

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОНБАССКАЯ АГРАРНАЯ АКАДЕМИЯ»

КАФЕДРА ПСИХОЛОГИИ

УТВЕРЖДАЮ

Первый проректор


(подпись)

О.А. Удалых

« 09 »

2024 г.

МП



ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине

Психология жизненного пути личности и трудных жизненных ситуаций

(наименование дисциплины)

Направление подготовки/специальность 37.03.01 Психология

(код и наименование направления подготовки/специальности)

Направленность (профиль)

(наименование профиля/специализации подготовки, при наличии)

Квалификация выпускника: бакалавр

(квалификация выпускника)

Год начала подготовки: 2023

Макеевка – 2024

Фонд оценочных средств по дисциплине является частью ОПОП ВО по направлению подготовки 37.03.01 Психология и предназначен для оценивания уровня сформированности компетенций обучающихся.

Разработчик(и)


(подпись)

Е.Н. Рядинская
(ИОФ)

(подпись)

(ИОФ)

(подпись)

(ИОФ)

Фонд оценочных средств обсужден на заседании ПМК кафедры психологии, протокол № 1 от 30 августа 2024 года

Председатель ПМК


(подпись)

Л.С. Бондарь
(ИОФ)

Фонд оценочных средств утвержден на заседании кафедры психологии, протокол № 1 от 30 августа 2024 года

Заведующий кафедрой


(подпись)

Е.Н. Рядинская
(ИОФ)

Раздел 1. ПАСПОРТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине «Психология жизненного пути личности и трудных жизненных ситуаций»

Укрупненная группа	37.00.00 Психологические науки		
Направление подготовки / специальность	37.03.01 Психология		
Направленность программы	-		
Образовательная программа	Бакалавриат		
Квалификация	бакалавр		
Дисциплина базовой / вариативной части образовательной программы	Часть, формируемая участниками образовательных отношений		
Форма контроля	экзамен		
Показатели трудоемкости	Форма обучения		
	очная	заочная	очно-заочная
Год обучения	4	-	4
Семестр	8	-	8
Количество зачетных единиц	5	-	5
Общее количество часов	180	-	180
Количество часов, часы:			
-лекционных	40	-	6
-практических (семинарских)	60	-	4
-лабораторных	-	-	-
- контактной работы на промежуточную аттестацию	2,3	-	2,3
контактной работы (консультации)	20		60
Курсовая работа (проект)	-	-	-
- самостоятельной работы	57,7	-	107,7

1.2. Перечень компетенций, формируемых дисциплиной

«Психология жизненного пути личности и трудных жизненных ситуаций»

Компетенция	Индикаторы компетенций	Результаты обучения
ОПК-4. Способен использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения	ОПК-4.2. Владеет базовыми приемами психологической помощи, развивающими и коррекционными и технологиями, методами индивидуальной и групповой работы.	Знать: ✓ основные методологические подходы к исследованию личностно-контекстно-жизненного пути и трудных жизненных ситуаций в отечественной и зарубежной психологии и их теоретические положения; ✓ иметь более или менее полное и четкое представление о факторах построения личности собственной жизни и ее совладания с трудными жизненными ситуациями; ✓ основные методы и методики исследования жизненного пути, а также методы и приемы психологической диагностики и психологической помощи, используемые в практической психологической работе, связанной с проблемами осмысления, осознания, планирования жизненного пути, коррекции жизненных программ, субъективной картины жизненного пути в целом;

я и (или) организа-ций, в том числе лицам с ограниче-нными возможностями здоровья и при организа-ции инклюзивного образова-ния		.Уметь: ✓ оперировать основными понятиями психологии и жизненного пути личности и психологии трудных жизненных ситуаций; ✓ ориентироваться в проблематике психологических исследований жизненного пути личности и психологии трудных жизненных ситуаций; Владеть: ✓ навыками использования интернет ресурсов; ✓ навыками подготовки презентаций научно исследовательских и практических работ;
--	--	--

1.3. Перечень тем дисциплины

№ п/п	Наименование темы
1.	Жизненный путь личности как предмет междисциплинарного и психологического исследования
2.	Методология и методы психобиографического описания личности в контексте её жизненного пути
3.	Психологические концепции жизненного пути личности
4.	Событийное содержание жизни личности
5.	Основные жизненные отношения и жизненные роли личности
6.	Отношение к смерти
7.	Ценностно-смысловые отношения личности (ценности и смыслы жизни личности)
8.	Субъективная картина жизненного пути личности
9.	Характеристики субъективной картины жизненного пути личности
10.	Основные подходы к исследованию личности в контексте трудных жизненных ситуаций
11.	Основные понятия психологии трудных жизненных ситуаций
12.	Стратегии и факторы преодоления личности трудных жизненных ситуаций

1.4. Матрица соответствия тем дисциплины и компетенций

<i>Шифр компетенции по ФГОС ВО</i>	<i>Шифр темы</i>											
	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12
УК-7.2	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

