

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:

ФИО: Кузнецов Владимир Вячеславович
Должность: И.о. ректора
Дата подписания: 30.01.2026 15:20:01
Уникальный программный код:
89bc0900301c561c0dcc38a48f6e7de679484a4c
Министерства здравоохранения Российской Федерации

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий кафедрой

Наталия Кравцова Кравцова Н.А./
«14» апреля 2025

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
Дисциплины Б1.О.04 Психология здоровья
основной образовательной программы
высшего образования

Специальность

37.05.01 Клиническая психология
(код, наименование)

Уровень подготовки

специалитет

(специалитет/магистратура)

Направленность подготовки

12 Обеспечение безопасности (в сферах: психодиагностической и консультативной деятельности в интересах обороны и безопасности государства, обеспечения законности и правопорядка)

Форма обучения

очная

(очная, очно-заочная)

Срок освоения ООП

5,5 лет

(нормативный срок обучения)

Кафедра

Клинической психологии

Владивосток – 2025

1. ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

1.1. Фонд оценочных средств регламентирует формы, содержание, виды оценочных средств для текущего контроля, промежуточной аттестации и итоговой (государственной итоговой) аттестации, критерии оценивания дифференцированно по каждому виду оценочных средств.

1.3. Фонд оценочных средств определяет уровень формирования у обучающихся установленных в ФГОС ВО и определенных в основной образовательной программе высшего образования по специальности 37.05.01 Клиническая психология, 12 Обеспечение безопасности (в сферах: психодиагностической и консультативной деятельности в интересах обороны и безопасности государства, обеспечения законности и правопорядка) универсальных (УК) компетенций, общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций



2. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

2.1. Виды контроля и аттестации, формы оценочных средств

№ п/ п	Виды аттестации	Оценочные средства
		Форма
1	Текущая аттестация	Тесты Рефераты Доклады-презентации
2	Промежуточная аттестация	Тесты Вопросы для собеседования

3. Содержание оценочных средств текущего контроля

Текущий контроль осуществляется преподавателем дисциплины при проведении занятий в форме: тестирования, подготовки рефератов и докладов-презентаций по темам практических занятий.

Оценочное средство 1 – Тест из 25 вопросов

Критерии оценивания теста - для получения оценки «зачтено» необходимо дать 70% правильных ответов на вопросы теста.

Оценочное средство 2 – Рефераты по темам дисциплины

Критерии оценивания реферата по теме считается зачтенным в случае, если студент выразил своё мнение по сформулированной проблеме, аргументировал его, определив ее содержание и составляющие, приведены основные источники по рассматриваемой теме, студент проводит самостоятельный анализ основных этапов и смысловых составляющих проблемы; понимает базовые основы и теоретическое обоснование выбранной темы.

От 6 до 10 баллов – студент понимает базовые теоретические основы дисциплины «Психология здоровья», понимает теоретическое обоснование выбранной темы, работа характеризуется смысловой цельностью, связностью и последовательностью изложения, привлечены основные источники по рассматриваемой теме, допущено не более 2 ошибок в смысловом изложении или содержании проблемы, оформлении работы.

Менее 5 баллов - проявлены незнания базовых основ вопросов компетенций дисциплины; работа представляет собой полностью или большей частью переписанный исходный текст, без каких бы то ни было комментариев, не раскрыта структура и теоретическая

составляющая темы, допущено три или более ошибки в смысловом содержании раскрываемой проблемы, в оформлении работы.

