

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Богдалова Елена Владимировна

Должность: Проректор по образовательной деятельности

Дата подписания: 07.08.2025 12:01:02

Уникальный программный ключ:

ec85dd5a839619d48ea76b2d23dba88a9c82091a

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение инклюзивного высшего образования
**«Российский государственный
университет социальных технологий»
(ФГБОУ ИВО «РГУ СоцТех»)**

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по образовательной деятельности

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

**Б1.В.ДЭ.01.01 ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ В ОБЩЕСТВЕННОМ
ЗДРАВООХРАНЕНИИ**

32.04.01 Общественное здравоохранение

**Профилактика неинфекционных заболеваний и укрепление здоровья
направленность (профиль)**

Содержание

1. Паспорт фонда оценочных средств.....
2. Перечень оценочных средств.....
3. Описание показателей и критериев оценивания компетенций.....
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения, характеризующих этапы формирования компетенций.....
5. Материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.....

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине «ПСИХОЛОГИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ»

Оценочные средства составляются в соответствии с рабочей программой дисциплины и представляют собой совокупность контрольно-измерительных материалов (типовые задачи (задания), контрольные работы, тесты и др.), предназначенных для измерения уровня достижения обучающимися установленных результатов обучения.

Оценочные средства используются при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Таблица 1 - Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения дисциплины

Код компетенции	Содержание Компетенции	Индикаторы достижения компетенции
ПК-3	Способность эффективно взаимодействовать с различными социокультурными, профессиональными группами для решения проблем общественного здоровья	<p>ПК-3.1. Знает основные информационно коммуникационные технологии для эффективного взаимодействия с различными социокультурными, профессиональными группами для решения актуальных проблем общественного здоровья.</p> <p>ПК-3.2. Умеет выбирать и использовать адекватные каналы коммуникации для различных целевых групп при реализации программ укрепления здоровья и решения иных проблем общественного здравоохранения.</p> <p>ПК-3.3. Владеет практическим опытом построения эффективных стратегий коммуникаций с различными социокультурными, профессиональными группами для решения проблем общественного здоровья; демонстрирует способность к работе в команде, способность брать на себя личную ответственность и лидерство в планировании и осуществлении рассматриваемой деятельности.</p>
ПК-7	Способность определять факторы, способствующие укреплению здоровья и профилактики заболеваний	<p>ПК-7.1. Знает основы здорового образа жизни, методы и методики его формирования, современные подходы к оценке популяционного здоровья, методики анализа данных и подготовки методических материалов для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья.</p> <p>ПК-7.2. Умеет реализовывать современные подходы к укреплению здоровья, к оценке популяционного здоровья, проводить анализ данных и</p>

		<p>подготавливать методические материалы для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья.</p> <p>ПК-7.3. Владеет современными подходами к оценке популяционного здоровья, демонстрирует готовность к анализу данных и подготовке методических материалов для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья.</p>
--	--	---

Конечными результатами освоения дисциплины являются сформированные когнитивные дескрипторы «знать», «уметь», «владеть», расписанные по отдельным компетенциям. Формирование дескрипторов происходит в течение всего семестра по этапам в рамках контактной работы, включающей различные виды занятий и самостоятельной работы, с применением различных форм и методов обучения.

2. ПЕРЕЧЕНЬ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ¹

Таблица 2

№	Наименование оценочного средства	Характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в ФОС
1	Дискуссия	Оценочные средства, позволяющие включить обучающихся в процесс обсуждения спорного вопроса, проблемы и оценить их умение аргументировать собственную точку зрения.	Вопросы по разделам дисциплины
2	Тест	Средство, позволяющее оценить уровень знаний обучающегося путем выбора им одного из нескольких вариантов ответов на поставленный вопрос. Возможно использование тестовых вопросов, предусматривающих ввод обучающимся короткого и однозначного ответа на поставленный вопрос.	Тестовые задания

Приведенный перечень оценочных средств при необходимости может быть дополнен.

¹ Указываются оценочные средства, применяемые в ходе реализации рабочей программы данной дисциплины.

3. ОПИСАНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И КРИТЕРИЕВ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

Оценивание результатов обучения по дисциплине «Профессиональное здоровье» осуществляется в соответствии с Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль (осуществление контроля всех видов аудиторной и внеаудиторной деятельности обучающегося с целью получения первичной информации о ходе усвоения отдельных элементов содержания дисциплины) и промежуточная аттестация (оценивается уровень и качество подготовки по дисциплине в целом).

Показатели и критерии оценивания компетенций, формируемых в процессе освоения данной дисциплины, описаны в табл. 3.
Таблица 3.

Код компетенции	Уровень освоения компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Вид учебных занятий ² , работы, формы и методы обучения, способствующие формированию и развитию компетенций ³	Контролируемые разделы и темы дисциплины ⁴	Оценочные средства, используемые для оценки уровня сформированности компетенции ⁵	Критерии оценивания результатов обучения
ПК-3	Знает					
	Недостаточный уровень	<i>ПК-3-3-1. не знает основные информационно-</i>	Лекционные занятия, самостоятельная	1 Введение в психологию профессионального	Дискуссия, тест	Студент плохо владеет изученным теоретическим материалом; не может

² Лекционные занятия, практические занятия, лабораторные занятия, самостоятельная работа...

³ Необходимо указать активные и интерактивные методы обучения (например, интерактивная лекция, работа в малых группах, методы мозгового штурма и т.д.), способствующие развитию у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств.

⁴ Наименование темы (раздела) берется из рабочей программы дисциплины.

⁵ Оценочное средство должно выбираться с учетом запланированных результатов освоения дисциплины, например:

«Знать» – собеседование, коллоквиум, тест...

«Уметь», «Владеть» – индивидуальный или групповой проект, кейс-задача, деловая (ролевая)

игра, портфолио...

		<i>коммуникационные технологии для эффективного взаимодействия с различными социокультурными, профессиональными группами для решения социально-психологических проблем общественного здоровья.</i>	работа	здоровья 2 Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности 3 Психология профессионального здоровья		полно и достоверно ответить на заданные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполняет или выполняет с грубыми ошибками.
Базовый уровень		<i>ПК-3-3-2. на базовом уровне знает основные информационно-коммуникационные технологии для эффективного взаимодействия с различными социокультурными</i>	Лекционные занятия, самостоятельная работа		Дискуссия, тест	Студент владеет материалом на базовом уровне; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и неуверенно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов от преподавателя.

		<i>профессиональн ми группами для решения социально- психологических проблем общественного здоровья.</i>				
Средний уровень	<i>ПК-3-3-3. на среднем уровне знает основные информационно- коммуникационны е технологии для эффективного взаимодействия с различными социокультурным и, профессиональн ми группами для решения социально- психологических проблем общественного</i>	Лекционные занятия, самостоятельная работа		Дискуссия, тест	Студент твердо владеет учебным материалом; отвечает без наводящих вопросов и без серьёзных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет верно, без ошибок.	

		<i>здоровья.</i>				
Высокий уровень	<i>ПК-3-3-4. на высоком уровне знает основные информационно-коммуникационные технологии для эффективного взаимодействия с различными социокультурными, профессиональными группами для решения социально-психологических проблем общественного здоровья..</i>	Лекционные занятия, самостоятельная работа			Дискуссия, тест	Студент основательно (глубоко) изучил учебный материал; на вопросы отвечает уверенно, ясно и исчерпывающе; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без допущения ошибок, своевременно.
Умеет						
Недостаточн	<i>ПК-3-У-1. не умеет выбирать и</i>	Практические занятия,	1	Введение в психологию	Дискуссия, тест	Студент не имеет четкие представления об объекте