1.5. Соответствие тем дисциплины и контрольно-измерительных материалов

№ темы	ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ					
	<i>Тестовые задания по теоретическому материалу</i>	<i>Вопросы для устного опроса</i>	<i>Типовые задания практического характера</i>	<i>Задания для контрольной работы</i>	<i>Тематика рефератов, докладов, сообщений</i>	<i>Групповое творческое задание</i>
	Блок А Контроль знаний		Блок Б Контроль умений, навыков			
Тема 1	+	+	+	+	+	+
Тема 2	+	+	+	+	+	+
Тема 3	+	+	+	+	+	+
Тема 4	+	+	+	+	+	+
Тема 5	+	+	+	+	+	+
Тема 6	+	+	+	+	+	+
Тема 7	+	+	+	+	+	+
Тема 8	+	+	+	+	+	+
Тема 9	+	+	+	+	+	+
Тема 10	+	+	+	+	+	+
Тема 11	+	+	+	+	+	+
Тема 12	+	+	+	+	+	+

1.6. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования

Результат обучения по дисциплине	Критерии и показатели оценивания результатов обучения				
	неудовлетворительно		удовлетворительно	хорошо	отлично
I этап	Отсутствие знаний	Фрагментарные знания	Неполные знания	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания	Сформированные и систематические знания
II этап	Отсутствие знаний	Фрагментарные знания	Неполные знания	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания	Сформированные и систематические знания
III этап	Отсутствие знаний	Фрагментарные знания	Неполные знания	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания	Сформированные и систематические знания

Раздел 2. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

Блок А ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Фонд тестовых заданий по дисциплине

- 1) Трудная жизненная ситуация определяется как:
 - А) ситуация, которую индивид субъективно ощущает сложной и непреодолимой
 - Б) ситуация, объективно нарушающая жизнедеятельность гражданина, которую он не может преодолеть самостоятельно.
 - В) ситуация, психологически некомфортная для индивида
 - Г) ситуация, объективно нарушающая жизнедеятельность гражданина.
- 2) К трудным жизненным ситуациям относятся:
 - А) инвалидность, неспособность к самообслуживанию в связи с преклонным возрастом, болезнью,
 - Б) безработица, отсутствие определенного места жительства,
 - В) сиротство, безнадзорность, малообеспеченность,
 - Г) все ответы верны.
- 3) Одним из общих признаков трудной ситуации является:
 - А) наличие трудности, осознание личностью угрозы, препятствия на пути реализации каких-либо целей, мотивов;
 - Б) состояние психической напряженности от усталости и недостатка положительных впечатлений,
 - В) привычное поведение человека,
 - Г) нежелание человека общаться с кем-либо, излишняя обидчивость.
- 4) Термин «сложная ситуация» относится к:
 - А) отношению субъекта к ситуации;
 - Б) отношению субъекта к условиям ситуации,
 - В) характеристике субъективного компонента ситуации,
 - Г) характеристике объективного компонента психологической ситуации.
- 5) Выделите характеристики трудной жизненной ситуации второго типа
 - А) не оставляют человеку возможности для преобразования;
 - Б) могут серьезно затруднять и осложнять ход жизни человека и реализацию его жизненного замысла,
 - В) испытание, из которого человек может выйти, сохранив в самом существенном себя,
 - Г) приводят к глубокому жизненному кризису.
- 6) К хроническому отклонению могут привести такие личностные особенности, как
 - А) динамичность способов действия;
 - Б) внутренний запрет на обращение за помощью к другим людям,
 - В) стремление к изменениям,

Г) разнообразие поведенческих реакций.

7) Значимость ситуации для субъекта является определением:

- А) субъективной оценки трудности ситуации;
- Б) объективной оценки трудности ситуации,
- В) самооценки субъекта в ситуации,
- Г) экспертной оценки сложной ситуации.

8) Ситуация рассматривается как взаимовлияние личности и среды, при котором ведущая роль отводится субъективным факторам: переживанию и пониманию ситуации человеком, отношению к ней, интерпретации событий в:

- А) социально-психологическом подходе;
- Б) в уровневом подходе,
- В) в психологическом подходе,
- Г) междисциплинарном подходе.

9) К последствиям трудной жизненной ситуации относятся:

- А) нарушение устойчивости привычного образа жизни;
- Б) принуждение человека менять свою профессиональную деятельность, место жительства,
- В) отсутствие изменений в жизни,
- Г) сохранение привычного распорядка жизни человека.

10) Первое исследование жизненного пути личности, представленное в работе «Жизнь человека как психологическая проблема», принадлежит

- А) П. Пиаже
- Б) А. Адлеру
- В) К.Г. Юнгу
- Г) Ш. Бюлер

Критерии и шкалы оценивания тестов

Критерии оценивания при текущем контроле
процент правильных ответов менее 40 (по 5 бальной системе контроля – оценка «неудовлетворительно»);
процент правильных ответов 40 – 59 (по 5 бальной системе контроля – оценка «удовлетворительно»)
процент правильных ответов 60 – 79 (по 5 бальной системе контроля – оценка «хорошо»)
процент правильных ответов 80-100 (по 5 бальной системе контроля – оценка «отлично»)

Вопросы для устного опроса

1. Лонгитудный метод изучения жизненного пути личности: сущность и трудности его использования
2. Основные понятия, используемые в исследованиях жизненного пути
3. Биографический метод как способ изучения пройденных этапов жизни
4. Современные методы моделирования жизненного пути человека
5. Современные методы моделирования жизненного пути человека
6. Понятие субъекта жизни в соотношении с понятием целостности жизни личности
7. Проблема жизненного выбора.
8. Психотехника жизненного выбора (Ф.Е. Василюк).

