

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Таскаев Сергей Валерьевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 17.09.2025 10:35:36

Уникальный программный ключ:

04c19ed8bfb98f506c677a486b9a878808322525

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального

антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 1 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

\_\_\_\_\_ А.А. Саламатов

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

**Фонд оценочных средств  
для промежуточной аттестации  
по дисциплине  
«Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг  
профессионального антивыгорания»**

Направление подготовки (специальность)

37.05.02 Психология служебной деятельности

Направленность профиль

Психологическое обеспечение служебной деятельности в  
экстремальных

Присваиваемая квалификация (степень)

психолог

Форма обучения

Очная

Челябинск 2025 г.



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт Образования и Практической Психологии  
Кафедра Психологии

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 2 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_

## 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Специальность: 37.05.02 Психология служебной деятельности

Направленность (профиль): Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях

Дисциплина: Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания

Семестр изучения: № 7

Форма промежуточной аттестации: экзамен

## 2. ПЕРЕЧЕНЬ ФОРМИРУЕМЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ

### 2.1. Компетенции, закреплённые за дисциплиной

Изучение дисциплины «Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направлено на формирование следующих компетенций:

Коды компетенции согласно ФГОС (ОПОП ВО)	Содержание компетенций согласно ФГОС (ОПОП ВО)	Индикаторы достижения компетенции согласно ОПОП	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
1	2	3	4
ПК-2	Способен осуществлять психологическое обеспечение служебной деятельности личного состава в экстремальных условиях	2.1. знать: Особенности психологического обеспечения служебной деятельности личного состава, в том числе в экстремальных условиях 2.2. знать: этические и нравственные основы служебной деятельности, основные нормы и функции служебного этикета 4.3. знать: основные факторы	Знает: - структуру и содержание эмоциональных и познавательных процессов, - особенности самоорганизации личности в сложных и экстремальных условиях; - основные методологические подходы к организации психологического обеспечения профессиональной деятельности в экстремальных условиях; - методы психологической поддержки сотрудников, военнослужащих и



МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Институт Образования и Практической Психологии Кафедра Психологии

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 3 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_

		формирования асоциального поведения, профессиональные риски, признаки профессиональной деформации 2.1. уметь: Анализировать факты, закономерности и механизмы служебной деятельности личного состава, в том числе в экстремальных условиях 2.2. уметь: разрабатывать и реализовывать программы, направленные на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц 2.3. уметь: разрабатывать программы, направленные на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом	служащих в ходе выполнения задач служебной деятельности и психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы, -способы разработки рекомендаций по развитию личностных качеств, повышающих психологическую устойчивость к трудным жизненным ситуациям; - психологические особенности деформации личности сотрудников в профессиях особого риска; теоретические основы психологической реабилитации субъектов служебной деятельности после экстремальных ситуаций Умеет: - проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях; - применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции оптимизации собственной деятельности и психологического состояния; - применять приемы оказания психологической поддержки и психологической помощи в экстремальных условиях; - применять методы психологической поддержки
--	--	---	--



МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)

Институт Образования и Практической Психологии

Кафедра Психологии

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 4 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_\_

		<p>развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков</p> <p>2.1. владеть: Методами анализа особенностей служебной деятельности личного состава, в том числе в экстремальных условиях</p> <p>4.2. владеть: предупреждения нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации</p> <p>2.3. владеть: критериями выбора психодиагностическ их и психокоррекционны х методик</p>	<p>сотрудников, военнослужащих и служащих в ходе выполнения задач служебной деятельности и психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы; - способы разработки рекомендаций по развитию личностных качеств, повышающих психологическую устойчивость к трудным жизненным ситуациям;</p> <p>- осуществлять профилактику профессиональной деформации личности сотрудников в профессиях особого риска; разрабатывать программы тренингов профессионального антивыгорания</p> <p>Владеет:</p> <p>- навыками управления психологической устойчивостью в сложных и экстремальных условиях; - методами эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния;</p> <p>- навыками применения методов и технологий психологического обеспечения профессиональной деятельности в экстремальных условиях;</p> <p>- навыками применения</p>
--	--	--	---