	ый уровень	<i>использовать адекватные каналы коммуникации для различных целевых групп для решения социально-психологических проблем общественного здоровья.</i>	самостоятельная работа	профессионального здоровья 2 Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности 3 Психология профессионального здоровья		изучения в рамках дисциплины; воспроизводит часть учебного материала, элементарные задачи выполняет с помощью преподавателя.
	Базовый уровень	<i>ПК-3-У-2. на базовом уровне умеет выбирать и использовать адекватные каналы коммуникации для различных целевых групп для решения социально-психологических проблем общественного здоровья.</i>	Практические занятия, самостоятельная работа		Дискуссия, тест	Студент воспроизводит основной учебный материал, способен с ошибками и неточностями дать определение понятий
	Средний уровень	<i>ПК-3-У-3. на среднем уровне умеет выбирать и использовать адекватные каналы коммуникации для различных целевых групп для решения</i>	Практические занятия, самостоятельная работа		Дискуссия, тест	Студент имеет достаточные знания в рамках учебной дисциплины, аргументированно использует их в различных ситуациях, умеет находить информацию и анализировать ее, ставить и

		<i>социально-психологических проблем общественного здоровья.</i>				решать проблемы.
Высокий уровень	<i>ПК-3-У-4. на высоком уровне умеет выбирать и использовать адекватные каналы коммуникации для различных целевых групп для решения социально-психологических проблем общественного здоровья.</i>	Практические занятия, самостоятельная работа			Дискуссия, тест	Студент умеет самостоятельно анализировать, оценивать, обобщать пройденный материал, самостоятельно пользоваться источниками информации, для решения поставленных задач.
Владеет						
Недостаточный уровень	<i>ПК-3-В-1. не владеет практическим опытом построения эффективных стратегий коммуникаций с различными социокультурными,</i>	Практические занятия, самостоятельная работа	1 Введение в психологию профессионального здоровья 2 Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности 3 Психология профессионального		Дискуссия, тест	Студент плохо владеет изученным материалом; не может полно и достоверно ответить на заданные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной

		<i>профессиональным и группами для решения социально-психологических проблем формирования общественного здоровья; не демонстрирует способность к работе в команде, способность брать на себя личную ответственность и лидерство в планировании и осуществлении рассматриваемой деятельности.</i>		здоровья		работы.
Базовый уровень	<i>ПК-3-В-2. на базовом уровне владеет практическим опытом построения эффективных стратегий коммуникаций с различными социокультурными, профессиональным и группами для</i>	Практические занятия, самостоятельная работа			Дискуссия, тест	Студент владеет материалом на базовом уровне; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и неуверенно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов от преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной

		<p><i>решения социально-психологических проблем формирования общественного здоровья; демонстрирует способность к работе в команде, способность брать на себя личную ответственность и лидерство в планировании и осуществлении рассматриваемой деятельности.</i></p>				работы.
	Средний уровень	<p><i>ПК-3-В-3. на среднем уровне владеет практическим опытом построения эффективных стратегий коммуникаций с различными социокультурными, профессиональным и группами для решения социально-</i></p>	<p>Практические занятия, самостоятельная работа</p>		<p>Дискуссия, тест</p>	<p>Студент твердо владеет учебным материалом; отвечает без наводящих вопросов и без серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.</p>

		<i>психологических проблем формирования общественного здоровья; демонстрирует способность к работе в команде, способность брать на себя личную ответственность и лидерство в планировании и осуществлении рассматриваемой деятельности.</i>				
	Высокий уровень	<i>ПК-3-В-4. на высоком уровне владеет практическим опытом построения эффективных стратегий коммуникаций с различными социокультурными, профессиональным и группами для решения социально-психологических</i>	Практические занятия, самостоятельная работа		Дискуссия, тест	Студент основательно (глубоко) изучил учебный материал; на вопросы отвечает уверенно, ясно и исчерпывающе; свободно применяет полученные знания на практике, практические работы выполняет правильно, без ошибок, своевременно.

		<i>проблем формирования общественного здоровья; демонстрирует способность к работе в команде, способность брать на себя личную ответственность и лидерство в планировании и осуществлении рассматриваемой деятельности.</i>				
знает						
ПК-7	Недостаточный уровень	<i>ПК-7-3-1 -Не знает основы здорового образа жизни, методы и методики его формирования, современные подходы к оценке популяционного здоровья, методики анализа данных и подготовки методических</i>	Лекционные занятия, самостоятельная работа	1 Введение в психологию профессионального здоровья 2 Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности 3 Психология профессионального здоровья	Дискуссия, тест	Не знает основ здорового образа жизни, методов и методик его формирования.

