Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Шуматов Валентин Борисович
Должность: Ректор
Дата подписания: 07.02.2025 11:25:26
Уникальный программный ключ:
1cef78fd73d75dc6ecf72fe1eb94fee387a2985d2657b784eec019bf8a794cb4

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тихоокеанский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий кафедрой
_____/Кадыров Р.В./
«_5_»_____июня_____2024__г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
Б1.В.05 Методы формирования стрессоустойчивости основной образовательной программы высшего образования

Направление подготовки (специальность)	33.05.01 Фармация (код, наименование)
Уровень подготовки	специалитет (специалитет/магистратура)
Направленность подготовки	02 Здравоохранение (в сфере обращения лекарственных средств и других товаров аптечного ассортимента)
Форма обучения	очная (очная, очно-заочная)
Срок освоения ООП	5 лет (нормативный срок обучения)
Институт/кафедра	Общепсихологических дисциплин

Владивосток – 2024

1. ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

1.1. **Фонд оценочных средств** регламентирует формы, содержание, виды оценочных средств для текущего контроля, промежуточной аттестации и итоговой (государственной итоговой) аттестации, критерии оценивания дифференцированно по каждому виду оценочных средств.

1.2. Фонд оценочных средств определяет уровень формирования у обучающихся установленных в ФГОС ВО и определенных в основной образовательной программе высшего образования по специальности 33.05.01 Фармация, направленности 02 Здравоохранение (в сфере обращения лекарственных средств и других товаров аптечного ассортимента) **универсальных компетенций(УК)**

2. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

2.1. Виды контроля и аттестации, формы оценочных средств

№ п/п	Виды контроля	Оценочные средства*
		Форма
1	2	3
1	**Текущий контроль****	**Индивидуальное собеседование**
		Тестирование
2	**Промежуточная аттестация****	**Вопросы для собеседования**

Вопросы для индивидуального собеседования **Б1.В.05 Методы формирования стрессоустойчивости**

	Код	Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст элемента ситуационной задачи
С	33.05.01	Фармация
К	УК-4	Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия
К	УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты Собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни
Ф	А/04.7	Информирование населения и медицинских работников о лекарственных препаратах и других товарах аптечного ассортимента
И		**ДАЙТЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ**

Т		1. Исследование психических состояний: исторический экскурс. 2. Основные подходы к определению психического состояния. 3. Категориальные признаки психического состояния. 4. Место стрессовых состояний в систематике состояний сознания 5. Характеристика измененных состояний сознания. 6. Понятие «стресс» и история развития концепций гомеостатического регулирования в физиологии. 7. Триада признаков» стресса по Г. Селъе, физиологические механизмы возникновения. 8. Понятие общего адаптационного синдрома, уровни адаптации. 9. Стадии развития стрессовых реакций по Г. Селье. 10.Основные принципы классической теории Г. Селье. 11.Современные подходы к изучению стресса. 12.Понятия экстремальности, стресса и стрессора. Абсолютная и относительная экстремальность. 13.Стресс как общий адаптационный синдром. 14.Социологическая модель стресса. Концепция Холмса и Рейха. 15.Структурно-системное описание стрессовых состояний, субсиндромы стресса (Л.А. Китаев-Смык). 16.Интеракционистский подход к изучению стресса. 17.Классификация видов и форм стресса. 18.Понятия физиологического и психологического стресса (Р.Лазарус), различия в механизмах возникновения. 19.Индивидуальные особенности возникновения и течения стресса. 20.Личностный адаптационный потенциал и жизнестойкость: характеристика и структура. 21.Психологический стресс и его детерминанты. 22.Травматический стресс и его особенности. 23.Причины возникновения травматического стресса. 24.Динамика травматического стресса. 25.Последствия травматического стресса.

Шкала оценивания
«Отлично» - более 91% правильных ответов
«Хорошо» - 81-90% правильных ответов
«Удовлетворительно» - 51-80% правильных ответов
«Неудовлетворительно» - менее 50% правильных ответов

Приложение 2

Тестовые задания по дисциплине **Б1.В.05 Методы формирования стрессоустойчивости**

