

## Оценочные материалы при формировании рабочих программ дисциплин (модулей)

**Направление подготовки / специальность:** Психология служебной деятельности  
**Профиль / специализация:** Морально-психологическое обеспечение служебной деятельности  
**Дисциплина:** Тренинг личностного роста

**Формируемые компетенции:** ПК-3

### 1. Описание показателей, критериев и шкал оценивания компетенций.

Показатели и критерии оценивания компетенций

Объект оценки	Уровни сформированности компетенций	Критерий оценивания результатов обучения
Обучающийся	Низкий уровень Пороговый уровень Повышенный уровень Высокий уровень	Уровень результатов обучения не ниже порогового

Шкалы оценивания компетенций при сдаче зачета

Достигнутый уровень результата обучения	Характеристика уровня сформированности компетенций	Шкала оценивания
Пороговый уровень	Обучающийся: - обнаружил на зачете всесторонние, систематические и глубокие знания учебно-программного материала; - допустил небольшие упущения в ответах на вопросы, существенным образом не снижающие их качество; - допустил существенное упущение в ответе на один из вопросов, которое за тем было устранено студентом с помощью уточняющих вопросов; - допустил существенное упущение в ответах на вопросы, часть из которых была устранена студентом с помощью уточняющих вопросов	Зачтено
Низкий уровень	Обучающийся: - допустил существенные упущения при ответах на все вопросы преподавателя; - обнаружил пробелы более чем 50% в знаниях основного учебно-программного материала	Не зачтено

Описание шкал оценивания

Компетенции обучающегося оцениваются следующим образом:

Планируемый уровень результатов освоения	Содержание шкалы оценивания достигнутого уровня результата обучения	
	Неудовлетворительно Не зачтено	Отлично Зачтено

Знать	Неспособность обучающегося самостоятельно продемонстрировать наличие знаний при решении заданий, которые были представлены преподавателем вместе с образцом их решения.	Обучающийся способен продемонстрировать наличие знаний при решении заданий, которые были представлены преподавателем вместе с образцом их решения.	Обучающийся демонстрирует способность к самостоятельному применению знаний при решении заданий, аналогичных тем, которые представлял преподаватель, и при его консультативной поддержке в части современных проблем.	Обучающийся демонстрирует способность к самостоятельному применению знаний в выборе способа решения неизвестных или нестандартных заданий и при консультативной поддержке в части междисциплинарных связей.
Уметь	Отсутствие у обучающегося самостоятельности в применении умений по использованию методов освоения учебной дисциплины.	Обучающийся демонстрирует самостоятельность в применении умений решения учебных заданий в полном соответствии с образцом, данным преподавателем.	Обучающийся продемонстрирует самостоятельное применение умений решения заданий, аналогичных тем, которые представлял преподаватель, и при его консультативной поддержке в части современных проблем.	Обучающийся демонстрирует самостоятельное применение умений решения неизвестных или нестандартных заданий и при консультативной поддержке преподавателя в части междисциплинарных связей.
Владеть	Неспособность самостоятельно проявить навык решения поставленной задачи по стандартному образцу повторно.	Обучающийся демонстрирует самостоятельность в применении навыка по заданиям, решение которых было показано преподавателем	Обучающийся демонстрирует самостоятельное применение навыка решения заданий, аналогичных тем, которые представлял преподаватель, и при его консультативной поддержке в части современных проблем.	Обучающийся демонстрирует самостоятельное применение навыка решения неизвестных или нестандартных заданий и при консультативной поддержке преподавателя в части междисциплинарных связей

## 2. Перечень вопросов к зачету

Примерный перечень вопросов к зачету

Компетенция ПК 3

1. Общая характеристика самопознания, саморазвития
2. Значение самопознания, саморазвития в жизни человека
3. Сферы и области самопознания, саморазвития
4. Самопознание как структурный компонент самосознания человека
5. Сознание и самосознание
6. Структура самосознания
7. Самопознание как процесс: цели, мотивы, способы, результаты
8. Общая характеристика самопознания как процесса

9. Общая характеристика самопознания, саморазвития
10. Значение самопознания, саморазвития в жизни человека
11. Сферы и области самопознания, саморазвития
12. Самопознание как структурный компонент самосознания человека
13. Сознание и самосознание
14. Структура самосознания
15. Самопознание как процесс: цели, мотивы, способы, результаты
16. Общая характеристика самопознания как процесса
17. Цели и мотивы самопознания, саморазвития
18. Способы и средства самопознания, саморазвития
19. Результаты самопознания, саморазвития
20. Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания
21. Барьеры самопознания, саморазвития
22. Самопринятие личности
23. Приемы и способы эффективного общения. Неререфлексивное и рефлексивное слушание.
24. Психология эффективного общения в конфликтных ситуациях.
25. Психологические механизмы воздействия на других людей.
26. Вербальные техники общения (монологовые, диалоговые, публичные).
27. Типы и стадии карьеры. Основные модели и стратегии карьеры. Принципы успешной карьеры.
28. Понятие «Образа Я», «Я-концепции». Составляющие самооценки.
29. Жизненные позиции теории Э. Берна.
30. Модель эго-состояний по Э. Берну.
31. Понятие рэкета в трансактном анализе.
32. Драматический треугольник в трансактном анализе.
33. Основные жизненные сценарии в теории трансактного анализа.
34. Игры и анализ игр в теории трансактного анализа.
35. Детерминанты личностного успеха. Навыки высокоэффективных людей по С. Кови.
36. Целеполагание. Постановка цели. Система планирования. Методики управления временем.
37. Основные ведущие репрезентативные системы человека.
38. Понятие ресурса в НЛП. Техники вызова ресурсного состояния.
39. Понятие якорения в НЛП. Техника заякоривания состояния.
40. Моделирование в НЛП. Принципы ментальной репетиции.
41. Нейрологические уровни в НЛП. Способы и возможности работы на нейрологических уровнях.
42. Модели здоровой, зрелой личности в гуманистической психологии. Г.Олпорт, К.Роджерс.
43. Модели здоровой, зрелой личности в гуманистической психологии. А.Маслоу, Э.Фромм.
44. Приемы и правила разработки активного тренинга.
45. Методы снятия напряжения и саморегуляции.
46. Взаимосвязь между возрастными этапами и карьерой.

### 3. Тестовые задания. Оценка по результатам тестирования.

Примерные задания теста

#### Задание 1 (ПК 3)

Выберите правильный вариант ответа.

Условие задания:

Что не входит в понятие самопознания с позиции психологии:

- А) условие обретения психического и психологического здоровья личности;
- Б) средство обретения внутренней гармонии и психологической зрелости;
- В) единственный путь для саморазвития личности, ее самореализации;
- Г) средство достижения совершенной удовлетворенности и самодостаточности.

#### Задание 2 (ПК 3)

Соотнесите познаваемые элементы самопознания и их определения, с позиции У Джеймса:

Условие задания:

1. физическую личность;
2. социальную личность;
3. духовную личность.

А) полное объединение отдельных состояний сознания, конкретно взятых духовных способностей и свойств.

- Б) телесная организация человека и все то, что принадлежит и человеку или составляет его окружение;
- В) признание в нас личности со стороны других людей.

Проранжируйте познаваемые элементы самопознания с позиции У Джеймса, начиная с высшего уровня.

- А) физическую личность;
- Б) социальную личность;
- В) духовную личность.

### Задание3 (ПК 3)

Выберите правильный вариант ответа.

Условие задания:

Самопознание мотивационно-ценностной сферы личности включает:

А) самопознание в себе собственных побуждений, интересов, мотивов, ценностей, которые определяют деятельность и поведение;

Б) осознание и понимание функционирования психических процессов: восприятия, памяти, мышления, воображения; свойств и качеств своего ума, внимательности, способов решения жизненных и профессиональных задач;

В) анализ своих способностей в разных сферах жизнедеятельности, оценка возможностей для осуществления замыслов;

Г) познание своих эмоциональных состояний, доминирующих чувств, способов реагирования в стрессовых ситуациях, умения мобилизоваться, проявить упорство, настойчивость, целеустремленность и др.

Полный комплект тестовых заданий в корпоративной тестовой оболочке АСТ размещен на сервере УИТ ДВГУПС, а также на сайте Университета в разделе СДО ДВГУПС (образовательная среда в личном кабинете преподавателя).

Соответствие между бальной системой и системой оценивания по результатам тестирования устанавливается посредством следующей таблицы:

Объект оценки	Показатели оценивания результатов обучения	Оценка	Уровень результатов обучения
Обучающийся	60 баллов и менее	«Неудовлетворительно»	Низкий уровень
	74 – 61 баллов	«Удовлетворительно»	Пороговый уровень
	84 – 75 баллов	«Хорошо»	Повышенный уровень
	100 – 85 баллов	«Отлично»	Высокий уровень

#### 4. Оценка ответа обучающегося на вопросы зачета.

Оценка ответа обучающегося на вопросы зачета

Элементы оценивания	Содержание шкалы оценивания			
	Не зачтено	Зачтено	Зачтено	Зачтено
Соответствие ответов формулировкам вопросов (заданий)	Полное несоответствие по всем вопросам	Значительные погрешности	Незначительные погрешности	Полное соответствие
Структура, последовательность и логика ответа. Умение четко, понятно, грамотно и свободно излагать свои мысли	Полное несоответствие критерию.	Значительное несоответствие критерию	Незначительное несоответствие критерию	Соответствие критерию при ответе на все вопросы.
Знание нормативных, правовых документов и специальной литературы	Полное незнание нормативной и правовой базы и специальной литературы	Имеют место существенные упущения (незнание большей части из документов и специальной литературы по названию, содержанию и т.д.).	Имеют место несущественные упущения и незнание отдельных (единичных) работ из числа обязательной литературы.	Полное соответствие данному критерию ответов на все вопросы.

<p>Умение увязывать теорию с практикой, в том числе в области профессиональной работы</p>	<p>Умение связать теорию с практикой работы не проявляется.</p>	<p>Умение связать вопросы теории и практики проявляется редко</p>	<p>Умение связать вопросы теории и практики в основном проявляется.</p>	<p>Полное соответствие данному критерию. Способность интегрировать знания и привлекать сведения из различных научных сфер</p>
<p>Качество ответов на дополнительные вопросы</p>	<p>На все дополнительные вопросы преподавателя даны неверные ответы.</p>	<p>Ответы на большую часть дополнительных вопросов преподавателя даны неверно.</p>	<p>1. Даны неполные ответы на дополнительные вопросы преподавателя. 2. Дан один неверный ответ на дополнительные вопросы преподавателя.</p>	<p>Даны верные ответы на все дополнительные вопросы преподавателя.</p>

Примечание: итоговая оценка формируется как средняя арифметическая результатов элементов оценивания.