		<i>материалов для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья.</i>			
	Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»	<i>ПК-7.3-2. Знает на базовом уровне основы здорового образа жизни, методы и методики его формирования, современные подходы к оценке популяционного здоровья, методики анализа данных и подготовки методических материалов для формирования мотивированного</i>	Лекционные занятия, самостоятельная работа		Дискуссия, тест
					Недостаточно знает основы здорового образа жизни, методы и методики его формирования.

		<i>отношения населения к сохранению и укреплению здоровья.</i>				
Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»	ПК-7.3-3	<i>Знает на среднем уровне основы здорового образа жизни, методы и методики его формирования, современные подходы к оценке популяционного здоровья, методики анализа данных и подготовки методических материалов для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и</i>	Лекционные занятия, самостоятельная работа		Дискуссия, тест	Хорошо знает основы здорового образа жизни, методы и методики его формирования.

		<i>укреплению здоровья.</i>				
	Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»	<i>ПК-7-3-4 Знает на высоком уровне основы здорового образа жизни, методы и методики его формирования, современные подходы к оценке популяционного здоровья, методики анализа данных и подготовки методических материалов для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья.</i>	Лекционные занятия, самостоятельная работа		Дискуссия, тест	Отлично знает основы здорового образа жизни, методы и методики его формирования.
умеет						

	<p>Недостаточный уровень Оценка «незачтено», «неудовлетворительно»</p>	<p>ПК-7-У-1 Не умеет реализовывать современные подходы к укреплению здоровья, оценке популяционного здоровья, проводить анализ данных и подготавливать методические материалы для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья.</p>	<p>Практические занятия, самостоятельная работа</p>	<p>1 Введение в психологию профессионального здоровья 2 Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности 3 Психология профессионального здоровья</p>	<p>Дискуссия, тест</p>	<p>Не умеет реализовывать современные подходы к укреплению здоровья.</p>
	<p>Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»</p>	<p>ПК-7-У-2 Умеет на базовом уровне реализовывать современные подходы к</p>	<p>Практические занятия, самостоятельная работа</p>		<p>Дискуссия, тест</p>	<p>Недостаточно умеет реализовывать современные подходы к укреплению здоровья.</p>

		укреплению здоровья, к оценке популяционного здоровья, проводить анализ данных и подготавливать методические материалы для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья.				
	Средний уровень	ПК-7-У-3 Умеет на среднем уровне реализовывать современные к подходы к укреплению здоровья, к оценке популяционного	Практические занятия, самостоятельная работа		Дискуссия, тест	Хорошо умеет реализовывать современные подходы к укреплению здоровья.

		здоровья, проводить анализ данных и подготавливать методические материалы для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению				
	Высокий уровень	ПК-7-У-4. Умеет на высоком уровне реализовывать современные подходы к укреплению здоровья, к оценке популяционного здоровья, проводить анализ данных и подготавливать методические материалы для формирования	Практические занятия, самостоятельная работа		Дискуссия, тест	Отлично умеет реализовывать современные подходы к укреплению здоровья.

		<i>мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению</i>				
владеет						
	Недостаточный уровень	<i>ПК-7-В-1 Не владеет современными подходами к оценке популяционного здоровья, демонстрирует готовность к анализу данных и подготовке методических материалов для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья.</i>	Практические занятия, самостоятельная работа	1 Введение в психологию профессионального здоровья 2 Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности 3 Психология профессионального здоровья	Дискуссия, тест	Не владеет современными подходами к оценке популяционного здоровья, демонстрирует готовность к анализу данных и подготовке методических материалов для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья
	Базовый уровень	<i>ПК-7-В-2 Владеет на базовом уровне современными подходами к оценке популяционного здоровья,</i>	Практические занятия, самостоятельная работа		Дискуссия, тест	Недостаточно владеет современными подходами к оценке популяционного здоровья, демонстрирует готовность к анализу данных и подготовке

