
11. Психотерапевтический метод в работе с пострадавшими в экстремальных ситуациях.
12. Техники самопомощи при острых реакциях на экстремальные ситуации.
13. Особенности тоталитаризма.
14. Психологические составляющие насилия.
15. Особенности и формы терроризма и экстремизма.
16. Философский смысл войны в представлениях Гомера.
17. Психология жестокости в Средневековье.
18. Идеи гуманизма как протест против войн в эпоху Возрождения.
19. Проблема боевого стресса в психологии.

Задания для самостоятельной работы

1. История и этапы становления экстремальной психологии.
2. Понятия «экстремальные условия» и «экстремальные состояния».
3. Влияние экстремальных ситуаций на человека. Субъекты экстремальной ситуации.
4. Чрезвычайные ситуации и катастрофы. Катастрофическое сознание: структура, особенности формирования.
5. Кризисная и критическая ситуации в контексте экстремальности.
6. Ситуации острого стресса (дистресса).
7. Ситуации психологического и физического насилия.
8. Экстремальные условия профессиональной деятельности.
9. Факторы экстремальности и риска в трудовой деятельности.
10. Боевой стресс и военные действия.

11. Экстремальность в спорте.
12. Профессиональная деятельность сотрудников ОВД и спасателей МЧС и Экстремальные условия профессиональной деятельности.
13. Профессиональная надежность и адаптация личности к работе на объектах повышенной опасности.
14. Профессиональное развитие личности при работе в условиях повышенной опасности.
15. Профилактика синдрома профессионального выгорания у специалистов экстремального профиля.
16. Последствия экстремальных ситуаций для человека.
17. Личность и группа в экстремальных ситуациях.
18. Психологическая травма. Виды психологических травм.
19. Посттравматические стрессовые расстройства.
20. Психогенные расстройства при стихийных бедствиях и катастрофах.
21. Потеря как экстремальная ситуация. Этапы переживания горя.
22. Поведение толпы при экстремальных ситуациях.
23. Психологическое здоровье личности и экстремальные условия.
24. Виктимизация личности в экстремальных условиях.
25. Виктимный и жизнестойкий копинг-стили поведения личности в экстремальной ситуации.
26. Болезнь как один из типов экстремальной ситуации.
27. Психологический потенциал личности в ситуации болезни.
28. Методологические проблемы психодиагностики экстремальных состояний личности.
29. Принципы психодиагностики личности в экстремальных ситуациях.
30. Методы диагностики посттравматического стрессового расстройства и его симптомов.
31. Диагностика адаптационных возможностей человека.
32. Предмет и задачи психологии экстремальных ситуаций.
33. История и этапы становления экстремальной психологии.
34. Понятия «экстремальные условия» и «экстремальные состояния».
35. Понятие «экстремальная ситуация». Общее представление о психологии экстремальных ситуаций.

2.2. Оценочные средства для промежуточной аттестации (зачет)

1. Понятие чрезвычайной, экстремальной, кризисной ситуации: сравнительный анализ и причины возникновения.
2. Типология экстремальных ситуаций.
3. Факторы, приводящие к восприятию ситуации как экстремальной: внешние и внутриличностные.
4. Субъекты экстремальной ситуации: виды и специфика психологической травматизации.
5. Последствия влияния экстремальной ситуации на человека.
6. Понятие кризиса, кризисной ситуации, кризисного состояния.