Критерии и шкалы оценивания устного опроса

Критерии оценки при текущем контроле	Оценка
Студент отсутствовал на занятии или не принимал участия. Неверные и ошибочные ответы по вопросам, разбираемым на семинаре	«неудовлетворительно»
Студент принимает участие в обсуждении некоторых проблем, даёт расплывчатые ответы на вопросы. Описывая тему, путается и теряет суть вопроса. Верность суждений, полнота и правильность ответов – 40-59 %	«удовлетворительно»
Студент принимает участие в обсуждении некоторых проблем, даёт ответы на некоторые вопросы, то есть не проявляет достаточно высокой активности. Верность суждений студента, полнота и правильность ответов 60-79%	«хорошо»
Студент демонстрирует знание материала по разделу, основанные на знакомстве с обязательной литературой и современными публикациями; дает логичные, аргументированные ответы на поставленные вопросы. Высока активность студента при ответах на вопросы преподавателя, активное участие в проводимых дискуссиях. Правильность ответов и полнота их раскрытия должны составлять более 80%	«отлично»

Блок Б

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УМЕНИЙ, НАВЫКОВ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Типовые задания для практических занятий

Модуль 1. Теоретико-методологические основы психологии жизненного пути личности

Тема 1. Жизненный путь личности как предмет междисциплинарного исследования. Психологические аспекты изучения жизненного пути

1. Возрастная стратификация общества и жизненный путь отдельного человека.
2. Возрастной символизм культуры и жизненный путь отдельного её представителя.
3. Понятие поколения. Поколение как контекст социализации индивида.
4. Жизнетворчество и судьба в социокультурном и историческом ракурсе.
5. Представление о жизненном пути человека в народной культуре.

Тема 2. Жизненный путь личности: программирование или творчество

1. Понятие сценария жизни, судьбы и идея сценарности жизни в зарубежной психологии:
 - а) сценарная теория Эрика Берна;
 - б) теория К. Юнга изменения и развития личности в пространстве времени её жизни;
2. Р. Мэй: свобода как осознание возможности в рамках судьбы.
3. Идея сценарности жизни в отечественной психологии (М. Розин, Н. Самоукина).
4. Жизненный путь как процесс самореализации личности.

Тема 3 Методы психологии жизненного пути личности

1. Лонгитюдинальный метод: его возможности и ограничения.
2. Метод казуометрического психолого-биографического анализа.
3. Биографический тренинг как метод психовозрастной коррекции.
4. Биографическое интервью: особенности и варианты использования в исследованиях жизненного пути личности.
5. Использование биографических методов в психологической работе с детьми.

Модуль 2. Основные жизненные отношения и событийное содержание жизни личности. Жизненные роли личности

Тема 1. Феноменология некоторых жизненных отношений и жизненных чувств личности

1. Счастье как фундаментальная жизненная ценность личности и как переживание ею качества собственной жизни.
2. Любовь как фундаментальная жизненная ценность и как одно из основных жизненных чувств личности.
3. Надежда как отражение позитивного взгляда личности на собственную жизнь. Надежда и оптимизм.
4. Зависть: сущность, детерминанты, виды, функции.
5. Эгоизм как жизненный принцип личности.

Тема 2. Ценности и смыслы жизни личности

Ознакомление с методиками: «Методика изучения ценностных ориентаций» (модификация Д.А. Леонтьевым методики М. Рокича); «Тест смысложизненных

ориентаций» (Д.А. Леонтьев); методика «Смысл жизни» (В.Э.Чудновский); самодиагностика и анализ её результатов.

Модуль 3. Субъективная картина жизненного пути личности

Комплексная цель модуля: Ознакомить с подходами к определению и описанию субъективной картины жизни личности, методами её исследования и диагностики; на основе изучения этого материала развивать умение анализировать, со-

поставлять научные подходы, использовать определённые концептуальные основания, методы и методики в собственном исследовании и практической психологической работе .

Модуль 3. Субъективная картина жизненного пути личности.

Тема 1. Методика Life-Line в исследовании и диагностике субъективной картины жизни

Установочная инструкция. Ознакомление с методикой Life-Line [3] в процессе самодиагностики. Обсуждение результатов и индивидуальное консультирование студентов по результатам самодиагностики. Для ознакомления с компьютерной версией методики Life-Line используется компьютер.

Модуль 4. Психология трудных жизненных ситуаций

Тема 1. Трудные жизненные ситуации и их психологические последствия

Типология ситуаций жизнедеятельности (А.И. Анцупов, А.И. Шипилов). Объективные и субъективные характеристики трудных жизненных ситуаций. Кризис как следствие трудных жизненных ситуаций. Тяжелые переживания как форма психологического кризиса. Внешние и внутренние причины тяжелых переживаний. Трансформирующее влияние кризисных переживаний на личность. Психологическая травма. Оздоровительный потенциал кризисного опыта. Психологическая устойчивость к психотравмирующим факторам.

Тема 2. Психологическое сопровождение личности как организационная форма психологической помощи в трудных жизненных ситуациях

Психологическая помощь: задачи, этапы, методы. Экстренная и отсроченная психологическая помощь. Организационные формы оказания психологической

помощи: психологическое сопровождение, психологическое обеспечение, психологическая поддержка. Понятие психологического сопровождения в зарубежной и отечественной науке. Процессуальность, пролонгированность и недирективность психологического сопровождения личности в трудных жизненных ситуациях. Дебри-финг как групповая форма психологического сопровождения в трудных жизненных ситуациях: задачи, фазы.