		<i>демонстрирует готовность к анализу данных и подготовке методических материалов для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья</i>				методических материалов для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья
	Средний уровень	<i>ПК-7-В-3. Владеет на среднем уровне современными подходами к оценке популяционного здоровья, демонстрирует готовность к анализу данных и подготовке методических материалов для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья</i>	Практические занятия, самостоятельная работа		Дискуссия, тест	Хорошо владеет современными подходами к оценке популяционного здоровья, демонстрирует готовность к анализу данных и подготовке методических материалов для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья
	Высокий уровень »	<i>ПК-7-В-4 Владеет на высоком уровне современными подходами к оценке</i>	Практические занятия, самостоятельная работа		Дискуссия, тест	Отлично владеет современными подходами к оценке популяционного здоровья, демонстрирует

		<i>популяционного здоровья, демонстрирует готовность к анализу данных и подготовке методических материалов для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья</i>				<i>готовность к анализу данных и подготовке методических материалов для формирования мотивированного отношения населения к сохранению и укреплению здоровья</i>
--	--	--	--	--	--	---

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения

По видам заданий приводится описание того, каким образом необходимо выполнить данное задание, способы и механизмы его выполнения, выбор номера варианта и др. Примеры методических материалов, определяющих процедуру оценивания результатов обучения, характеризующих этапы формирования компетенций:

- Кейсовые технологии как средство формирования компетенций
- Методические указания по разработке оценочных средств
- Разработка и применение деловых игр
- Формирование портфолио обучающегося как современная оценочная технология
- Иные методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения в ходе реализации рабочей программы дисциплины

Методические рекомендации по подготовке к дискуссии

Одной из форм самостоятельной работы студентов является подготовка к дискуссии. Для подготовки к опросу студенту рекомендуется изучить лекционный материал, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов по соответствующей теме.

Эффективность подготовки студентов к дискуссии зависит от качества ознакомления с научной и методической литературой. При подготовке к опросу студентам рекомендуется обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения, составить тезисы выступления по отдельным проблемным аспектам.

Методические рекомендации по выполнению тестовых заданий

Тесты – это вопросы или задания, предусматривающие конкретный, краткий, четкий ответ на имеющиеся эталоны ответов.

По форме тестовые задания могут быть весьма разнообразны.

К первой группе относятся задания закрытой формы с единственным правильным ответом из нескольких представленных.

Вторую группу составляют задания открытой формы, где ответ вводится самостоятельно в поле ввода.

Третья группа представлена заданиями на установление соответствия, в которых элементом одного множества требуется поставить в соответствие элементы другого множества.

В четвертой группе тестов требуется установить правильную последовательность вычислений или каких-то действий, шагов, операций и т. п., используются задания на установление правильной последовательности.

При подготовке к тестированию студент должен придерживаться следующих рекомендаций:

- внимательно изучить основные вопросы темы

- найти и проработать соответствующие разделы в рекомендованных нормативных документах, учебниках и дополнительной литературе;
- выяснить условия тестирования;
- внимательно прочесть вопрос и предлагаемые варианты ответов. Выбрать правильные (их может быть несколько). На отдельном листке ответов написать цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам;
- в процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания, что позволит максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант;
- на трудный вопрос не тратить много времени, а переходить к следующему. К трудному вопросу можно вернуться позже;
- оставить время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.

5. Материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации

Вопросы для дискуссии.

Вопросы к разделу «Введение в психологию профессионального здоровья»

1. Опишите представления античных философов о здоровье.
2. Назовите отличия представлений о здоровье в средние века от представлений античного периода.
3. Выделите признаки здоровья с позиции медицины.
4. Соотнесите понятия здоровье и болезнь.
5. Выделите особенности рассмотрения здоровья как социального феномена.
6. Определите отличия между уровневым и компонентным представлением о здоровье.
7. Роль профессионального здоровья в работе учителя.
8. Проведите сравнительный анализ философского, медицинского и социального представлений о здоровье.
9. Составьте классификацию факторов, влияющих на работоспособность учителя.

Вопросы к разделу «Теоретические основы и психологическая диагностика здоровья личности»

1. Нормоцентрический, феноменологический, холистический и кросскультурный подходы в изучении психологии здоровья.
2. Валеология и проблема здорового образа жизни современного человека.
3. Теоретические представления в психологии по проблеме отношения к здоровью.
4. Определение структуры (уровней, компонентов) физического, психического и психологического здоровья.
5. Критерии психологического здоровья.

