

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Приволжский исследовательский медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине **Профессиональное здоровье и развитие**

специальность **37.05.01 Клиническая психология**

направленность (профиль) **Клинико-психологическое консультирование и психо-
терапия**

Квалификация выпускника:
Специалист

Форма обучения:
очная

Нижний Новгород
2025

Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Настоящий Фонд оценочных средств (ФОС) по дисциплине «Профессиональное здоровье и развитие» является неотъемлемым приложением к рабочей программе дисциплины «Профессиональное здоровье и развитие». На данный ФОС распространяются все реквизиты утверждения, представленные в РПД по данной дисциплине.

1. Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине «История психологии»

Компетенция (код)	Индикаторы достижения компетенций	Виды занятий	Оценочные средства
ПК-3	Способность к реализации психологических технологий, направленных на профессиональное развитие и мониторинг профессионального становления личности.	Лекции, семинарские занятия, самостоятельная работа.	Тестовые задания
ПК-15	Способность к разработке и реализации программ профилактики профессиональных кризисов, деформаций и сохранения профессионального здоровья.	Лекции, семинарские занятия, самостоятельная работа.	Тестовые задания

Текущий контроль по дисциплине «Профессиональное здоровье и развитие» осуществляется в течение всего срока освоения данной дисциплины. Выбор оценочного средства для проведения текущего контроля на усмотрение преподавателя. Промежуточная аттестация обучающихся по дисциплине «Профессиональное здоровье и развитие» проводится по итогам обучения и является обязательной.

2. Критерии и шкала оценивания

Критерии оценивания	Шкала оценивания			
	Неудовлетворительно	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
Полнота знаний	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибки	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок
Наличие умений	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном	Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном	Продемонстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, вы-

		объеме	объеме, но некоторые с недочетами	полнены все задания в полном объеме
Наличие навыков (владение опытом)	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов
Характеристика сформированности компетенции	Компетенция в полной мере не сформирована. Имеющихся знаний, умений, навыков недостаточно для решения профессиональных задач. Требуется повторное обучение	Сформированность компетенции соответствует минимальным требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков в целом достаточно для решения профессиональных задач, но требуется дополнительная практика по большинству практических задач	Сформированность компетенции в целом соответствует требованиям, но есть недочеты. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в целом достаточно для решения профессиональных задач, но требуется дополнительная практика по некоторым профессиональным задачам	Сформированность компетенции полностью соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в полной мере достаточно для решения сложных профессиональных задач
Уровень сформированности компетенций	Низкий	Ниже среднего	Средний	Высокий

3. Оценочные средства

3.1. Общее количество тестовых заданий по дисциплине представлено в таблице

1.

Таблица 1

Общее количество тестовых заданий

Код компетенции	Наименование компетенции	Количество заданий
ПК-3	Способность к реализации психологических технологий, направленных на профессиональное развитие и мониторинг профессионального становления личности.	10
ПК-15	Способность к разработке и реализации программ профилактики профессиональных кризисов, деформаций и сохранения профессионального здоровья.	10

3.2. Тестовые задания с распределением по компетенциям и типам Таблица 2

Задания закрытого типа альтернативного ответа (с выбором одного или нескольких правильных ответов)

№ задания	Содержание задания	Варианты ответов	Правильный ответ	Код компетенции
Прочитайте текст, выберите один или несколько правильных ответов				
1	Процесс профессионального становления личности по Э.Ф. Зееру включает стадию, на которой происходит формирование профессионально важных качеств и освоение системы профессиональных знаний и умений. Как она называется?	1) Аморфная оптация 2) Оптация 3) Профессиональная подготовка 4) Профессиональная адаптация	3	ПК-3
2	Синдром эмоционального выгорания, согласно В.В. Бойко, включает фазу, характеризующуюся неадекватным эмоциональным реагированием и редукцией профессиональных обязанностей. Как она называется?	1) Фаза напряжения 2) Фаза резистенции 3) Фаза истощения 4) Фаза адаптации	2	ПК-15
3	К внешним ресурсам стрессоустойчивости, согласно ресурсной концепции, относится:	1) Социальная поддержка 2) Самоэффективность 3) Оптимизм 4) Копинг-стратегии	1	ПК-15
4	Теория профессионального развития Д. Сьюпера относится к:	1) Дифференциально-диагностическому направлению 2) Теории решений 3) Теории развития 4) Психодинамическому направлению	3	ПК-3
5	Профессиональные деформации личности связаны с изменением:	1) Только продуктивности деятельности 2) Только мотивации деятельности 3) Конфигурации личностного профиля 4) Все ответы верны	4	ПК-15
6	Сознательный акт выявления собственной позиции в проблемных ситуациях профессионального выбора называется:	1) Реориентацией личности 2) Психобиографией 3) Профессиональным самоопределением 4) Таксономией	3	ПК-3

