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 ключ:
89bc0900301c561c0dcc38a48f0e7de679484a4c

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тихоокеанский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий кафедрой
_____ / 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 привидением 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.

Приложение 1

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 Кеннон
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
Гнозиса
21. Методика суицидального 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
З. Фрейдом
А. Маслоу
Эскулап
25. По мнению Б.С. Братусь, высший уровень психического здоровья :
+личностно-смысловой
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.

Приложение 2

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 предположил 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) психосоматичесое 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.