

**федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
Первый Московский государственный медицинский университет имени И.М. Сеченова
Министерства здравоохранения Российской Федерации
(Сеченовский Университет)
Институт психолого-социальной работы
Кафедра управления сестринской деятельностью и социальной работы**

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

«Профилактика профессионального выгорания»

основная профессиональная образовательная программа высшего образования – программа бакалавриата по направлению подготовки
39.03.02 Социальная работа

Тестовые задания

1. **Симптомы эмоционального выгорания (эмоциональное истощение, деперсонализация, редукция профессиональных данных) проявляются:**
последовательно
одновременно
всегда в различном порядке
могут не проявляться
2. **Симптомы эмоционального выгорания (эмоциональное истощение, деперсонализация, редукция профессиональных данных) с течением времени:**
нарастают
ослабевают
или нарастают, или ослабевают
остаются неизменными
3. **Симптомы эмоционального выгорания необходимо лечить:**
на начальной стадии
приемом лекарств
длительным отпуском
только если они сильно выражены
4. **В какой европейской стране выявлен самый высокий уровень развития СЭВ по данным научных исследований?**
Словения
Россия
Германия
Литва
5. **Средний человек удовлетворяет свои потребности по пирамиде А.Маслоу примерно следующим образом:**
физиологические – 85%; в безопасности и защите – 70%; в принадлежности и любви – 50%; в самоуважении – 40%; в самоактуализации – 10%.
в безопасности и защите – 85%; физиологические – 75%; в принадлежности и любви – 30%; в самоуважении – 40%; в самоактуализации – 10%.
в самоактуализации – 10%; физиологические – 75%; в безопасности и защите – 85%; в самоуважении – 30%; в принадлежности и любви – 10%;
в самоактуализации – 30%; физиологические – 85%; в безопасности и защите – 75%; в самоуважении – 30%; в принадлежности и любви – 10%;
6. **К факторам стресса во взаимоотношениях на службе можно отнести:**
конфликтные ситуации
дружеские
тревога за близких
дефицит денег
7. **К профессиональным группам среди которых наиболее часто встречается развитие СЭВ можно отнести группу:**
Психологи
Шахтеры
Кладовщики
Бухгалтеры
8. **Кто первым ввел термин «синдром эмоционального выгорания» в мире?**
Фриденберг Х
Бойко В.
Маслач К.

- Гринберг Дж.
9. **Сколько стадий (этапов) развития синдрома выгорания выделил Гринберг Дж. В своей теории:**
Пять стадий (этапов)
Три стадии (этапа)
Четыре стадий (этапов)
Две стадии (этапов)
10. **На каком этапе у человека наблюдаются первые признаки синдрома, такие как бессонница, снижение работоспособности и частичная потеря интереса к своему делу.**
на втором
на первом
на третьем
на четвертом
11. **На каком этапе, формирования СЭВ у человека снижается иммунитет, простудные заболевания превращаются в хронические, проявляются «старые» болячки:**
на четвертом
на первом
на втором
на третьем
12. **Сколько фаз в развитии СЭВ выделил в своей теории Буриш Матиас:**
6 фаз
1 фазу
3 фазы
8 фаз
13. **В каких трех сферах чаще всего встречается СЭВ по данным исследований в России :**
консультирование – медицина, фармацевтика –высший менеджмент
маркетинг, реклама – консультирование – медицина, фармацевтика
консультирование – высший менеджмент - маркетинг, реклама
высший менеджмент - маркетинг, реклама - медицина, фармацевтика
14. **В каком регионе (городах) в России чаще всего проводились научные исследования СЭВ:**
Москва
Волгоград
Санкт- Петербург
Нижний Новгород
15. **Эмоциональному выгоранию в большей степени подвержены:**
молодые сотрудники, с небольшим стажем работы
сотрудники зрелого возраста, имеющие большой стаж работы
сотрудники пожилого возраста, имеющие большой стаж работы
сотрудники с небольшим стажем работы
16. **При психоэмоциональном напряжении необходимо**
ввести в режим дня регулярные умеренные физические нагрузки
исключить физические нагрузки
порекомендовать участвовать в спортивных соревнованиях
отказаться от любых видов спорта

- 17. К психосоциальным факторам риска относят:**
сниженная индивидуальная особенность к преодолению стрессовой ситуации
пониженная физическая подвижность
риск возникновения профессиональных травм
риск ожогов на рабочем месте
- 18. К психологическим факторам риска относят**
необходимость сочетания профессиональных и семейных обязанностей
инфекции, связанные с оказанием медицинской помощи (ИСМП)
воздействие высоких и низких температур;
воздействие разных групп токсичных веществ
- 19. Эмпатия – это процесс:**
эмоциональный
социально-обусловленный
вербальный
формализованный
- 20. Рефлексия - это компетенция:**
общечеловеческая
экономическая
социальная
политическая
- 21. Рефлексия, как психологическое понятие это:**
отражением самого себя в собственном сознании
способность к саморазвитию
тип эмпатии
способность к суждению
- 22. Что может стать первопричиной конфликта на работе:**
недостаток рефлексии
гиперрефлексивность
удовлетворенность своей работой
психическое благополучие
- 23. Профессиональное эмоциональное выгорание – это:**
защитная реакция психики на неблагоприятные факторы профессиональной среды
активация отрицательных эмоций
снижение профессиональной активности
нежелание поддерживать профессиональные отношения
- 24. Чтобы снизить стресс и избежать нервного истощения у социальных работников необходимо:**
периодически положительно и честно оценивать их работу
снизить требования к уровню ухода
всегда только хвалить работу
не замечать агрессивное отношение к пациентам
- 25. На какое состояние специалиста указывает следующее поведение маскообразная мимика, категоричная речь, сутулость, отсутствие готовности слушать и**

предлагать, замедленная реакция или, напротив, торопливость
дефицит энергии
обособление
экономия энергии
бездействие
доминирование

26. Если у специалиста «осевшая» осанка и замедленная реакция, то это указывает на отсутствие у него

бодрости
доброжелательности
спонтанности
привлекательности
инициативности

27. Если специалист перестает высказывать свое мнение, предлагать идеи и вносить предложения, то это указывает на отсутствие у него

инициативности
спонтанности
бодрости
привлекательности
доброжелательности

28. На дефицит энергии указывает следующее самонаблюдение

бодрость не возвращается после 40 минут отдыха
настроение не улучшается после 40 минут отдыха
настроение не улучшается после 20 минут отдыха
самочувствие не улучшается после 20 минут отдыха
самочувствие не улучшается после 40 минут отдыха

29. Первый этап изменения профессионального поведения

экономия энергии
адаптация
социализация
дебют профессионального выгорания
профессиональное выгорание

30. Дополнительные траты энергии, связанные с особенностями профессиональной деятельности социального работника, называются

профильные
профессиональные
естественные
непрофильные
нерациональные

31. Если специалист выглядит суровым, не выслушивает собеседника, его речь категоричная, то это указывает на отсутствие у него

доброжелательности
бодрости
привлекательности
спонтанности
инициативности

32. Второй этап изменения профессионального поведения

дебют профессионального выгорания

адаптация

социализация

экономия энергии

профессиональное выгорание

33. Третий этап изменения профессионального поведения

профессиональное выгорание

адаптация

социализация

дебют профессионального выгорания

экономия энергии