7	Какая стратегия профессионального самосохранения личности характеризуется стремлением к самореализации в непрофессиональной сфере?	1) Пассивная стратегия 2) Депрессивная стратегия 3) Аффективно-агрессивная стратегия 4) Защитная стратегия	4	ПК-15
8	Согласно периодизации профессионального развития Е.А. Климова, стадия, на которой происходит овладение профессией и адаптация к трудовому коллективу, называется:	1) Оптант 2) Адепт 3) Адаптант 4) Интернал	3	ПК-3
9	К факторам, влияющим на здоровье работающего человека, не относится:	1) Условия труда 2) Социально-психологический климат 3) Половая принадлежность 4) Организация рабочего места	3	ПК-15
10	Уровень профессионального развития личности (по А.К. Марковой), характеризующий деятельность в её расцвете («акме»), – это:	1) Псевдопрофессионализм 2) Допрофессионализм 3) Суперпрофессионализм 4) Профессионализм	3	ПК-3

Таблица 3

Задания закрытого типа на соответствие

№	Содержание	Содержание	Правильный ответ	Код компетен- ции
Прочитайте текст и установите соответствие				
11. Соотнесите стадию профессионального становления (по Э.Ф. Зееру) с её основ- ным психологическим новообразованием:				
А. Формирование индивидуаль- ного стиля деятельности Б. Профессиональное самооп- ределение В. Формирование профессио- нально важных качеств Г. Освоение системы профес- сиональных знаний	1. Стадия профес- сиональной подго- товки 2. Стадия первичной профессионализации 3. Стадия профес- сионального мастер- ства 4. Стадия оптации	1 – Г 2 – В 3 – А 4 – Б	ПК-3	
12. Соотнесите фазу эмоционального выгорания (по В.В. Бойко) с её симптомом:				
А. Переживание психотравми- рующих обстоятельств Б. Редукция профессиональных обязанностей	1. Фаза напряжения 2. Фаза резистенции 3. Фаза истощения	1 – А, Г 2 – Б 3 – В	ПК-15	

В. Эмоциональная отстранённость			
Г. Тревога			
13. Соотнесите понятие с его определением:			
А. Устойчивое нарушение профессиональной деятельности, обусловленное изменениями структуры личности Б. Состояние истощения, возникающее в процессе профессиональной деятельности В. Способность сохранять профессиональное здоровье и противостоять стрессорам Г. Процесс овладения профессиональными знаниями, умениями и навыками	1. Профессиональная деформация 2. Эмоциональное выгорание 3. Профессиональная обучаемость 4. Профессиональная резильентность	1 – А 2 – Б 3 – Г 4 – В	ПК-3, ПК-15

Таблица 4

Задания закрытого типа на последовательность

№	Содержание	Содержание	Правильный ответ	Код компетенции
1 4	Выстройте последовательность этапов профессионального развития личности по Е.А. Климову:	1. Адаптант 2. Оптант 3. Интернал 4. Адепт 5. Мастер	2, 4, 1, 3, 5	ПК-3
1 5	Выстройте последовательность стадий профессионального кризиса:	1. Нарастание неудовлетворённости 2. Кризисная ситуация 3. Осознание кризиса 4. Преодоление кризиса 5. Новая идентичность	1, 3, 2, 4, 5	ПК-15
1 6	Выстройте последовательность фаз эмоционального выгорания по В.В. Бойко:	1. Фаза истощения 2. Фаза резистенции 3. Фаза напряжения	3, 2, 1	ПК-15

Таблица 5

Задания открытого типа дополнения

№	Содержание задания	Правильный ответ	Код компетенции
Прочитайте текст и дополните ответ			
17	Процесс приспособления личности к условиям профессиональной деятельности, характеризующийся освоением профессиональных норм, ценностей и требований, называется .	профессиональной адаптацией	ПК-3