Оценочное средство 3 – Презентации докладов по темам практических занятий
Критерии оценивания презентации доклада

Оценка	Менее 5 баллов (неудовлетворительно)	6-7,5 баллов (удовлетворительно)	7,5-8,5 баллов (хорошо)	8,5-10 баллов (отлично)
	Содержание критериев			
Раскрытие проблемы	Проблема не раскрыта. Отсутствуют выводы.	Проблема раскрыта не полностью. Выводы не сделаны и/или выводы не обоснованы.	Проблема раскрыта. Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы. Не все выводы сделаны и/или обоснованы.	Проблема раскрыта полностью. Проведен анализ проблемы с привлечением дополнительной литературы. Выводы обоснованы.
Представление	Представляемая информация логически не связана. Не использованы профессиональные термины.	Представляемая информация не систематизирована и/или не последовательна. Использовано 1-2 профессиональных термина.	Представляемая информация не систематизирована и последовательна. Использовано более 2 профессиональных терминов.	Представляемая информация систематизирована, последовательна и логически связана. Использовано более 5 профессиональных терминов.
Оформление	Не использованы технологии PowerPoint. Больше 4 ошибок в представляемой информации.	Использованы технологии PowerPoint частично. 3- 4 ошибки в представляемой информации.	Использованы технологии PowerPoint. Не более 2 ошибок в представляемой информации.	Широко использованы технологии PowerPoint и др. Отсутствуют ошибки в представляемой информации.
Ответы на вопросы	Нет ответов на вопросы	Только ответы на элементарные вопросы	Ответы на вопросы полные и/или частично полные	Ответы на вопросы полные, с приведением примеров и/или пояснений

4. Содержание оценочных средств промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация проводится в виде зачета.

Оценочное средство 1 – Тест из 40 вопросов

Критерии оценивания теста - для получения оценки «зачтено» необходимо дать 70% правильных ответов на вопросы теста.

Оценочное средство 1 – Вопросы для собеседования

Критерии оценивания устного ответа:

8-10 баллов – ответ показывает прочные знания об основных процессах изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа; умение приводить примеры современных проблем изучаемой области.

6-8 баллов – прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, ответ отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа. Допускается одна-две неточности в ответе.

5-6 баллов – оценивается ответ, свидетельствующий в основном о знании процессов изучаемой области, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы; знанием основных вопросов теории; слабо сформированными навыками анализа явлений, процессов, недостаточным умением давать аргументированные ответы и приводить примеры; недостаточно свободным владением монологической речью, логичностью и последовательностью ответа. Допускается несколько ошибок в содержании ответа; неумение привести пример развития ситуации, провести связь с другими аспектами изучаемой области.

Ниже 5 баллов – ответ, обнаруживает незнание процессов изучаемой предметной области; незнание основных вопросов теории, несформированными навыками анализа явлений, процессов; неумением давать аргументированные ответы, слабым владением монологической речью, отсутствием логичности и последовательности. Обнаруживает серьезные ошибки в содержании ответа; незнание современной проблематики изучаемой области.

5. Критерии оценивания результатов обучения

«**Зачтено**» выставляется обучающемуся, если он показал достаточно прочные знания основных положений учебной дисциплины, умение самостоятельно решать конкретные практические задачи, предусмотренные рабочей программой, ориентироваться в рекомендованной справочной литературе, умеет правильно оценить полученные результаты.

«**Не зачтено**» выставляется обучающемуся, если при ответе выявились существенные пробелы в знаниях основных положений учебной дисциплины, неумение с помощью преподавателя получить правильное решение конкретной практической задачи из числа предусмотренных рабочей программой учебной дисциплины.

**Оценочные средства текущего контроля
Вопросы для тестирования**

1. Это комплекс правил, установленных обществом. К ним относятся и образцы поведения, и определенные правила взаимодействия в социуме:

Функциональная норма

+Социальная норма

Статистическая норма

Групповая норма

2. Замедление темпов возрастного развития, незначительное отставание в развитии психических качеств; снижение или отсутствие способности к получению, переработке, хранению, передаче информации, поступающей извне; диспропорциональность между направленной и спонтанной сторонами развития - это комплекс аспектов, указывающих на:

Нормальное развитие личности

+Патологическое развитие личности

Дисморфофобическое развитие личности

Ни на что не указывает

3. К какому виду эталонов относится данные ценности: «Стремление к самоактуализации, творческая спонтанность, конгруэнтность (согласованность мыслей, чувств и действий), духовная автономия, целостность»

