**Дистанционное обучение впервые избранных председателей, заместителей председателей
и секретарей избирательных комиссий субъектов Российской Федерации**

**1−18 марта 2022 года**

****

**ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ
ДЛЯ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ**

**Тема: Преодоление стрессовых ситуаций в профессиональной деятельности**

1. Признаками проявления стресса профессионального стресса являются:

а) невыполнение работы в срок;

б) увеличение числа ошибок по невнимательности;

в) проявление безразличия к жизни, потеря интереса к ней;

г) все вышеперечисленное.

2. Методом борьбы со стрессом является:

а) не обращать внимание на стресс;

б) снижать значимость стрессовой ситуации;

в) брать на себя решение дополнительных задач.

г) все вышеперечисленное.

3. Одним из стрессогенных факторов в профессиональной деятельности может быть:

а) точное определение круга обязанностей работника;

б) разноплановый характер выполняемой работы;

в) интенсивность работы;

г) тишина на рабочем месте.

4. Одним из способов противодействия психологическому давлению в профессиональной деятельности является:

а) быть уверенным в себе;

б) активно вступать в дискуссии и споры с участниками избирательного процесса;

в) агрессивно отвечать на агрессию в ваш адрес;

г) все вышеперечисленное.