	Код	**Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст**
С	33.05.01	Фармация
К	УК-4	Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия
К	УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты Собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни
Ф	А/04.7	Информирование населения и медицинских работников о лекарственных препаратах и других товарах аптечного ассортимента
И		**ДАЙТЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ 1 УРОВНЯ (ОДИН ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ)**
т		1. Укажите категориальные признаки психического состояния А) целостность; Б) ситуативность; В) константность; Г) продолжительность; Д) обобщенность; Е) предметность 2. Группа функциональных состояний включает в себя А) радость; Б) утомление; В) монотония; Г) эмоциональная напряженность 3. Что из перечисленного не относится к категории психическое состояние А) удивление; Б) запоминание; В) ужас; Г) смех; Д) восторг; Е) стресс 4. Укажите основной признак переутомления А) усталость; Б) потеря интереса; В) устойчивое нарушение в протекании и смене фаз работоспособности. 5. Какое из перечисленных состояний в развитом виде можно отнести к категории патологических состояний: А) гнев; Б) скука;

		В) депрессия 6. Кого можно считать «пионером» изучения психических состояний в отечественной психологии А) К.К.Платонова; Б) Н.Д.Левитова; В) В.Н.Мясищева 7. Что из перечисленного можно отнести к группе эмоциональных состояний А) утомление; Б) испуг; В) любовь; Г) удивление 8. Укажите только измененные состояния сознания А) гипноз; Б) эмоциональная напряженность; В) горе; Г) сон; Д) длительная изоляция; Е) транс. 9. Гипноз можно отнести к такому состоянию сознания как А) сон; Б) бодрствование; В) измененное состояние сознания 10. Укажите только факторы, способные вызвать ИСС А) алкогольное опьянение; Б) сенсорная депривация; В) медитация; Г) высокая температура Тест 2 11. Выделите только то, что на шкале уровней бодрствования Линдсли соответствует бодрствованию А) дремота; Б) эмоциональное возбуждение; В) пробуждение; Г) кома 12. Сенсорная депривация – это А) отсутствие внешний раздражителей; Б) лишение человека чувств; В) продолжительное, более или менее полное лишение человека сенсорных впечатлений, осуществляемое с экспериментальными целями. 13. Физиологический стресс связан А) с неожиданной и острой ситуацией; Б) со способностью каждого идти на риск; В) с прогрессирующим истощением резервов организма; Г) все ответы верны 14. Триада Г.Селье включает в себя А) увеличение активности коркового слоя надпочечников; Б) повышение концентрации адреналина; В) уменьшение вилочковой железы и лимфатических

		желез; Г) точечные кровоизлияния в желудочно-кишечном тракте 15.Л.А.Китаев-Смык выделяет следующие субсиндромы стресса А) эмоционально-поведенческий; Б) вегетативный; В) когнитивный; Г) аффективный; Д) социально-психологический 16.Что из перечисленного можно считать синонимами психологического стресса: А) психический стресс; Б) эмоциональный стресс; В) травматический стресс; Г) поведенческий стресс 17. Назовите одного из авторов социологической модели стресса: А) Холмс; Б) Селье; В) Ялом; Г) Хилл 18.Семейная интерпретация произошедшего события в модели АВСХсемейного кризиса составляет содержание фактора А) фактора А; Б) фактора В; В) фактора С; Г) фактора Х 19.С точки зрения Ялома, причины возникновения травматического стресса можно интерпретировать в контексте следующих ключевых понятий А) жизнь – смерть; Б) здоровье – болезнь; В) свобода – несвобода; Г) смысл – бессмысленность; Д) норма – патология; Е) изоляция – включенность 20.По мнению Р.Лазаруса, актуализация психологического стресса обусловлена А) личностными свойствами; Б) объективными характеристиками ситуации; В) особенностями познавательных когнитивных процессов; Г) особенностями волевых процессов; Д) субъективной значимостью ситуации Тест 3 21.Отметьте ситуации, воспринимаемые как угрожающие физической и психической целостности индивида А) смерть близкого человека; Б) собственная болезнь; В) разрыв близких отношений;

		Г) вступительный экзамен. 22.Отметьте события, способные вызвать травматический стресс А) известие о тяжелой неизлечимой болезни; Б) смерть близкого человека от тяжелой и продолжительной болезни; В) землетрясение; Г) боевые действия 23. Что из перечисленного относится к категории психическое состояние А) удивление; Б) паника; В) внимание; Г) смех; Д) аффект; Е) стресс 24. Укажите основной признак скуки А) усталость; Б) потеря интереса; В) устойчивое нарушение в протекании и смене фаз работоспособности. 25. Кто является автором современной концепции неравновесных состояний А) Н.Д.Левитов; Б) А.О.Прохоров; В) Р.Лазарус 26. Что из перечисленного можно отнести к группе функциональных состояний А) утомление; Б) испуг; В) ярость; Г) профессиональный стресс 27. Укажите только измененные состояния сознания А) длительная изоляция; Б) наркотическое опьянение; В) психоз; Г) восторг. 28. Г.Селье, описывая динамику стресса, выделил «alarm – стадию» как А) первую; Б) вторую; В) третью 29.Личностный адаптационный потенциал включает в себя: А) самооценку; Б) уровень нервно-психической устойчивости; В) социальную референтность 30. Назовите автора АВСХ-модели семейного стресса: А) Холмс; Б) Селье; В) Ялом; Г) Хилл