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт Образования и Практической Психологии  
Кафедра Психологии

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 5 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_

			методов психологической поддержки сотрудников, военнослужащих и служащих в ходе выполнения задач служебной деятельности и психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы; - навыками применения способов разработки рекомендаций по развитию личностных качеств, повышающих психологическую устойчивость к трудным жизненным ситуациям; - методами, способами профилактики профессиональной деформации личности; навыками осуществления психологической реабилитации
ПК-3	Способность осуществлять психологическую интервенцию (развитие, коррекция, реабилитация) сотрудников, выполнявших служебные задачи в экстремальных условиях, сотрудников со сниженной психологической и физиологической работоспособностью	2.1. знать: Структуру деятельности специалиста служебной деятельности, в том числе, психолога служебной деятельности 2.2. знать: психологические условия, способствующие эффективной профессиональной деятельности психолога и других специалистов служебной	Знает: - структуру и содержание эмоциональных и познавательных процессов, - особенности самоорганизации личности в сложных и экстремальных условиях; - основные методологические подходы к организации психологического обеспечения профессиональной деятельности в экстремальных условиях; - методы психологической поддержки сотрудников,



МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)

Институт Образования и Практической Психологии

Кафедра Психологии

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 6 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_\_

		деятельности 4.3. знать: основные факторы формирования асоциального поведения, профессиональные риски, признаки профессиональной деформации 2.1. уметь: Описывать структуру деятельности специалиста служебной деятельности, в том числе, психолога служебной деятельности 2.2. уметь: прогнозировать, анализировать и оценивать психологические условия, способствующие эффективной профессиональной деятельности психолога и других специалистов служебной деятельности 2.3. уметь: разрабатывать программы, направленные на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе,	военнослужащих и служащих в ходе выполнения задач служебной деятельности и психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы, -способы разработки рекомендаций по развитию личностных качеств, повышающих психологическую устойчивость к трудным жизненным ситуациям; - психологические особенности деформации личности сотрудников в профессиях особого риска; теоретические основы психологической реабилитации субъектов служебной деятельности после экстремальных ситуаций Умеет: - проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях; - применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции оптимизации собственной деятельности и психологического состояния; - применять приемы оказания психологической поддержки и психологической помощи в экстремальных условиях; - применять методы
--	--	---	--



МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Институт Образования и Практической Психологии Кафедра Психологии

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 7 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_\_

		<p>психическом развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков</p> <p>2.1. владеть: Методами анализа особенностей служебной деятельности личного состава, в том числе в экстремальных условиях</p> <p>4.2. владеть: Навыками составления психологического портрета профессионала (психолога и других специалистов служебной деятельности); навыками прогнозирования</p> <p>2.3. владеть: анализа и оценки психологических условий профессиональной деятельности психолога и других специалистов служебной деятельности</p>	<p>психологической поддержки сотрудников, военнослужащих и служащих в ходе выполнения задач служебной деятельности и психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы; - способы разработки рекомендаций по развитию личностных качеств, повышающих психологическую устойчивость к трудным жизненным ситуациям;</p> <p>- осуществлять профилактику профессиональной деформации личности сотрудников в профессиях особого риска; разрабатывать программы тренингов профессионального антивыгорания</p> <p>Владеет:</p> <p>- навыками управления психологической устойчивостью в сложных и экстремальных условиях; - методами эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния;</p> <p>- навыками применения методов и технологий психологического обеспечения профессиональной деятельности в экстремальных условиях;</p>
--	--	--	--



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт Образования и Практической Психологии  
Кафедра Психологии

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 8 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_

			<ul style="list-style-type: none"><li>- навыками применения методов психологической поддержки сотрудников, военнослужащих и служащих в ходе выполнения задач служебной деятельности и психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы; - навыками применения способов разработки рекомендаций по развитию личностных качеств, повышающих психологическую устойчивость к трудным жизненным ситуациям;</li><li>- методами, способами профилактики профессиональной деформации личности; навыками осуществления психологической реабилитации</li></ul>
--	--	--	---