Критерии и шкалы оценивания решения практических заданий

Критерии оценки при текущем контроле	Оценка
Задача не решена или решена неправильно	«неудовлетворительно»
Задание понято правильно; в логическом рассуждении нет существенных ошибок, но допущены существенные ошибки в выборе формул или в математических расчетах; задача решена не полностью или в общем виде	«удовлетворительно»

Составлен правильный алгоритм решения задачи; в логическом рассуждении и решении нет существенных ошибок; правильно сделан выбор формул для решения; есть объяснение решения, но задача решена нерациональным способом или допущено не более двух несущественных ошибок, получен верный ответ	«хорошо»
Составлен правильный алгоритм решения задачи; в логическом рассуждении, в выборе формул и решении нет ошибок; получен верный ответ; задача решена рациональным способом	«отлично»

Задания для контрольной работы (очно-заочной форма обучения)

С помощью освоенных студентами методик и методических приёмов Life-Line предлагается изучить, описать и проанализировать субъективную картину жизни од-ного-двух человек; определить цель, задачи и направления практической психоло-гической работы с ними в случае их обращения за практической психологической помощью.

Критерии и шкалы оценивания контрольной работы

Критерии оценивания	Оценка
Ответ не был дан или не соответствует минимальным критериям	«неудовлетворительно»
Ответ со значительным количеством неточностей, но соответствует минимальным критериям	«удовлетворительно»
Ответ был верным с незначительным количеством неточностей	«хорошо»
Ответ полный с незначительным количеством неточностей	«отлично»

Темы для подготовки реферата (доклада, сообщения, презентации)

1. Типология ситуаций жизнедеятельности (А.И. Анцупов, Шипилов)
2. Объективные и субъективные характеристики трудных жизненных ситуаций
3. Кризис как следствие трудных жизненных ситуаций
4. Тяжелые переживания как форма психологического кризиса
5. Внешние и внутренние причины тяжелых переживаний
6. Трансформирующее влияние кризисных переживаний на личность
7. Психологическая травма
8. Оздоровительный потенциал кризисного опыта
9. Психологическая устойчивость к психотравмирующим факторам
10. Психологическая помощь: задачи, этапы, методы
11. Экстренная и отсроченная психологическая помощь
12. Организационные формы оказания психологической помощи, психологическое сопровождение, психологическое обеспечение, психологическая поддержка
13. Понятие психологического сопровождения в зарубежной и отечественной науке
14. Процессуальность, пролонгированность и недирективность психологического сопровождения личности в трудных жизненных ситуациях
15. Дебрифинг как групповая форма психологического сопровождения в трудных жизненных ситуациях: задачи, фазы
16. Психология горя: симптомы, фазы, задачи
17. Патологическое горе

18. Общие основы психологической помощи по преодолению горя
19. Переживание утраты как процесс: стадии скорби
20. Особенности консультирования клиента в ситуации утраты

Критерии и шкалы оценивания рефератов (докладов)

Оценка	Профессиональные компетенции	Отчетность
«отлично»	Работа выполнена на высоком профессиональном уровне. Полностью соответствует поставленным в задании целям и задачам. Представленный материал в основном верен, допускаются мелкие неточности. Студент свободно отвечает на вопросы, связанные с докладом. Выражена способность к профессиональной адаптации, интерпретации знаний из междисциплинарных областей	Письменно оформленный доклад (реферат) представлен в срок. Полностью оформлен в соответствии с требованиями
«хорошо»	Работа выполнена на достаточно высоком профессиональном уровне, допущены несколько существенных ошибок, не влияющих на результат. Студент отвечает на вопросы, связанные с докладом, но недостаточно полно. Уровень недостаточно высок. Допущены существенные ошибки, не существенно влияющие на конечное восприятие материала. Студент может ответить лишь на некоторые из заданных вопросов, связанных с докладом	Письменно оформленный доклад (реферат) представлен в срок, но с некоторыми недоработками
«удовлетворительно»	Уровень недостаточно высок. Допущены существенные ошибки, не существенно влияющие на конечное восприятие материала. Студент может ответить лишь на некоторые из заданных вопросов, связанных с докладом	Письменно оформленный доклад (реферат) представлен со значительным опозданием (более недели). Имеются отдельные недочеты в оформлении
«неудовлетворительно»	Работа выполнена на низком уровне. Допущены грубые ошибки. Ответы на связанные с докладом вопросы обнаруживают непонимание предмета и отсутствие ориентации в материале доклада	Письменно оформленный доклад (реферат) представлен со значительным опозданием (более недели). Имеются существенные недочеты в оформлении.

