Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Шуматов Валентин Борисович
Должность: Ректор
Дата подписания: 18.03.2024 11:17:20
Уникальный программный ключ:
1cef78fd73d75dc6ecf72fe1eb94fee387a2985d2657b784eec019bf8a794cb4

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

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий кафедрой
_____ Кравцова Н. А
«19» июня 2023 г.

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

| | |
|---|---|
| **Направление подготовки (специальность)** | **37.05.01 Клиническая психология** (код, наименование) |
| **Уровень подготовки** | Высшее образование - специалитет (специалитет/магистратура) |
| **Направленность подготовки** | 12 Обеспечение безопасности (в сферах: психодиагностической и консультативной деятельности в интересах обороны и безопасности государства, обеспечения законности и правопорядка; научных исследований) |
| **Форма обучения** | очная (очная, очно-заочная) |
| **Срок освоения ООП** | 5,5 лет (нормативный срок обучения) |
| **Кафедра** | Клинической психологии |

**Владивосток – 2023**

**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 37.05.01 Клиническая психология (уровень специалитета), направленности 12 Обеспечение безопасности в сфере профессиональной деятельности: 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 контроля** | **Оценочные средства** |
|---|---|---|
| | | **Форма** |
| 1 | **Текущий контроль** | **Тесты**<br>**Рефераты**<br>**Доклады-презентации** |
| 2 | **Промежуточная аттестация** | **Тесты**<br>**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.