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт Образования и Практической Психологии  
Кафедра Психологии

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 9 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_

### 3. СОДЕРЖАНИЕ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

#### 3.1 Виды оценочных средств

№ п/п	Код компетенции/ планируемые результаты обучения	Контролируемые темы	Наименование оценочного средства для текущего контроля	Наименование оценочного средства на промежуточно й аттестации
1	ПК-2: Способен осуществлять психологическое обеспечение служебной деятельности личного состава в экстремальных условиях Знает: - структуру и содержание эмоциональных и познавательных процессов, - особенности самоорганизации личности в сложных и экстремальных условиях; - основные методологические подходы к организации психологического обеспечения профессиональной деятельности в экстремальных условиях; - методы психологической поддержки сотрудников, военнослужащих и служащих в ходе выполнения задач служебной деятельности и психологической реабилитации лиц, получивших психические	Раздел 1. Стресс-менеджмент в служебной деятельности	Темы для подготовки сообщений. Отражены в РПД, в разделе «Типовые контрольные задания и иные материалы»	Вопросы к экзамену с 1 по 28



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт Образования и Практической Психологии  
Кафедра Психологии

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 10 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_\_

травмы, -способы  
разработки рекомендаций  
по развитию личностных  
качеств, повышающих  
психологическую  
устойчивость к трудным  
жизненным ситуациям;  
- психологические  
особенности деформации  
личности сотрудников в  
профессиях особого  
риска;  
теоретические основы  
психологической  
реабилитации субъектов  
служебной деятельности  
после  
экстремальных ситуаций  
Умеет:  
- проявлять  
психологическую  
устойчивость в сложных  
и экстремальных  
условиях; - применять  
методы  
эмоциональной и  
когнитивной регуляции  
оптимизации собственной  
деятельности и  
психологического  
состояния;  
- применять приемы  
оказания  
психологической  
поддержки и  
психологической помощи  
в экстремальных  
условиях;  
- применять методы  
психологической  
поддержки сотрудников,  
военнослужащих и  
служащих в ходе  
выполнения задач



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт Образования и Практической Психологии  
Кафедра Психологии

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 11 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_\_

<p>служебной деятельности и психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы; - способы разработки рекомендаций по развитию личностных качеств, повышающих психологическую устойчивость к трудным жизненным ситуациям; - осуществлять профилактику профессиональной деформации личности сотрудников в профессиях особого риска; разрабатывать программы тренингов профессионального антивыгорания</p> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- навыками управления психологической устойчивостью в сложных и экстремальных условиях; - методами эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния;</li><li>- навыками применения методов и технологий психологического обеспечения профессиональной деятельности в экстремальных условиях;</li></ul>			
--	--	--	--



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт Образования и Практической Психологии  
Кафедра Психологии

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 12 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_

	<p>- навыками применения методов психологической поддержки сотрудников, военнослужащих и служащих в ходе выполнения задач служебной деятельности и психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы; - навыками применения способов разработки рекомендаций по развитию личностных качеств, повышающих психологическую устойчивость к трудным жизненным ситуациям;</p> <p>- методами, способами профилактики профессиональной деформации личности; навыками осуществления психологической реабилитации</p>			
2	<p>ПК-3: Способность осуществлять психологическую интервенцию (развитие, коррекция, реабилитация) сотрудников, выполнявших служебные задачи в экстремальных условиях, сотрудников со сниженной психологической и физиологической работоспособностью</p> <p>Знает:</p> <p>- структуру и содержание эмоциональных и</p>	<p>Раздел 1. Стресс-менеджмент в служебной деятельности</p>	<p>Темы для подготовки сообщений. Отражены в РПД, в разделе «Типовые контрольные задания и иные материалы»</p>	<p>Вопросы к экзамену с 1 по 28</p>



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт Образования и Практической Психологии  
Кафедра Психологии

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 13 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_\_