Критерии и шкалы оценивания презентации

Дескрипторы	Минимальный ответ «неудовлетворительно»	Изложенный, раскрытый ответ «удовлетворительно»	Законченный, полный ответ «хорошо»	Образцовый ответ «отлично»
Раскрытие проблемы	Проблема не раскрыта. Отсутствуют	Проблема раскрыта не полностью. Выводы не сделаны	Проблема раскрыта. Проведен анализ проблемы без	Проблема раскрыта полностью. Проведен анализ проблемы с

	выводы.	и/или выводы не обоснованы.	привлечения дополнительной литературы. Не все выводы сделаны и/или обоснованы.	привлечением дополнительной литературы. Выводы обоснованы.
Представление	Представляемая информация логически не связана. Не использованы профессиональные термины.	Представляемая информация не систематизирована и/или не последовательна. Использован 1-2 профессиональных термина.	Представляемая информация систематизирована и последовательна. Использовано более 2 профессиональных терминов.	Представляемая информация систематизирована, последовательна и логически связана. Использовано более 5 профессиональных терминов.
Оформление	Не использованы информационные технологии (PowerPoint). Больше 4 ошибок в представляемой информации.	Использованы информационные технологии (PowerPoint) частично. 3-4 ошибки в представляемой информации.	Использованы информационные технологии (PowerPoint). Не более 2 ошибок в представляемой информации.	Широко использованы информационные технологии (PowerPoint). Отсутствуют ошибки в представляемой информации.
Ответы на вопросы	Нет ответов на вопросы.	Только ответы на элементарные вопросы.	Ответы на вопросы полные и/или частично полные.	Ответы на вопросы полные с приведением примеров.

Индивидуальное творческое задание

Просмотр и анализ видеоматериала «Кризис».

Схема анализа видеоматериала «Кризиса жизни»

1. Обстоятельства, способствующие возникновению кризиса.
2. Особенности кризисных переживаний.
3. Какие из основных жизненных отношений нарушены и как (социальные роли, круг значимых других, образ жизни и др.)?
4. Какие фундаментальные потребности не могут быть удовлетворены в ситуации кризиса?

Критерии и шкалы оценивания индивидуального задания

Критерии оценивания	Оценка
Задание не выполнено или допущены существенные неточности	«неудовлетворительно»
Задание выполнено не в полном объеме или полученные результаты недостаточно аргументированы, нарушена логика и последовательность изложения результатов	«удовлетворительно»
Задание выполнено в полном объеме, полученные результаты логичны, последовательны, но аргументированы недостаточно четко	«хорошо»
Задание выполнено в полном объеме, полученные результаты аргументированы, логичны, последовательны	«отлично»

Блок В

Перечень вопросов для подготовки к экзамену

1. Возрастная стратификация общества и жизненный путь отдельного человека.
2. Возрастной символизм культуры и жизненный путь отдельного её представителя.
3. Понятие поколения. Поколение как контекст социализации индивида.
4. Жизнетворчество и судьба в социокультурном и историческом ракурсе.
5. Представление о жизненном пути человека в народной культуре.
6. Понятие сценария жизни, судьбы и идея сценарности жизни в зарубежной психологии:
 - а) сценарная теория Эрика Берна;
 - б) теория К. Юнга изменения и развития личности в пространстве времени её жизни;
7. Р. Мэй: свобода как осознание возможности в рамках судьбы.
8. Идея сценарности жизни в отечественной психологии (М. Розин, Н. Самоукина).
9. Жизненный путь как процесс самореализации личности.
10. Лонгитюдинальный метод: его возможности и ограничения.
11. Метод казаузометрического психолого-биографического анализа.
12. Биографический тренинг как метод психовозрастной коррекции.
13. Биографическое интервью: особенности и варианты использования в исследованиях жизненного пути личности.
14. Счастье как фундаментальная жизненная ценность личности и как переживание ею качества собственной жизни.
15. Любовь как фундаментальная жизненная ценность и как одно из основных жизненных чувств личности.
16. Надежда как отражение позитивного взгляда личности на собственную жизнь. Надежда и оптимизм.
17. Зависть: сущность, детерминанты, виды, функции.
18. Эгоизм как жизненный принцип личности.
19. Использование биографических методов в психологической работе с детьми. Обстоятельства, способствующие возникновению кризиса.
20. Особенности кризисных переживаний.
21. Какие из основных жизненных отношений нарушены как (социальные роли, круг значимых других, образ жизни и др.)?
22. Какие фундаментальные потребности не могут быть удовлетворены в ситуации кризиса?
23. Какие средства для разрешения ситуации необходимы и какие имеются (ресурсы личности и др.)?
24. Какая стратегия совладания использовалась?
25. Какие личностные изменения уже произошли?

Шкала оценивания

Зачет	Критерии оценивания
«Отлично»	Сформированные и систематические знания; успешные и систематические умения; успешное и систематическое применение навыков
«Хорошо»	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания; в целом успешные, но содержащие пробелы умения; в целом успешное, но сопровождающееся отдельными ошибками применение навыка
«Удовлетворительно»	Неполные знания; в целом успешное, но несистематическое умение; в целом успешное, но несистематическое применение навыков
«Неудовлетворительно»	Фрагментарные знания, умения и навыки / отсутствуют знания,

	умения и навыки
--	-----------------

Образец оформления экзаменационного билета
Министерство образования и науки Донецкой Народной Республики
Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«ДОНБАССКАЯ АГРАРНАЯ АКАДЕМИЯ»

Факультет Экономико-правовой
Кафедра психологии

Образовательная программа бакалавриат
Направление подготовки/специальность 37.03.01 Психология
Направленность (профиль) Клиническая психология и психотерапия
Курс 1
Семестр 1

Дисциплина **«Психология жизненного пути личности и трудных жизненных ситуаций»**

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 1

1. Возрастная стратификация общества и жизненный путь отдельного человека.
2. Возрастной символизм культуры и жизненный путь отдельного её представителя.