Вопросы к разделу «Психология профессионального здоровья»

1. Основные направления исследования проблемы профессионального здоровья.
2. Сущность концепции психологического обеспечения профессионального здоровья Г.С. Никифорова.

3. Понятие «здоровье» в рамках современной психологии труда.
4. Понятие работоспособности. Факторы, влияющие на работоспособность.
5. Основные причины нарушений профессионального здоровья.
6. Синдром психологического выгорания и меры профилактики и коррекции.
7. Профессиональные стрессы.
8. Копинг стратегии личности.
9. Меры профилактики нарушений здоровья и профессиональной реабилитации в профессиональной сфере

Контролируемые компетенции ПК-3, ПК-7

Оценка компетенций осуществляется в соответствии с таблицей 3.

Тестовые задания

- 1. Первые исследования по психосоматической медицине появились:**
 - а) в 30-е годы прошлого века
 - б) в 40-е годы
 - в) в 50-е годы
 - г) в конце 60-тых годов

- 2. С точки зрения психологии здоровья ответственность за собственную болезнь лежит на:**
 - а) социальном окружении, обществе
 - б) медицине, врачах
 - в) самом человеке
 - г) экологии

- 3. Психология здоровья наиболее тесно связана (имеет общие цели и задачи):**
 - а) с психотерапией
 - б) с психогигиеной
 - в) с психиатрией
 - г) с медициной

- 4. В России в начале прошлого века проблемы профессионального здоровья работающих людей изучались:**
 - а) В.М.Бехтеревым
 - б) А.К.Гастевым
 - в) Н.А.Витке
 - г) все ответы верны

- 5. Впервые термин burnout (англ. – «сгорание», «выгорание») был предложен**
 - а) Г. Фроуденбергером
 - б) К. Маслач
 - в) Н.Водопьяновой
 - г) Р. Лазарусом

- 6. К психосоматическим заболеваниям относят:**
 - а) бронхиальную астму
 - б) алкоголизм
 - в) ишемическую болезнь сердца
 - г) все ответы верны

7. Метод аутогенной тренировки (АТ) был создан:

- а) Шульцем
- б) Г.Селье
- в) В.М.Бехтеревым
- г) А.Беком

8. Метод ведения дневника с ежедневным анализом успехов и неудач относится к методам:

- а) бихевиоральной психотерапии
- б) ассертивной психотерапии
- в) когнитивной психотерапии
- г) психоанализа

9. В 1920 году в Москве был создан Центральный институт труда (ЦИТ) под руководством

- а) Н.А.Витке
- б) В.М.Бехтеревым
- в) А.К.Гастевым
- г) В.П.Кашкадамовым

10. К наиболее утомляемым психическим процессам следует отнести

- а) мышление
- б) внимание
- в) кратковременную память
- г) ощущения

11. Психология здоровья является:

- а) междисциплинарной областью
- б) отраслью психогигиены
- в) отраслью психопрофилактики
- г) отраслью психосоматической медицины

12. Одним из первых западных психологов, обративших внимание на важность разработки теории здоровой личности, был:

- а) Г.Олпорт
- б) З.Фрейд
- в) Э.Эриксон
- г) У.Джеймс

13. 80% несчастных случаев на производстве происходят по причине:

- а) неудовлетворительного состояния оборудования
- б) чрезмерной интенсивности и тяжести труда
- в) неосмотрительного поведения самого работника
- г) монотонности труда

14. Впервые интерес к проблеме обеспечения здоровья работников на производстве был проявлен в начале XX века:

- а) А.Файодем
- б) Ф.Тейлором
- в) Э.Мэйо
- г) Г.Мюстенбергом

15. Несчастные случаи на работе наиболее часты в возрасте

- а) от 17 до 28 лет
- б) от 28 до 38 лет
- в) от 38 до 48 лет
- г/ не зависят от возраста работника

16. Механизм двойного вытеснения характерен для:

- а) невротозов
- б) соматических заболеваний
- в) психотических расстройств
- г) психосоматических заболеваний