18	Состояние физического, эмоционального и умственного истощения, возникающее в процессе профессиональной деятельности, получило название	эмоционального выгорания (или профессионального выгорания)	ПК-15
19	Стратегии и приёмы, используемые личностью для совладания со стрессовыми ситуациями в профессиональной деятельности, называются	копинг-стратегиями	ПК-15
20	Совокупность профессионально важных качеств, знаний, умений и навыков, обеспечивающих эффективность профессиональной деятельности, называется	профессионализмом	ПК-3
21	Психологическая помощь специалисту, направленная на осознание и преодоление профессиональных трудностей, профилактику выгорания и деформаций, осуществляется в форме	супервизии	ПК-15
22	Согласно концепции Г.С. Никифорова, система мер, направленных на сохранение и укрепление профессионального здоровья, включает _____ и _____ компоненты.	организационные и личностные	ПК-15

Таблица 6

Задания открытого типа *свободного изложения (с развернутым ответом)*

№	Содержание задания	Правильный ответ	Код компетенции
Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ			
23	Опишите стадии профессионального становления личности по Э.Ф. Зееру и укажите основные психологические новообразования каждой стадии.	1. Аморфная оптация – отсутствие чётких профессиональных предпочтений. 2. Оптация – формирование профессионального самоопределения. 3. Профессиональная подготовка – освоение системы профессиональных знаний и умений. 4. Профессиональная адаптация – приспособление к услови-	ПК-3

		ям труда. 5. Первичная профессионализация – формирование профессионально важных качеств. 6. Вторичная профессионализация – развитие индивидуального стиля деятельности. 7. Профессиональное мастерство – творческое владение профессией.	
24	Перечислите основные методы профилактики и коррекции профессиональных деформаций и эмоционального выгорания.	1. Организационные: оптимизация режима труда и отдыха, рациональное распределение нагрузки, улучшение социально-психологического климата. 2. Личностные: обучение навыкам саморегуляции, развитие копинг-стратегий, повышение психологической грамотности, супервизия. 3. Психологические: тренинги личностного роста, психокоррекционные программы, группы поддержки.	ПК-15
25	Охарактеризуйте ресурсную концепцию стрессоустойчивости и её значение для сохранения профессионального здоровья.	Ресурсная концепция (С. Хобфолл) рассматривает стресс как реакцию на потерю ресурсов. Ресурсы делятся на внешние (социальная поддержка, материальные блага) и внутренние (личностные качества, самоофективность, оптимизм). Для сохранения профессионального здоровья важно не только предотвращать потерю ресурсов, но и активно их восполнять через обучение, развитие навыков и поддержание социальных связей.	ПК-15
26	Раскройте содержание концепции психологического обеспечения профессионального здоровья Г.С. Никифорова.	Концепция включает три основных направления: 1) психологическая профилактика – создание условий для предотвращения нарушений здоровья; 2) психологическая гигиена – поддержание психического здоровья на рабочем месте; 3) психологическая коррекция – устранение негативных последствий профессиональной деятельности. Ключевая идея – интеграция организационных и личностных мер для сохранения профессио-	ПК-15

		нального долголетия.	
27	Сравните основные зарубежные и отечественные теории профессионального развития.	Зарубежные теории: дифференциально-диагностическое направление (акцент на индивидуальных различиях), теория развития Д. Сьюпера (стадийность развития), теория решений (рациональный выбор), психодинамическое направление (влияние бессознательных мотивов). Отечественные подходы: концепция Е.А. Климова (фазы становления профессионала), теория Э.Ф. Зеера (стадии и психологические новообразования), подход А.К. Марковой (уровни профессионализма). Общее – признание стадийности развития; различие – в акцентах (зарубежные – на выборе, отечественные – на развитии личности в деятельности).	ПК-3

Таблица 7

Ключи к оцениванию

№ задания	Правильный ответ	Критерии
Задания закрытого типа альтернативного ответа (с выбором одного или нескольких правильных ответов)		
1	1. 3	1 б – полный правильный ответ; 0 б – остальные случаи
2	2. 2	1 б – полный правильный ответ; 0 б – остальные случаи
3	3. 1	1 б – полный правильный ответ; 0 б – остальные случаи
4	4. 3	1 б – полный правильный ответ; 0 б – остальные случаи
5	5. 4	1 б – полный правильный ответ; 0 б – остальные случаи
6	6. 3	1 б – полный правильный ответ; 0 б – остальные случаи
7	7. 4	1 б – полный правильный ответ; 0 б – остальные случаи
8	8. 3	1 б – полный правильный ответ; 0 б – остальные случаи
9	9. 3	1 б – полный правильный ответ; 0 б – остальные случаи
10	10. 3	1 б – полный правильный ответ; 0 б – остальные случаи
Задания закрытого типа на соответствие		
11	11. 1 – Г, 2 – В, 3 – А, 4 – Б	1 б – полное правильное соответствие; 0 б – все остальные случаи
12	12. 1 – А, Г; 2 – Б; 3 – В	1 б – полное правильное соответствие

