

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ЛІНГВІСТИКИ ТА СОЦІАЛЬНИХ КОМУНІКАЦІЙ
КАФЕДРА АВІАЦІЙНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

ТИПОВІ ТЕСТИ

з дисципліни «Психологічна стійкість в екстремальних та кризових умовах»

за спеціальністю 053 «Психологія»

Укладач:
професор кафедри авіаційної психології
Оксана ЛИЧ

Комплект тестів розглянутий та схвалений на
засіданні кафедри авіаційної психології

Протокол № 7 від 28.08.2023 р.

Завідувач кафедри

Лада ЯКОВИЦЬКА

Завдання 1

1. Оберіть поняття, яким позначають властивість, що характеризує індивіда в процесі напруженої діяльності, окремі емоційні механізми якої гармонічно взаємодіючи між собою, сприяють успішному досягненню поставленої мети:

- а) емоційна стійкість;
- б) замріяність;
- в) витривалість;

2. Як називається складна якість особистості, в якій об'єднані: врівноваженість, стабільність, опірність (резистентність)?

- а). Психологічна стійкість;
- б) принциповість;
- в) компетентність;

3. Оберіть вірне визначення поняття «врівноваженість»:

- а) це здатність утримувати рівень напруги, не виходячи за межі прийняттого (не доводячи до руйнівного стресу);
- б) постійний рівень настрою;
- в) це здатність зберігати свободу поведінки і вибору способу життя;
- г) це самодостатність як свобода від залежності (хімічної, інтеракційної або поведінкової).

4. Яке з понять відповідає наступним таким характеристикам, як постійний рівень настрою?

- а). Стабільність;
- б) фрустрація;
- в) стійкість;
- г) опірність.

5. Оберіть вірні варіанти: стресостійкість особистості на соціально-психологічному рівні розглядають як:

- а) збереження здатності до соціальної адаптації;
- б) збереження значущих міжособистісних зв'язків;
- в) забезпечення успішної самореалізації;
- г) досягнення життєвих цілей;
- г) збереження працездатності;
- д) збереження здоров'я.

6. Оберіть вірні варіанти: психологічну стійкість підтримують:

- а) внутрішні ресурси;
- б) особистісні ресурси;
- в) зовнішні ресурси
- г) міжособистісна підтримка;
- г) соціальна підтримка.

7. Чи вірно стверджувати, що рівень психологічної стійкості особистості виявляється в її трудовій діяльності, в надійності працівника?

- а) погоджуюсь;
- б) не погоджуюсь;
- в) складно відповісти.