Античный

Адаптационный

+ Антропоцентрический

Нет правильного ответа

4. Активная игра. Заинтересованность в окружающем мире, развитие живого воображения проявляется в возрасте _____ лет. (дошкольном)

5. Термин, обозначающий очищение, искупление, желанное освобождение от хаоса:

Регуляция

Деструкция

+Катарсис

Гимнастика

6. Автор «теории стресса»:

+Г. Селье

Э. Дюркгейм

Уолтер Кенон

Иоган Шульц

7. Представитель социологического подхода к изучению личности:

+Э. Дюркгейм

З.Фрейд

Аристотель

М. Вебер

8. Основными источниками психопатологии и здоровья, по мнению Адлера, является чувство:

Собственного достоинства

Солидарности

+Неполноценности

Нет правильного ответа

9. Согласно гуманистического подхода, одной из важных составляющих здоровья и зрелости личности является:

Целостность

Любовь

+Самоактуализация

Внутренняя гармония

10. По мнению Э. Фромма она гармонизирует жизнь человека, его личность и отношения с миром:

+Свобода для

Свобода от

Свобода против

Ваш вариант ответа _____

11. С точки зрения данного философа обретение смысла (а обрести смысл можно только в обществе) возвращает человеку здоровье:

А. Маслоу

+ В. Франкл

Э. Фромм

Платон

12. Достижение здоровья возможно посредством нахождения гармонии между социально-экономическими условиями жизни и собственной внутренней природой:

Биологический подход

+ Гуманистический подход

Психоаналитический подход

Адаптационный подход

13. Честность и ответственность за свои действия способствует:

+Психологическому развитию

Регрессии

Адаптации

Уменьшению контактов

14. Вставьте пропущенное слово: _____ - это достояние избранных, самых талантливых и незаурядных

Богатство

+Здоровье

Креативность

Друзья

15. Ввёл понятие - «полноценно функционирующая» личность.

Э.Фромм

+ К. Роджерс

В.А. Ананьев

В.Р. Бильданова

16. Психологическое здоровье детей условно разделяют на уровни... Выберите лишний ответ:

Адаптивный

Креативный уровень

Дезадаптивный.

+Личностно-смысловой

17. Вставьте пропущенное слово: _____ – это оптимальная статическая и динамическая согласованность частей, характеристик целого предмета и оптимальная соотнесенность предмета с окружающим внешним миром. (Гармония)

18. Данный философ трактовал, что здоровье возможно при соразмерном смешении основных первоэлементов тела (крови, флегмы, желтой и черной желчи):

Аристотель

Платон

+Гиппократ

Анаксагор

19. Это процесс постоянного духовного развития, процесс формирования духовных потребностей и процесс их удовлетворения:

Социальное бытие

Витальное бытие

+Духовное бытие

Нет правильного ответа

20. Таблица Шульте применяется для исследования:

Речи

+Внимания

Памяти

Гносиза

21. Методика суициального поведения подростков (С.А. Беличева, модификация опросника Айзенка) применяется для исследования:

Социального здоровья

Внутрисемейных конфликтов

+Самооценки психических состояний личности

Ваш вариант ответа _____ -

22. Оценка функционального состояния дыхательной системы:

+Проба Штанге

+Проба Генчи

Проба Серкина

Проба Клиппеля

23. _____ — это особое отношение личности к своему здоровью, которое выражается в осознании его ценности и активно-позитивном стремлении к его совершенствованию. (Внутренняя картина здоровья)

24. Учение о здоровой психике было заложено:

+Гиппократом

3. Фрейдом

А. Маслоу

Эскулап

25. По мнению Б.С. Братусь, высший уровень психического здоровья :