		ствие; 0 б – все остальные случаи
13	13. 1 – А; 2 – Б; 3 – Г; 4 – В	1 б – полное правильное соответствие; 0 б – все остальные случаи
Задания закрытого типа на последовательность		
14	14. 2, 4, 1, 3, 5	1 б – правильная последовательность; 0 б – остальные случаи
15	15. 1, 3, 2, 4, 5	1 б – правильная последовательность; 0 б – остальные случаи
16	16. 3, 2, 1	1 б – правильная последовательность; 0 б – остальные случаи
Задания открытого типа дополнения		
17	17. профессиональной адаптацией	1 б – полный правильный ответ; 0 б – все остальные случаи
18	18. эмоционального выгорания	1 б – полный правильный ответ; 0 б – все остальные случаи
19	19. копинг-стратегиями	1 б – полный правильный ответ; 0 б – все остальные случаи
20	20. профессионализмом	1 б – полный правильный ответ; 0 б – все остальные случаи
21	21. супервизии	1 б – полный правильный ответ; 0 б – все остальные случаи
22	22. организационные и личностные	1 б – полный правильный ответ; 0 б – все остальные случаи
Задания открытого типа свободного изложения (с развернутым ответом)		
23	23. 1. Аморфная оптация – отсутствие чётких профессиональных предпочтений. 2. Оптация – формирование профессионального самоопределения. 3. Профессиональная подготовка – освоение системы профессиональных знаний и умений. 4. Профессиональная адаптация – приспособление к условиям труда. 5. Первичная профессионализация – формирование профессионально важных качеств. 6. Вторичная профессионализация – развитие индивидуального стиля деятельности. 7. Профессиональное мастерство – творческое владение профессией.	1 б – полный правильный ответ 0 б – все остальные случаи
24	24. 1. Организационные: оптимизация режима труда и отдыха, рациональное распределение нагрузки, улучшение социально-психологического климата. 2. Личностные: обучение навыкам саморегуляции, развитие копинг-стратегий, повышение пси-	1 б – полный правильный ответ 0 б – все остальные случаи

	хологической грамотности, супервизия. 3. Психологические: тренинги личностного роста, психокоррекционные программы, группы поддержки.	
25	25. Ресурсная концепция (С. Хобфолл) рассматривает стресс как реакцию на потерю ресурсов. Ресурсы делятся на внешние (социальная поддержка, материальные блага) и внутренние (личностные качества, самоэффективность, оптимизм). Для сохранения профессионального здоровья важно не только предотвращать потерю ресурсов, но и активно их восполнять через обучение, развитие навыков и поддержание социальных связей.	1 б – полный правильный ответ 0 б – все остальные случаи
26	26. Концепция включает три основных направления: 1) психологическая профилактика – создание условий для предотвращения нарушений здоровья; 2) психологическая гигиена – поддержание психического здоровья на рабочем месте; 3) психологическая коррекция – устранение негативных последствий профессиональной деятельности. Ключевая идея – интеграция организационных и личностных мер для сохранения профессионального долголетия.	1 б – полный правильный ответ 0 б – все остальные случаи
27	27. Зарубежные теории: дифференциально-диагностическое направление (акцент на индивидуальных различиях), теория развития Д. Сьюпера (стадийность развития), теория решений (рациональный выбор), психодинамическое направление (влияние бессознательных мотивов). Отечественные подходы: концепция Е.А. Климова (фазы становления профессионала), теория Э.Ф. Зеера (стадии и психологические новообразования), подход А.К. Марковой (уровни профессионализма). Общее – признание стадийности развития; различие – в акцентах (зарубежные – на выборе, отечественные – на развитии личности в	1 б – полный правильный ответ 0 б – все остальные случаи

	деятельности).	
--	----------------	--