познавательных процессов, - особенности самоорганизации личности в сложных и экстремальных условиях;  
- основные методологические подходы к организации психологического обеспечения профессиональной деятельности в экстремальных условиях;  
- методы психологической поддержки сотрудников, военнослужащих и служащих в ходе выполнения задач служебной деятельности и психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы, -способы разработки рекомендаций по развитию личностных качеств, повышающих психологическую устойчивость к трудным жизненным ситуациям;  
- психологические особенности деформации личности сотрудников в профессиях особого риска;  
теоретические основы психологической реабилитации субъектов служебной деятельности после экстремальных ситуаций  
Умеет:  
- проявлять



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт Образования и Практической Психологии  
Кафедра Психологии

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 14 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_

<p>психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях; - применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции оптимизации собственной деятельности и психологического состояния; - применять приемы оказания психологической поддержки и психологической помощи в экстремальных условиях; - применять методы психологической поддержки сотрудников, военнослужащих и служащих в ходе выполнения задач служебной деятельности и психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы; - способы разработки рекомендаций по развитию личностных качеств, повышающих психологическую устойчивость к трудным жизненным ситуациям; - осуществлять профилактику профессиональной деформации личности сотрудников в профессиях особого риска;</p>			
--	--	--	--



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт Образования и Практической Психологии  
Кафедра Психологии

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 15 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_

разрабатывать программы тренингов профессионального антивыгорания  
Владеет:  
- навыками управления психологической устойчивостью в сложных и экстремальных условиях; - методами эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния;  
- навыками применения методов и технологий психологического обеспечения профессиональной деятельности в экстремальных условиях;  
- навыками применения методов психологической поддержки сотрудников, военнослужащих и служащих в ходе выполнения задач служебной деятельности и психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы; - навыками применения способов разработки рекомендаций по развитию личностных качеств, повышающих психологическую устойчивость к трудным жизненным ситуациям;



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт Образования и Практической Психологии  
Кафедра Психологии

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 16 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_

- методами, способами профилактики профессиональной деформации личности; навыками осуществления психологической реабилитации			
--	--	--	--

Типовые задания, критерии и показатели оценивания в рамках текущего контроля представлены в рабочей программе дисциплины. Полные комплекты оценочных средств хранятся на кафедре.

### 3.2. Содержание оценочных средств

#### *Для промежуточной аттестации*

##### *Задачи:*

1. формирование у студентов научного понимания основ психологии общения и переговоров, освоение различных подходов к пониманию феноменологии конкретных проявлений в общении;
2. ознакомление с причинами затруднений и барьеров в общении, основных принципов эффективного общения, специфики профессиональных видов общения.

##### *Вопросы для подготовки к экзамену*

1. Зарубежные модели стресс-менеджмента.
2. Культурные и национальные особенности управления стрессом в России.
3. Отечественные программы управления производственными стрессами
4. Профессиональные заболевания и стресс.
5. Психологические механизмы сохранения профессионального здоровья.
6. Понятие стресса и особенности психологического стрессора.
7. Копинг-поведение как активный механизм сохранения профессионального здоровья.
8. Копинг-стратегии и копинг-ресурсы.
9. Пути позитивного воздействия социальных отношений и поддержки на формирование копинг-поведения.
10. Формы проявления производственных стрессов.
11. Работа как источник стресса.
12. Влияние стресса на физиологию человека.
13. Реакция на стресс: индивидуальные различия.



14. Причины производственных стрессов.

15. Формы проявления производственных стрессов.

16. Трудоголизм.

17. Профилактика стрессов и способы борьбы с их последствиями: организационные меры, индивидуальные подходы.

18. Воля как сознательная организация и саморегуляция человеком своей деятельности и поведения, направленная на преодоление трудностей в достижении цели, и её функции.

19. Локус контроля и волевые качества личности.

20. Проявление воли в условиях риска. Процедура принятия решения. Аспекты выработки и принятия решений.

Классификация типов принятия решений.

21. Компоненты саморегуляции личности. Связь саморегуляции с потребностями.

Модели саморегуляции (П.К. Анохина и др.).