+личностно-смысовой

индивидуально-психологический

психофизиологического

нет правильного ответа

Оценочные средства текущего контроля Темы рефератов

1. Психологическая типология личности и здоровье.
2. Здоровье как философская проблема человеческого существования.
3. Социально-психологические факторы здоровья.
4. Геронтологические аспекты психического здоровья: факторы долголетия.
5. Сексуальное здоровье: мужская и женская сексуальность.
6. Концепция здоровья Н.М. Амосова.
7. Личность и наркотики.
8. Компьютерные зависимости.
9. Проективные тесты и их теоретические основания.
10. Методы психологической саморегуляции.
11. Проблема жизненного пути в работах отечественных ученых.
12. Факторы здорового образа жизни.
13. Факторы формирования внутренней картины здоровья.
14. Роль индивидуально-психологических факторов в формировании внутренней картины здоровья.
15. Сохранение здоровья на разных этапах профессионального развития.
16. Акме как вершина личного и профессионального развития личности.

Оценочные средства текущего контроля Темы докладов-презентаций

1. Здоровье и болезнь как предмет психологического изучения.
2. Здоровье как системное понятие.
- 3. Теоретические основы психологии здоровья.**
4. Античный подход к здоровью.
5. Адаптационный подход к здоровью.
6. Антропоцентрический эталон: здоровье как всесторонняя самореализация.
7. Здоровье в культурно-историческом контексте.
8. Модель здоровой личности.
9. Здоровье и жизненный путь человека.
10. Соматическое и психологическое здоровье в детском возрасте.
11. ВКЗ детей и подростков.
12. Факторы сохранения и укрепления здоровья на поздних этапах онтогенеза.
13. Проблема профессионального здоровья и профессионального выгорания у представителей различных профессий.
14. Национальные образы здоровья.
15. Роль психической саморегуляции в поддержании и развитии здоровья личности.
16. Методы и приемы саморегуляции при различных неблагоприятных психических состояниях.

Оценочные средства промежуточного контроля
Вопросы для тестирования

1. Объектом психологии здоровья является:

- a) профилактика болезней
- b) «здоровая личность»
- c) здоровый образ жизни.

2. По Уставу Всемирной организации здравоохранения:

- a) здоровье - это состояние, при котором проявляются нормальные физиологические резервы организма, позволяющие ему адаптироваться к физической среде при минимальном напряжении регуляторных механизмов.
- b) здоровье - это состояние, при котором количественные показатели функций организма в состоянии покоя соответствуют норме.
- c) здоровье - это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней.
- d) здоровье – это состояние, при котором наблюдается отсутствие болезней и дефектов. здоровье – это способность человека вести здоровый образ жизни.

3. Здоровье населения в наибольшей степени зависит от:

- a) здорового образа жизни
- b) состояния экологии
- c) наследственности
- d) успехов медицины

4. К частным областям сохранения и развития индивидуального и общественного здоровья относятся:

- a) профилактическая наркология
- b) обучение здоровью.
- c) семейное здоровье
- d) психосоматическая медицина
- e) верны все ответы

5. Какой структурный компонент в личности человека в большей степени отвечает за механизм оздоровления психики по З.Фрейду:

- a) Оно
- b) Я
- c) Сверх Я

6. По мнению Б.С. Братусь, высший уровень психического здоровья:

- a) личностно-смысловой
- b) индивидуально-психологический
- c) психофизиологического
- d) нет правильного ответа

7. У кого устанавливается наиболее высокий уровень психического здоровья?

- a) у состоящих в браке мужчин
- b) у одиноких, никогда не состоящих в браке женщин
- c) у женщин состоящих в браке
- d) у одиноких мужчин

8. Кем было предложено понятие «внутренняя картина здоровья»?

- a) Ананьев В.А.
- b) Смирнов В.М. и Резникова Т.И
- c) Тхостов А.Ш
- d) Никифоров Г.С.

9. Отличительными признаками нравственного здоровья являются (два правильных ответа):

- a) сознательное отношение к труду
- b) развитие внимания

- c) овладение сокровищами культуры
- d) нормальное функционирование всех его органов и систем

10. Процесс оздоровления психики человека по К. Юнгу осуществляется благодаря (два правильных ответа):

- a) социальной адаптации
- b) обретению единства, целостности внутреннего мира
- c) установлению гармоничных взаимоотношений между сознанием и бессознательным
- d) осознанности

11. Вставьте пропущенное слово:

_____ - движение от центрированности на себе и целях личного превосходства к задачам конструктивного овладения средой и социально полезного развития.