Утверждено на заседании кафедры психологии

Протокол № от « » 20 г.

Зав. кафедрой Е.Н.Рядинская Экзаменатор Р.М.Литвинова
подпись подпись

Комплект итоговых оценочных материалов

ОПК-4. <i>Способен использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения (или) организаций, в том числе лиц с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования</i>	
ОПК-4.2. <i>Владеет базовыми приемами психологической помощи, развивающими и коррекционными технологиями, методами индивидуальной и групповой работы.</i>	
Б.1 В.4.1 ПСИХОЛОГИЯ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ В ТРУДНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЯХ	
	Задания закрытого типа
1 ОПК-4.2.	<i>Прочитай текст и выбери правильный вариант ответа</i> Целеполагающим фактором психологического консультирования в трудной жизненной ситуации является: 1) желание консультанта осуществить психологическую помощь; 2) взаимодействие психолога с клиентом, желание клиента изменить что-то в своей жизни; 3) потребность в общении; 4) потребность в самоактуализации
	Правильный ответ: 2
	<i>Установите последовательность типов критической ситуации (по Ф. Е. Василюку) в порядке возрастания.</i> 1) стресс;

	2) фрустрация, 3) конфликт, 4) кризис.											
	Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо 											
	Правильный ответ: 1234											
3 ОПК-4.2.	Установите соответствие симптомов стресса в зависимости от видов: К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:											
	Признаки		Содержание									
	А	Физические признаки	1	забывчивость, неорганизованность, трудности в принятии решений, проблемы с концентрацией внимания, тревога и скачки мыслей								
	Б	Когнитивные признаки	2	капризность, раздражительность, вспыльчивость, внезапные признаки паники, частые перепады настроения, чрезмерная реакция на небольшие неприятности								
	В	Эмоциональные признаки	3	излишнее переедание или недоедание, самоизоляция от людей, пренебрежение обязанностями, компульсивное поведение, проблемы с общением, чрезмерная подозрительность, вредные привычки								
	Г	Поведенческие признаки	4	боли, тошнота, головокружение, затрудненное дыхание, потливость, усталость, вялость, слабость								
	Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 5px;"> <tr> <td style="width: 25%; text-align: center;">А</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">Б</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">В</td> <td style="width: 25%; text-align: center;">Г</td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>				А	Б	В	Г				
А	Б	В	Г									
	Правильный ответ: А4Б1В2Г3											
4 ОПК-4.2.	Установите соответствие понятия и его сущности К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:											
		Понятие		Сущность понятия								
	А	чрезвычайная ситуация	1	ситуация, требующая от человека значительного изменения представлений о мире и о себе за короткий промежуток времени. Эти изменения могут носить как позитивный, так и негативный характер								
	Б	экстремальная ситуация	2	внезапно возникшая ситуация, угрожающая или субъективно воспринимаемая человеком как угрожающая жизни, здоровью, личностной целостности, благополучию								
	В	кризисная ситуация	3	внезапно возникшая ситуация, угрожающая или субъективно								

			воспринимающаяся человеком как угрожающая жизни, здоровью, личностной целостности, благополучию																				
Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: <table border="1"> <tr> <td>А</td> <td>Б</td> <td>В</td> <td>Г</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>				А	Б	В	Г																
А	Б	В	Г																				
Правильный ответ: А2Б3В1																							
5ОПК-4.2.	Установите соответствие вида насилия и его сущности: <i>К каждой позиции, данной в левом столбце, подберите соответствующую позицию из правого столбца:</i> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Виды насилия</th> <th colspan="2">Сущность насилия</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>А</td> <td>Физическое насилие</td> <td>1</td> <td>наличие вербальных оскорблений, шантажа, актов насилия по отношению к детям или другим лицам для установления контроля над партнером; угрозы по отношению к жертве или другим лицам</td> </tr> <tr> <td>Б</td> <td>Сексуальное насилие</td> <td>2</td> <td>отказ в содержании детей; утаивание доходов, трата обидчиком семейных денег только на собственные нужды, самостоятельное принятие большинства финансовых решений, строжайший контроль над расходами членов семьи.</td> </tr> <tr> <td>В</td> <td>Психологическое насилие</td> <td>3</td> <td>характеризуется такими действиями как толчки, хватание, бросание, нанесение ударов кулаком или посторонними предметами, удерживание, удушение, пинки; использование оружия, ожоги и т. п</td> </tr> <tr> <td>Г</td> <td>Экономическое насилие</td> <td>4</td> <td>принуждение к половым отношениям посредством силы, угроз или шантажа (изнасилование)</td> </tr> </tbody> </table>			Виды насилия		Сущность насилия		А	Физическое насилие	1	наличие вербальных оскорблений, шантажа, актов насилия по отношению к детям или другим лицам для установления контроля над партнером; угрозы по отношению к жертве или другим лицам	Б	Сексуальное насилие	2	отказ в содержании детей; утаивание доходов, трата обидчиком семейных денег только на собственные нужды, самостоятельное принятие большинства финансовых решений, строжайший контроль над расходами членов семьи.	В	Психологическое насилие	3	характеризуется такими действиями как толчки, хватание, бросание, нанесение ударов кулаком или посторонними предметами, удерживание, удушение, пинки; использование оружия, ожоги и т. п	Г	Экономическое насилие	4	принуждение к половым отношениям посредством силы, угроз или шантажа (изнасилование)
	Виды насилия		Сущность насилия																				
	А	Физическое насилие	1	наличие вербальных оскорблений, шантажа, актов насилия по отношению к детям или другим лицам для установления контроля над партнером; угрозы по отношению к жертве или другим лицам																			
	Б	Сексуальное насилие	2	отказ в содержании детей; утаивание доходов, трата обидчиком семейных денег только на собственные нужды, самостоятельное принятие большинства финансовых решений, строжайший контроль над расходами членов семьи.																			
	В	Психологическое насилие	3	характеризуется такими действиями как толчки, хватание, бросание, нанесение ударов кулаком или посторонними предметами, удерживание, удушение, пинки; использование оружия, ожоги и т. п																			
	Г	Экономическое насилие	4	принуждение к половым отношениям посредством силы, угроз или шантажа (изнасилование)																			
Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами: <table border="1"> <tr> <td>А</td> <td>Б</td> <td>В</td> <td>Г</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>			А	Б	В	Г																	
А	Б	В	Г																				
Правильный ответ: А3Б4В1Г2																							
Задания открытого типа																							
6ОПК-4.2.	Прочитайте текст и впишите недостающие слова в соответствующем контексту падеже. У человека разрушается привычная _____, вместе с ней – вся система жизненных координат. Экстремальные ситуации разрушительно действуют на человека, дезорганизуют его поведение и могут привести к нарушению базовых структур всей его личностной организации – _____																						
	Правильный ответ: жизни, образа мира																						
7ОПК-4.2.	Дополните предложение недостающими терминами в соответствующем контексту падеже																						