17. Техника медитации заключается

- а) в концентрации внимания субъекта
- б) в ограничении области восприятия внешних стимулов
- г) в замедлении процессов метаболизма
- д) все ответы верны

18. Симптомы выгорания у работников

- а) проявляются одновременно
- б) не имеют индивидуальных различий, т.е. проявляются у всех работников одинаково
- в) не поддаются коррекции
- г) все ответы не верны

19. В современной теории стресса термином «копинг» обозначают:

- а) вид фрустрации
- б) образ мышления и поведения, способствующие преодолению стресса
- в) копирование детьми поведения родителей во время стресса
- г) стадию эмоционального истощения

20. Значительный вклад в изучение стиля мышления оптимистов и пессимистов внес:

- а) К.Левин
- б) Э.Берн
- в) Г.Селье
- г) М.Зелигман

21. Один из симптомов профессионального выгорания, проявляющийся в циничном, бесчувственном, негуманном отношении к клиентам, пациентам, ученикам, приходящим для получения каких-либо услуг или помощи, называется

- а) редукция профессиональных достижений
- б) эмоциональное истощение
- в) деперсонализация
- г) эмоциональное выгорание

22. Центральная проблема психологии здоровья

- а) проблема сохранения здоровья менеджера
- б) проблема психосоматических заболеваний
- в) проблема психического здоровья личности
- г) профилактика старения

23. По мнению К.Маслач развитие синдрома выгорания зависит от

- а) индивидуальных особенностей личности
- б) индивидуального психологического опыта
- в) негативного индивидуального опыта
- г) все ответы верны

24. К наукам, изучающим здоровье относится:

- а) гигиена
- б) санология
- в) валеология
- г) все ответы верны

25. Музыкальная программа на производстве должна:

- а) состоять из спокойной, медленной музыки
- б) использоваться преимущественно в утренние, а не в вечерние часы работы
- в) состоять из инструментальных, а не вокальных произведений
- г) все ответы верны

26. Известный современный геронтолог Д.Гласс одним из главных условий долголетия считает

- а) рациональное питание
- б) наличие доброжелательных отношений в семье
- в) наличие хобби
- г) проживание за городом, в экологически чистом месте

27. Всемирная Организация Здравоохранения назвала «болезнью двадцать первого века»

- а) рак
- б) СПИД
- в) профессиональный стресс
- г) сердечно-сосудистые заболевания

28. Для какой модели здоровья характерно рассмотрение здоровья как единства биологических и социальных признаков, где социальным признакам придается приоритетное значение:

- а) медицинская модель здоровья
- б) биомедицинская модель
- в) биосоциальная модель
- г) ценностно-социальная модель

29. Автором учения о гомеостазе является

- а) Н.И.Пирогов
- б) Г.Селье
- в) У.Кэннон
- г) В.Н.Мясищев

30. Понятие синдрома «выгорания» впервые было введено в

- а) Х.Фройденбергером
- б) Г.Селье
- в) К.Маслач
- г) Г.Селье

31. К настоящему времени синдром выгорания включает в себя

- а) более 100 симптомов
- б) около 50 симптомов
- в) 20 симптомов
- г) содержание данного симптома в психологии не изучено

32. Трехкомпонентная модель СЭВ, включающая в себя эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию личных достижений впервые была предложена

- а) Н.Водопьяновой и Е.Старченковой
- б) К.Маслач и Джексон
- в) Т.Холмсом и Р.Реем
- г) Ч.Д.Спилбергером

33. Согласно теории стрессового процесса Г.Селье, эмоциональное выгорание следует отнести

- а) к стадии тревоги
- б) к стадии резистентности
- в) стадии истощения
- г) эмоциональное выгорание присутствует на каждой стадии

34. Образ мышления и поведения, способствующие преодолению стресса, называются

- а) локусом контроля
- б) резистентностью
- в) копингом
- г) ресурсом

35. Теория стресса была создана физиологом

- а) И.П.Павловым
- б) И.М.Сеченовым
- в) К.Бернаром
- г) Г.Селье

36. Наиболее существенное влияние на характер развития стресса, глубину и последствия его переживания оказывают