12. Кто из перечисленных авторов участвовал в формировании психологии здоровья за рубежом (три правильных варианта)?

- a) Дж. Матараццо
- b) Байер К.
- c) М. Мак Дермотт
- d) Дж. Энджелла

13. Кто из известных психологов предложил структуру духовной жизни, выходящую за пределы индивидуальной биографии человека?

- a) З. Фрейд
- b) Ф. Перлз
- c) А. Адлер
- d) К.Г. Юнг

14. Кто является автором такого направления в психотерапии как «Понимающая психотерапия»?

- a) Василюк Ф. Е.
- b) Ассаджиоли Р.
- c) Ялом И.

15. Кто является автором такого направления в психотерапии как «Психосинтез»?

- a) С. Гроф
- b) Г. Юнг
- c) Р. Ассаджиоли
- d) В. Райх

16. Понятие «Акме» в психологии здоровья понимается как:

- a) вершина личного и профессионального развития личности
- b) здоровье личности
- c) самоактуализация

17. Сфера исследования акмеологии здоровья включает направления:

- a) акмеологический статус здоровья
- b) медицинскую акмеологию
- c) акмеологию профессионального здоровья
- d) верны все варианты

18. В акмеологическом аспекте проблема психологического здоровья личности исследовалась научной школой:

- a) А.А.Деркача
- b) Е.А. Смирнова
- c) Б.Г. Ананьева
- d) А. Г. Маклакова

19. В парадигме «Потрясающей психотерапии» здоровье рассматривается как:

- a) средство для достижения целей и поиска смысла жизни
- b) отсутствие недомогания
- c) социальный успех

20. Переживание человеком состояния физического, эмоционального и психического истощения, вызванного длительной включенностью в эмоционально напряженные и значимые ситуации – это:

- a) синдром эмоционального выгорания
- b) деперсонализация
- c) психосоматическое расстройство
- d) невротическое расстройство

21. К факторам профессиональной работоспособности Г.С. Никифоров относит:

- a) физическую работоспособность
- b) умственную работоспособность
- c) социальные и социально-психологические факторы
- d) верны все варианты

22. Для духовного кризиса характерно:

- a) построение новой системы жизненных ориентиров
- b) конфликтные состояния
- c) личностные изменения
- d) верны все варианты

23. Динамическая система, включающая в себя систему представлений человека о своем здоровье, осознание им своих физических и психических возможностей, самооценку здоровья, а также субъективное восприятие и оценку влияющих на здоровье факторов – это...

- a) внутренняя картина здоровья
- b) внутренняя картина болезни
- c) отношение к здоровью
- d) психологические ресурсы

24. К трансперсональной психотерапии относятся разработки:

- a) С. Грофа
- b) В. Франкла
- c) К. Роджерса
- d) И. Ялом

25. Какие ситуации называются «пиковыми» переживаниями?

- a) чувства страха
- b) вдохновение, любовь
- c) чувство ревности
- d) агрессию, ярость

26. В экзистенциальной психотерапии тревожность рассматривается как:

- a) болезнь
- b) слабость
- c) возможность

27. Психотерапия построенная на стремлении человека к поиску и реализации человеком смысла своей жизни называется:

- a) бихевиоральная психотерапия
- b) дизайнанализ
- c) логотерапия
- d) потрясающая психотерапия

28. Психологическая адаптация личности в обществе, является задачей ...

- a) психопрофилактики
- b) психогигиены
- c) психологии здоровья

29. Данный подход в психотерапии основывается на представлениях о возможности реализации внутреннего, глубинного потенциала человека для исцеления и оздоровления психики, возможности высвободить колоссальный внутренний развивающий и самоисцеляющий потенциал (ресурс), а так же научить им пользоваться.