	Экстремальное состояние паники – это временное переживание _____ страха, определяющее _____ поведение людей, иногда с полной потерей самообладания, _____ реагированию на призывы и изменения чувства долга и чести. <i>Правильный ответ: гипертрофированного, неуправляемое, неспособностью</i>
8ОПК-4.2.	Дополните недостающую стадию стресса в соответствии с концепцией «общего адаптационного синдрома» Г. Селье: 1) стадия тревоги, которая состоит из фаз «шока» и «противошока»; 2) стадия _____ 3) стадия истощения <i>Правильный ответ: резистентности</i>
9ОПК-4.2.	Прочитайте текст и впишите недостающие термины в соответствующем контексту надежде ПТРС (посттравматическая стрессовая ситуация) – это _____ реакция на травматический стресс, способный вызвать психические нарушения практически у любого человека, такой как природные и техногенные катастрофы, боевые действия, пытки, изнасилования и др. <i>Правильный ответ: непсихотическая отсроченная</i>
10ОПК-4.2.	Прочитайте текст и впишите недостающие термины в соответствующем контексту надежде. Главный смысл кризиса как психологического последствия экстремальной ситуации состоит в том, что в этот период решается, каким путем пойдет _____ развитие личности: понижение возможностей развития личности или их _____ и _____ <i>Правильный ответ: повышение и рождение новой целостности</i>
11ОПК-4.2.	Прочитайте текст и впишите недостающую формулировку в соответствующем контексту надежде. _____ - это метод оказания первой психологической помощи человеку, находящемуся в кризисном состоянии. <i>Правильный ответ: экстренная психологическая помощь</i>
12ОПК-4.2.	Прочитайте текст и впишите недостающее слово в соответствующем контексту надежде _____ - это принуждение совершать не желаемые человеком действия или поступки, связанное с нарушением прав человека; вовлечение человека в деятельность против его воли с помощью обмана, шантажа, манипуляций, угрозы физического расправы; использование власти для доминирования над другим <i>Правильный ответ: вовлечение</i>
13ОПК-4.2.	Прочитайте текст и впишите недостающее слово в соответствующем контексту надежде. _____ - это систематически повторяющиеся акты физического, психологического, сексуального, экономического воздействия на близких людей, которые совершаются против их воли с целью обретения власти и контроля над ними. <i>Правильный ответ: насилие</i>
14ОПК-4.2.	Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Как называется экстренная психологическая помощь, призванная поддержать и направить человека в период активного кризиса 1) психологическое консультирование

	2) кризисная интервенция 3) психотерапия Ответ: 2 Обоснование: Кризисная интервенция – это экстренная (неотложная) психологическая помощь, призванная поддержать и направить человека в период активного кризиса					
15ОПК-4.2.	Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Как называется реакция личности на критическую ситуацию, которая выражается в неспособности личности разрешить эту ситуацию в короткое время и привычным способом и субъективно переживающаяся как «тупик»? 1) стресс 2) конфликт 3) кризис 4) фрустрация Правильный ответ: кризис Обоснование: кризис – это реакция личности на критическую ситуацию, которая выражается в неспособности личности разрешить эту ситуацию в короткое время и привычным способом и субъективно переживающаяся как «тупик»					
16ОПК-4.2.	Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Целью кризисной интервенции является: 1) помощь центрирована на разрешении проблемы, а на человеке 2) разрешение кризисной ситуации с помощью обучения пользоваться адаптивными способами преодоления кризиса и восстановление психологического равновесия 3) разрешение ранее нерешенных «исторических» проблем; Правильный ответ: 2 Обоснование: Цель кризисной интервенции – помощь психолога в разрешении кризисной ситуации человека с помощью обучения пользоваться адаптивными способами преодоления кризиса и восстановление его психологического равновесия					
17ОПК-4.2.	Прочитайте текст, установите последовательность и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Установите правильную последовательность стадий, входящих в цикл домашнего насилия: 1) стадия примирения, раскаяния 2) инцидент насилия 3) стадия нарастающего напряжения (возникновение случаев незначительного насилия, отдельные вспышки гнева и оскорблений) 4) спокойный период, или «медовый месяц» 5) провокация или нагнетание напряжения и новый акт насилия <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Впишите номера ответов в ячейки в нужной последовательности. В обосновании кратко опишите содержание каждого этапа и его результат Правильный ответ: 32145 Обоснование: Цикл домашнего насилия состоит из пяти стадий: 1. Стадия нарастающего напряжения. На ней возникают случаи					