- а) индивидуальные особенности человека
- б) особенности трудовой деятельности
- в) низкая оплата труда
- г) конфликты с руководством

37. Умения и навыки, модели конструктивного поведения, дающие возможность человеку быть более стрессоустойчивым называются

- а) резистентностью
- б) ресурсом
- в) адаптацией
- г) фрустрацией

38. Главным показателем профессионального здоровья является:

- а) профессиональная работоспособность
- б) уровень стрессоустойчивости
- в) уровень абсентеизма
- г) карьерный рост

39. Назовите психосоматические заболевания, к которым предрасполагает эмоционально-поведенческий комплекс типа «А»:

- 1) заболевания органов дыхания (хронический бронхит, пневмония);
- 2) сердечно-сосудистые заболевания (стенокардия, инфаркт миокарда, гипертоническая болезнь);
- 3) наследственные болезни.

40. Наиболее полная и структурированная гуманистическая концепция здоровья принадлежит

- а) К.Роджерсу
- б) А.Маслоу
- в) Э.Эриксону
- г) Э.Фромму

41. Основным источником энергии для организма являются

- а) Белки
- б) Жиры
- в) Углеводы
- г) Витамины

42. Не обращать внимания на ухудшение состояния здоровья более характерно для

- а) Мужчин
- б) Женщин
- в) Подростков
- г) Пожилых людей

43. Средний возраст умерших от наркотиков

- а) 35
- б) 40
- в) 21

44. К экзистенциальным причинам выгорания относят

- а) Отсутствие целей в жизни
- б) Стрессогенность профессии
- в) Интровертированность личности
- г) Слабое физическое здоровье

45. Важнейшая роль ценностей в формировании зрелой и здоровой личности отмечается в концепции

- а) К.Роджерса
- б) Г.Олпорта
- в) Э.Эриксона
- г) З.Фрейд

46. «Наследственный паспорт» (геномная характеристика, хромосомная система человека), определяющий регенерационные способности нашей морфологии, составляет:

- а) генотипическую конституцию
- б) фенотипическую конституцию

в) иммунную конституцию

47. Способность приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям существования в окружающей среде:

- а) фрустрация
- б) адаптация
- в) саморегуляция

48. Действия, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе моральным и правовым нормам:

- а) инстинктивное поведение
- б) кризисное поведение
- в) девиантное поведение

49. Интуитивно-чувственный тип в случаях невротизации способствует ярким проявлениям патологии и возможным переходам ее в глубокие формы, так ли это:

- а) нет
- б) отчасти
- в) да

50. Тренировка системы терморегуляции в развитии защитных реакций организма на неблагоприятные воздействия внешней среды:

- а) двигательная активность
- б) акцентуации личности
- в) закаливание организма

Контролируемые компетенции: ПК-3, ПК-7

Оценка компетенций осуществляется в соответствии с таблицей 3.

Вопросы к зачету

1. Сущность понятия «здоровье» в рамках современной психологии труда.
2. Понятие профессионального здоровья.
3. Основные направления исследования проблемы профессионального здоровья
4. Понятие работоспособности, факторы, влияющие на работоспособность.
5. Сущность концепции психологического обеспечения профессионального здоровья
- Г.С. Никифорова, ее основные задачи.
6. Основные причины нарушений профессионального здоровья.
7. Основные меры профилактики нарушений здоровья и профессиональной реабилитации в профессиональной сфере.
8. Синдром эмоционального выгорания (СЭВ) в профессии
9. Основные факторы риска выгорания для представителей профессий социального ряда.
10. Основные способы профилактики и преодоления СЭВ.
11. Понятие стрессоустойчивости и копинга. Основные теории стресса и классификации копинг стратегий
12. Основные направления исследований в психологии профессионального здоровья
13. Теоретические направления в психологии здоровья
14. Стресс-менеджмент и его роль в обеспечении профессионального здоровья
15. Валеология и понятие ЗОЖ
16. Краткая характеристику факторов, влияющих на здоровье.
17. Характеристика компонентов отношения к здоровью.

18. Основные научные подходы к изучению проблемы здоровья.
19. Характеристики психологически здоровой личности
20. Понятие «здоровье» в рамках психологии труда