- a) трансперсональная психотерапия
- b) гуманистическая психология
- c) психоанализ
- d) бихевиоральная психотерапия

30. Что, по мнению А.Адлера, определяет личностное здоровье:

- a) врожденное здоровье
- b) индивидуальные способности
- c) жизненные цели и чувство общественного

31. Три основных компонента, которые содержит понятие «отношение к здоровью»:

- a) когнитивный
- b) эмоциональный
- c) мотивационно-поведенческий
- d) личностный

32. К какому невротическому механизму относится невозможность дифференцировать себя и других?

- a) проекция
- b) интроекция
- c) ретрофлексия
- d) слияние

33. В центре различных концепций здоровья, возникших на основе этого эталона, обнаруживается представление о высшем (духовном) предназначении человека.

- a) античный
- b) адаптационный
- c) антропоцентрический
- d) гуманистический

34. Какие требования предъявляет к личности психотерапевта К. Роджерс?

- a) правильно оценивать поведение пациента
- b) быть индифферентным к чувствам пациента
- c) испытывать безусловное принятие и положительные чувства к пациенту.

35. Представление о здоровье базируется на идее некоего оптимального соотношения различных составляющих телесной и душевной природы человека, которые, при условии установления такого соотношения, образуют упорядоченное внутреннее единство.

- a) античный
- b) адаптационный
- c) антропоцентрический
- d) гуманистический

36. Термин «самоактуализация» является центральным для:

- a) гуманистической психологии
- b) психоанализа
- c) бихевиоральной психотерапии

37. В данном подходе здоровье понимается как успешная адаптация и всесторонняя гармонизация отношений субъекта с окружающим его миром.

- a) античный
- b) адаптационный
- c) антропоцентрический
- d) гуманистический

38. Предупреждение психических расстройств является предметом ...

- a) психологии здоровья
- b) психопрофилактики
- c) психогигиены

39. Что из перечисленного относится к невротическим механизмам защиты:

- a) имплозия
- b) интроекция

c) ретрофлексия

d) вытеснение

40. Какие три категории включает понятие «образ жизни человека»?

a) уровень жизни

b) качество жизни

c) стиль жизни

d) отношение к жизни

Ответы к тесту для промежуточного контроля знаний

№ вопроса	Ответ
1.	B
2.	C
3.	A
4.	E
5.	B
6.	A
7.	A
8.	B
9.	A и C
10.	B и C
11.	Психологический рост
12.	A, C, D
13.	D
14.	A
15.	C
16.	A
17.	D
18.	A
19.	A
20.	A
21.	D
22.	D
23.	A
24.	A
25.	B
26.	C
27.	C
28.	C
29.	A
30.	C
31.	A, B, C
32.	D
33.	C
34.	C
35.	A
36.	A
37.	B
38.	B
39.	B, C, D
40.	A, B, C

**Оценочные средства промежуточного контроля
Вопросы для собеседования**

1. Психология здоровья как междисциплинарная область знания.

2. Психология здоровья: цели и задачи.

3. Объект и предмет психологии здоровья.

4. Базовые определения здоровья.
5. Внутренняя картина здоровья: базовые категории и способы формирования.
6. Понятие здоровья в Древней Греции.
7. Адаптационная модель здоровья.
8. Критерии здоровья в гуманистическом направлении психологии.
9. Социокультурные эталоны здоровья.
10. Национальные образы здоровья и болезни.
11. Черты здоровой личности.
12. Методы самооценки здоровья.
13. Здоровый образ жизни: основные критерии.
14. Методы диагностики отношения к здоровью.
15. Проективные методы в психологии здоровья.
16. Биопсихосоциальная модель здоровья.
17. Особенности профилактики и сохранения здоровья.
18. Жизненное самоопределение и здоровье.
19. Психологическая характеристика понятия «акме».
20. Психологические особенности «акме» на разных этапах зрелости.
21. Критерии психологического здоровья.