	незначительного насилия, отдельные вспышки гнева и оскорблений. 2. Насильственный акт (инцидент насилия). Совершение насилия, которое может включать физическое воздействие, угрозы, оскорбления, унижения, травлю. 3. Стадия примирения. Насильник приносит извинения, находит объяснения причинам жестокости, перекладывает вину на жертву. Иногда он отрицает произошедшее или убеждает жертву в преувеличении событий. 4. Спокойный период или «медовый месяц». После проявления жестокости и насилия обидчик может превратиться в заботливого, верного, очаровательного и доброго человека. 5. Провокация или нагнетание напряжения. Насильник создаёт ситуации, в которых жертва оказывается положении «сама виновата» и возникает новый акт насилия.
18ОПК-4.2.	Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ Юля П., 17 лет, постоянно изводит себя диетами, старается похудеть, несмотря на то, что окружающие считают ее фигуру идеальной. Она обвиняет себя в том, что не умеет общаться с окружающими: не находит общих тем для разговоров, недостаточно внимательна к окружающим, эгоистична и т.п., – что не соответствует действительности. Чем может быть обусловлено такое поведение девушки? Правильный ответ: поведение девушки можно объяснить неадекватностью самооценки и несформированностью эмоционально-ценностного отношения к себе, базирующегося на неразвитых формах самопознания
19ОПК-4.2.	Юля П., 17 лет, постоянно изводит себя диетами, старается похудеть, несмотря на то, что окружающие считают ее фигуру идеальной. Она обвиняет себя в том, что не умеет общаться с окружающими: не находит общих тем для разговоров, недостаточно внимательна к окружающим, эгоистична и т.п., – что не соответствует действительности. Укажите, как меняется самооценка в подростковом возрасте и какие особенности личности Юли связаны с возрастом, а какие – с характером? Правильный ответ: Из-за широкой изменчивости процессов роста и стремления молодых людей сравнивать себя со сверстниками у многих из них наблюдается значительное снижение самооценки и чувства собственной значимости. Это особенно существенно в связи с тем, что в период взросления физические признаки очень важны для формирования как реакций окружающих, так и отношения представителей другого пола. Внимательное наблюдение за физическими изменениями, происходящими в период полового созревания, стимулируется общими преобразованиями тела, представляющими источник беспокойства для многих молодых людей, к тому же сексуальное развитие очень тесно связано с формированием чувства собственной значимости и личностной идентичности. Указанные особенности связаны с возрастом, а эгоистичность – это черта характера
20ОПК-4.2.	Юля П., 17 лет, постоянно изводит себя диетами, старается похудеть, несмотря на то, что окружающие считают ее фигуру идеальной. Она обвиняет себя в том, что не умеет общаться с окружающими: не находит общих тем для разговоров, недостаточно внимательна к окружающим, эгоистична и т.п., – что не соответствует действительности. Как можно помочь Юле? Правильный ответ: Юле необходимо развивать самосознание посредством перехода от ситуативных образов «Я» к интеграции их в «Я-концепцию»

Приложение 1

**Лист визирования фонда оценочных средств
на очередной учебный год**

Фонд оценочных средств по дисциплине «Психология жизненного пути личности и трудных жизненных ситуаций» проанализирован и признан актуальным для использования на 2025_ - 2026 учебный год.



Рядинская Е.Н.

Протокол заседания кафедры психологии от «16»
апреля 2025 г. № 9

Заведующий кафедрой психологии

«16» апреля 2025 г.

Лист дополнений и изменений в фонд оценочных средств

Дисциплина «Психология жизненного пути личности и трудных жизненных ситуаций»
Направление подготовки: 37.03.01. Психология
На 2025/2026 учебный год

Вносятся следующие дополнения и изменения: (указываются составляющие ФОС дисциплины, в которые вносятся изменения и перечисляются вносимые в них изменения):

1. Блок В «Оценочные средства промежуточной аттестации» раздела 2 «Оценочные средства» добавлен пункт «Комплект итоговых оценочных материалов».
2. Структура и содержательная часть документа приведена в соответствие с индикаторами достижения компетенций.

Дополнения и изменения рассмотрены и одобрены на заседании кафедры психологии от «16» апреля 2025 г., протокол № 9

Заведующий кафедрой психологии


(подпись)

Рядинская Е.Н.

«16» апреля 2025 г.