7. Соотношение понятий: фрустрация, стресс, конфликт, кризис.
8. Сравнительная характеристика нормативных и ненормативных кризисов: определение, причины возникновения, динамика, варианты исхода.
9. Экстремальные ситуации, связанные с военными действиями.
10. Экстремальные ситуации, возникающие как следствия стихийных бедствий, крупных аварий и катастроф.
11. Эмоциональное, психологическое, физическое, сексуальное насилие как экстремальная ситуация.
12. Психология терроризма.
13. Экстремальное состояние: понятие и основные параметры.
14. Подходы к выделению экстремальных психических состояний.
15. Первичные психические состояния при воздействии экстремальной ситуации.
16. Понятие тревоги и страха. Тревожный ряд.
17. Понятие и виды паники. Механизм развития паники.
18. Динамика развития экстремальных состояний.
19. Стресс как основная составляющая экстремальных состояний: понятие, виды, динамика.
20. Теории стресса.
21. Факторы развития стресса (сравнение различных подходов).
22. Понятие стрессоустойчивости. Факторы стрессоустойчивости человека.
23. Копинг-поведение и защитные механизмы как формы совладания со стрессом.
24. Понятие и основные признаки острого стрессового расстройства.
25. Динамика развития ОСТР.
26. Понятие посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). Теоретические модели ПТСР.
27. Факторы и группы риска развития ПТСР. Формы ПТСР.
28. Первичные симптомы посттравматического стрессового расстройства.
29. Диагностические критерии ПТСР.
30. Горе и горевание. Теории горя.
31. Горе как следствие утраты. Типология утрат.
32. Факторы, влияющие на процесс горевания.
33. Стадии горевания (различные подходы). Психологическая помощь горюющему.
34. Сравнительная характеристика нормативных и ненормативных кризисов.
35. Нормативные возрастные кризисы детства.
36. Нормативные возрастные кризисы отрочества, юности и молодости.
37. Нормативные возрастные кризисы зрелости.
38. Нормативные профессиональные кризисы.

40. Ненормативные кризисы профессионального развития.
41. Особенности диагностики и консультирования при сочетанном воздействии нескольких кризисов.
42. Кризис как следствие воздействия экстремальной ситуации.
43. Острое стрессовое расстройство и ПТСР как факторы развития кризисных состояний.
44. Утрата как составляющая нормативных и ненормативных кризисов. Виды утрат.
45. Понятие суицида. Факторы суицидального риска. Проблема прогнозирования суицидов и диагностики склонности к суициду.
46. Понятие психологического сопровождения. Принципы организации и этапы психологического сопровождения.
47. Специфика психологического сопровождения нормативных и ненормативных кризисов.
48. Психологическое сопровождение возрастных кризисов.
49. Психологическое сопровождение профессиональных кризисов.
50. Ошибки психологического сопровождения в кризисной ситуации и способы их предотвращения.
51. Понятие, цели и задачи кризисного консультирования. Базовые принципы кризисной интервенции.
52. Специфика консультирования при нормативном и ненормативном кризисах.
53. Алгоритм кризисного консультирования различных субъектов кризисной ситуации.
54. Критерии эффективности кризисного консультирования.
55. Психотерапия в кризисных и экстремальных ситуациях: общая характеристика.
56. Показания для психотерапии при работе с возрастными кризисами. Возможности и ограничения различных психотерапевтических направлений.
57. Показания для психотерапии при работе с профессиональными кризисами. Возможности и ограничения различных психотерапевтических направлений.
58. Болезнь (травма) как кризисное состояние. Психология терминальных состояний.
59. Паллиативная медицина и психотерапия. Психотерапия терминальных больных.
60. Психологическая и психотерапевтическая работа с родственниками терминальных больных.
61. Психологическая помощь жертвам (пострадавшим) стихийных бедствий и катастроф.
62. Психологическая помощь жертвам насилия (общая характеристика).
63. Приемы и методы оказания психологической помощи людям в первые часы и дни после насилия.

- 64. Работа с отсроченными последствиями насилия.
- 65. Специфика работы с детьми, подвергшимися насилию.
- 66. Особенности оказания психологической помощи беженцам и вынужденным переселенцам.
- 67. Психологическая помощь вынужденным участникам боевых действий.
- 68. Психологическая помощь специалистам, работающим в экстремальных ситуациях.
- 69. Виктимизация личности в экстремальных условиях.
- 70. Виктимный и жизнестойкий копинг-стили поведения личности в экстремальной ситуации.