Шкала оценивания

«Отлично» - более 91% правильных ответов
«Хорошо» - 81-90% правильных ответов
«Удовлетворительно» - 51-80% правильных ответов
«Неудовлетворительно» - менее 50% правильных ответов

ПРОМЕЖУТОЧНЫЙ КОНТРОЛЬ

Вопросы для собеседования к зачету:

Вопросы:

1. Исследование психических состояний: исторический экскурс.
2. Основные подходы к определению психического состояния.
3. Категориальные признаки психического состояния.
4. Место стрессовых состояний в систематике состояний сознания
5. Характеристика измененных состояний сознания.
6. Понятие «стресс» и история развития концепций гомеостатического регулирования в физиологии.
7. Триада признаков» стресса по Г. Селъе, физиологические механизмы возникновения.
8. Понятие общего адаптационного синдрома, уровни адаптации.
9. Стадии развития стрессовых реакций по Г. Селье.
10. Основные принципы классической теории Г. Селье.
11. Современные подходы к изучению стресса.
12. Понятия экстремальности, стресса и стрессора. Абсолютная и относительная экстремальность.
13. Стресс как общий адаптационный синдром.
14. Социологическая модель стресса. Концепция Холмса и Рейха.
15. Структурно-системное описание стрессовых состояний, субсиндромы стресса (Л.А. Китаев-Смык).
16. Интеракционистский подход к изучению стресса.
17. Классификация видов и форм стресса.
18. Понятия физиологического и психологического стресса (Р.Лазарус), различия в механизмах возникновения.
19. Индивидуальные особенности возникновения и течения стресса.
20. Личностный адаптационный потенциал и жизнестойкость: характеристика и структура.
21. Психологический стресс и его детерминанты.
22. Травматический стресс и его особенности.
23. Причины возникновения травматического стресса.
24. Динамика травматического стресса.
25. Последствия травматического стресса.
26. ПТСР: история вопроса.
27. Диагностические критерии и симптомы ПТСР.
28. Теоретические модели ПТСР
29. Характеристика профессионального стресса.
30. Причины и последствия профессионального стресса
31. Моббинг как социально-психологическая причина профессионального стресса.
32. Психологическое выгорание как результат профессионального стресса (модели, симптомы, динамика)
33. Общая характеристика копинга и его задач.

34.Классификация копинг-стратегий.
35.Функциональные и дисфункциональные копинговые стили.
36.Сравнительный анализ защитных механизмов и копингов.
37.Стресс-менеджмент: сущность и уровни.
38.Внешние приемы воздействий: специальная тренировка, фармакотерапия, функциональная музыка, средства мульти-медиа.
39.Методы психологической саморегуляции состояний (психотерапевтическая традиция).
40.Классификация методов саморегуляции. Базовые техники и вспомогательные средства.

Критерии оценки:

оценка «отлично» (7-8 баллов) выставляется студенту, если дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями. В ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе психологической науки и междисциплинарных связей. Ответ формулируется в терминах психологической науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, в некоторых случаях демонстрирует авторскую позицию студента (8 баллов). Допускаются недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа (7 баллов).

оценка «хорошо» (6 баллов) выставляется в случае, если дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах психологической науки. В ответе допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные студентом с помощью преподавателя.

оценка «удовлетворительно» (4-5 баллов) выставляется в том случае, если дан полный, но недостаточно последовательный ответ на поставленный вопрос, но при этом показано умение выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Ответ логичен и изложен в терминах психологической науки. Могут быть допущены 1-2 ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется исправить самостоятельно (5 баллов). А также в случаях, если дан неполный ответ, при котором студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи, однако с помощью преподавателя студент может конкретизировать обобщенные знания, доказав на примерах их основные положения. В ответе могут отсутствовать выводы, могут быть допущены ошибки при раскрытии понятий, а речевое оформление требовать поправок и коррекции (4 балла).

оценка «неудовлетворительно» (менее 4 баллов) выставляется, когда дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определениях. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Студент не осознает связь данного понятия, теории, явления с другими объектами дисциплины. Отсутствуют выводы, конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины.