

Оценочные материалы при формировании рабочих программ дисциплин (модулей)

Направление подготовки / специальность: Психология служебной деятельности
Профиль / специализация: Морально-психологическое обеспечение служебной деятельности
Дисциплина: Психология стресса и стрессоустойчивого поведения

Формируемые компетенции: ОПК-14

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 оценивается следующим образом:

Планируемый уровень результатов освоения	Содержание шкалы оценивания достигнутого уровня результата обучения			
	Неудовлетворительно	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично

Знать	Неспособность обучающегося самостоятельно продемонстрировать наличие знаний при решении заданий, которые были представлены преподавателем вместе с образцом их решения.	Обучающийся способен самостоятельно 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 экзамену, зачету. Образец экзаменационного билета.

Примерный перечень вопросов к зачету.

Компетенция ОПК 14:

1. Предмет и задачи психологии стресса. Междисциплинарные связи психологии эмоционального стресса.
2. Основные научные подходы к стрессу на современном этапе. История изучения стресса.
3. Различные подходы к изучению стресса: психофизиологический, психиатрический, психологический: отечественная психологическая школа, бихевиоризм, гуманистическая психология, экзистенциальная психология.
4. Классическая теория стресса Г.Селье и возможности ее приложения в психологических исследованиях.
5. История развития концепций гомеостатического регулирования в физиологии.
6. Понятие общего адаптационного синдрома. Физиологические механизмы возникновения стресса по Г.Селье. Стадии развития стрессовых реакций по Г.Селье.
7. Стресс и дистресс.
8. Типы реакции на стресс.
9. Современные концепции изучения стресса. Понятия экстремальности, стресса и стрессора.
10. Понятия физиологического и психологического стресса (Р.Лазарус), различия в механизмах возникновения. Опосредующая психологическая модель стресса.

Примерный перечень вопросов к экзамену.

Компетенция ОПК 14:

11. Транзактная модель стресса (Т. Кокс).
12. Понятие нервно-психического напряжения (Т.А. Немчин). Соотношение понятий стресс и нервно-психическое напряжение.
13. Структурно-системное описание стрессовых состояний, субсиндромы стресса (М.Франкенхойзер, Л.А.Китаев-Смык).
14. Стресс и психологическое здоровье. Болезни стрессовой этиологии.
15. Стрессогенные факторы для мужчины.
16. Стрессогенные факторы для женщины.
17. Виды стресса. Межличностный психологический стресс.
18. Виды стресса. Профессиональный, или организационный стресс.
19. Виды стресса. Социальный или общественный психологический стресс.
20. Виды стресса. Семейный психологический стресс.
21. Виды стресса. Внутриличностный психологический стресс.
22. Виды стресса. Экологический психологический стресс.
23. Виды стресса. Стресс в экстремальной ситуации.
24. Социально-экономическая значимость изучения профессионального стресса. Понятие «профессиональный стресс».
25. Роль факторов когнитивной оценки и стратегий преодоления (копингстратегий) в развитии стресса.
26. Массовое производство и рутинные виды труда. Состояние монотонии и его формы. Психическое пресыщение.
27. Особенности трудовых нагрузок в квалифицированных видах труда.
28. Личностные трансформации в процессе профессиональной адаптации. Профессиональное выгорание.
29. Стресс и конфликт. Понятие коммуникативной нагрузки.
30. Психологический климат в рабочей группе.

Образец экзаменационного билета

Дальневосточный государственный университет путей сообщения		
Кафедра (к704) Общая, юридическая и инженерная психология 5 семестр, учебный год	Экзаменационный билет № по дисциплине Психология стресса и стрессоустойчивого поведения для направления подготовки / специальности 37.05.02 Психология служебной деятельности профиль/специализация 37.05.02 Морально-психологическое обеспечение служебной деятельности	«Утверждаю» Зав. кафедрой Леженина А.А., к. психол. наук, доцент «__» _____ 20__ г.
Виды стресса. Стресс в экстремальной ситуации. (ОПК 14)		
Социально-экономическая значимость изучения профессионального стресса. Понятие «профессиональный стресс». (ОПК 14)		

Примечание. В каждом экзаменационном билете должны присутствовать вопросы, способствующих формированию у обучающегося всех компетенций по данной дисциплине.

3. Тестовые задания. Оценка по результатам тестирования.

Примерные задания теста

Задание 1 (ОПК 14)

Выберите правильный вариант ответа.

Условие задания:

Чрезвычайные ситуации НЕ могут классифицироваться по следующим признакам:

- a) •по степени внезапности;
- b) •по скорости распространения;
- c) •по масштабу распространения;
- d) •по продолжительности действия;
- e) •по характеру;
- f) по настроению;
- g) по источнику происхождения.

Задание 2 (ОПК 14)

Выберите правильный вариант ответа.

Условие задания:

От каких факторов зависит тяжесть психологических последствий экстремальной ситуации (может быть несколько правильных вариантов):

- возраста,
- пола,
- уровня исходной социальной адаптации;
- индивидуальных психологических особенностей;
- настроения,
- дополнительных отягощающих факторов на момент катастрофы
- одиночество,
- попечение о детях,
- наличие больных родственников,
- собственная беспомощность: беременность, болезнь,
- экономического статуса.

Задание 3 (ОПК 14)

Выберите правильный вариант ответа.

Условие задания:

Среди таких реакций на экстремальную ситуацию, как реактивные психозы, в ситуации массовых катастроф чаще всего наблюдаются (может быть несколько правильных вариантов):

- a) аффективно-шоковые реакции;
- b) депрессивные психозы;
- c) неврозы истощения;
- d) истерические психозы.

Задание 4 (ОПК 14)

Выберите правильный вариант ответа.

Условие задания:

Состояние психической напряженности называют:

- a. нарушением процесса саморегуляции
- б. гипермобилизацией организма
- в. стрессом
- г. дистрессом

Задание 5 (ОПК 14)

Выберите правильный вариант ответа.

Условие задания:

Эмоциональное напряжение это:

- a. напряжение, вызванное конфликтными условиями
- б. напряжение, вызванное необходимостью поддержания готовности рабочих функций в условиях отсутствия работы;
- в. связь борьбы мотивов с выбором критериев для принятия решения;
- г. напряжение, связанное с временным снижением работоспособности

Задание 6 (ОПК 14)

Выберите правильный вариант ответа.

Условие задания:

Мотивационное напряжение это:

- а. напряжение, вызванное конфликтными условиями
- б. напряжение, вызванное необходимостью поддержания готовности рабочих функций в условиях отсутствия работы
- в. связь борьбы мотивов с выбором критериев для принятия решения.
- г. напряжение, связанное с временным снижением работоспособности

Задание 7 (ОПК 14)

Выберите правильный вариант ответа.

Условие задания:

С какой стадии начинается стресс?

- а. со стадии адаптации;
- б. со стадии тревоги;
- в. со стадии резистентности;
- г. со стадии истощения.

Задание 8 (ОПК 14)

Выберите правильный вариант ответа.

Условие задания:

Психогенные изменения настроения возникает под влиянием:

- а. взрыва эмоций
- б. приёмом алкоголя, транквилизаторов, наркотиков
- в. монотонии
- г. физического напряжения

Задание 9 (ОПК 14)

Выберите правильный вариант ответа.

Условие задания:

Какие железы играют наиболее важную роль в формировании ответных реакций организма во время стресса?

- а. щитовидная железа;
- б. поджелудочная железа;
- в. мозговое вещество надпочечников;
- г. корковое вещество надпочечников

Задание 10 (ОПК 14)

Выберите правильный вариант ответа.

Условие задания:

Какое из перечисленных условий способствует переходу стресса в эустресс?

- а. чрезмерная сила стресса;
- б. большая продолжительность стрессорного воздействия;
- в. одобрение действий индивидуума со стороны социальной среды;
- г. недостаток нужной информации

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 экзаменационного билета, зачета

Оценка ответа обучающегося на вопросы экзаменационного билета, зачета

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

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