22. Диагностика профессиональных стрессов.

23. Организация мониторинга состояния работников.

24. Методы диагностики стрессовых состояний.

25. Методы диагностики профессионального выгорания.

26. Диагностика индивидуальных компонентов стрессоустойчивости.

27. Компоненты стрессоустойчивости.

28. Диагностика профессиональной деформации. Индивидуальные предпосылки профессиональной деформации личности.

#### **4. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

##### **4.1. Порядок проведения промежуточной аттестации**

1. Текущая аттестация проводится по результатам работы на практических занятиях.

2. Условием аттестации является присутствие студента на практических занятиях семестра и выполнение заданий.

3. Форму текущей аттестации выбирает преподаватель, ведущий практические занятия.

4. Информация о форме аттестации, о ее процедуре доводится преподавателем



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт Образования и Практической Психологии  
Кафедра Психологии

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 18 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_\_

до сведения студентов на первом практическом занятии семестра.

5. Formой контроля знаний при проведении промежуточной аттестации является экзамен, который проводится в соответствии с графиком учебного процесса.

#### **4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации по видам оценочных средств**

Оценка "отлично": Точное и прочное знание материала в заданном объёме. Понимание материала, способность самостоятельно рассуждать и делать умозаключения, основанные на анализе научного знания.

Оценка "хорошо": Прочное знание материала при малозначительных неточностях (не более двух-трёх). Недостаточно полное понимание материала, незначительные неточности при вынесении собственных умозаключений, основанных на анализе научного знания.

Оценка "удовлетворительно": Знание материала с заметными пробелами, неточностями, но такими, которые не служат препятствием для дальнейшего обучения. Недостаточно понимание материала, слабо выраженная способность к самостоятельному суждению.

Оценка "неудовлетворительно": Незнание и непонимание основных положений курса, неспособность самостоятельно мыслить и делать выводы для практической и исследовательской деятельности.

##### **4.2.1. Критерии оценивания устного ответа во время экзамена**

Оценка	Требования к ответу
Отлично	Точное и прочное знание материала в заданном объёме. Понимание материала, способность самостоятельно рассуждать и делать умозаключения, основанные на анализе научного знания.



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт Образования и Практической Психологии  
Кафедра Психологии

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 19 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_

Хорошо	Прочное знание материала при малозначительных неточностях (не более двух-трёх). Недостаточно полное понимание материала, незначительные неточности при вынесении собственных умозаключений, основанных на анализе научного знания
Удовлетворительно	Знание материала с заметными пробелами, неточностями, но такими, которые не служат препятствием для дальнейшего обучения. Недостаточно понимание материала, слабо выраженная способность к самостоятельному суждению.
Неудовлетворительно	Незнание и непонимание основных положений курса, неспособность самостоятельно мыслить и делать выводы для практической и исследовательской деятельности.

Особенности проведения процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья обозначены в рабочей программе дисциплины.

#### **4.3. Уровни сформированности компетенций**

Уровни сформированности компетенций определяется следующим образом:

1. Высокий уровень сформированности компетенций соответствует оценке «отлично»:

- предполагает сформированность способности и готовности самостоятельно и успешно осуществлять в условиях профессиональной деятельности решение проблем, применять методы и приемы, основываясь на знания основных теоретических понятий и положений курса.

2. Низкий уровень соответствует оценке «неудовлетворительно».



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)  
Институт Образования и Практической Психологии  
Кафедра Психологии

Фонд оценочных средств по дисциплине « Психологическое сопровождение деятельности сотрудников в экстремальных ситуациях» по специальности 37.05.02 « Стресс-менеджмент в служебной деятельности. Тренинг профессионального антивыгорания» направленности (профилю) Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

Версия документа - 1

стр. 20 из 20

Первый экземпляр \_\_\_\_\_

КОПИЯ № \_\_\_\_\_

- предполагает формирование ниже начального уровня способности и готовности в профессиональной деятельности, неготовность решения проблем, применять полученные знания, методы и приемы, основываясь на знания основных теоретических понятий и положений курса.