

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Палиева Надежда Анисовна
Должность: и.о. декана психолого-педагогического факультета
Дата подписания: 15.06.2026 12:40:05
Уникальный программный ключ:
с45abce04df3131d28edca0bf10941b11398d6f1

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ
Декан психолого-
педагогического факультета
доктор педагогических наук, доцент
Палиева Н.А.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
Теории и методы предотвращения «профессионального выгорания»

Направление подготовки	<u>44.03.02 Психолого-педагогическое образование</u>		
Направленность (профиль)	<u>Психология образования</u>		
Год начала обучения	<u>2026</u>		
Форма обучения	очная	заочная	очно-заочная
Реализуется в семестре	<u>7</u>		

Введение

1. Назначение: данный фонд оценочных предназначен для оценивания уровня сформированности компетенций при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов, обучающихся по направлению подготовки 44.03.02 направленность (профиль) «Психология образования», по дисциплине «Теории и методы предотвращения «профессионального выгорания».

2. Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации на основе рабочей программы дисциплины «Теории и методы предотвращения «профессионального выгорания»» в соответствии с образовательной программой 44.03.02 направленность (профиль) «Психология образования».

3. Разработчик: Аникеева Ю.В., к.псих.н., доцент кафедры воспитания и социализации личности.

4. Проведена экспертиза ФОС. Члены экспертной группы, проводившие внутреннюю экспертизу:

Члены экспертной группы, проводившие внутреннюю экспертизу:

Председатель: Эм Е.А.- к.п.н., доцент, доцент кафедры коррекционной психологии и педагогики, председатель УМК ППФ;

Члены экспертной группы:

Пашина С.А. – к.п.н., доцент, доцент кафедры воспитания и социализации личности;

Белашева И.В. - д.псих.н., доцент, доцент кафедры общей психологии и психологии личности зав. кафедрой общей психологии и психологии личности, член УМК ППФ.

Представитель организации-работодателя:

Сергеева Е.В., директор муниципального бюджетного образовательного учреждения начальной общеобразовательной школы №24 г. Михайловска.

Экспертное заключение: фонд оценочных средств соответствует ОП ВО по направлению подготовки 44.03.02, направленность (профиль) «Психология образования», и рекомендуется для оценивания уровня сформированности компетенций при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов по дисциплине «Теории и методы предотвращения «профессионального выгорания»».

5.Срок действия ФОС: на срок реализации образовательной программы.

1. Описание критериев оценивания компетенции на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Компетенция (ии), индикатор (ы)	Уровни сформированности компетенции(ий),			
	Минимальный уровень не достигнут (Неудовлетворит ельно) 2 балла	Минимальный уровень (удовлетворите льно) 3 балла	Средний уровень (хорошо) 4 балла	Высокий уровень (отлично) 5 баллов
Компетенция: ПК-4 Способен осуществлять просветительскую деятельность в образовательных учреждениях с целью повышения психологической компетентности участников образовательного процесса.				
ИД-1 ПК-4 Знает направления, приёмы и методы психологического просвещения с учётом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся.	Не знает направления, приёмы и методы психологического просвещения с учётом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся.	Испытывает затруднения в отборе направлений, приёмов и методов психологического просвещения с учётом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся.	В целом успешно отбирает направления, приёмы и методы психологического просвещения с учётом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся.	Обоснованно отбирает направления, приёмы и методы психологического просвещения с учётом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся.
ИД-2 ПК-4 Умеет реализовывать программы повышения психологической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающихся.	Не умеет реализовывать программы повышения психологической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающихся	Частично умеет реализовывать программы повышения психологической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающихся	В целом успешно умеет реализовывать программы повышения психологической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающихся	Обоснованно использует программы повышения психологической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающихся
ИД-3 ПК-4 Владеет приемами и средствами информирования	Не владеет приемами и средствами информирования	Частично владеет приемами и средствами	В целом успешно владеет приемами и	В полной мере владеет приемами и средствами

родителей, учителей, воспитателей и других участников образовательного процесса о факторах, препятствующих развитию личности воспитанников и обучающихся, а также о мерах по оказанию им различного вида психологической помощи.	родителей, учителей, воспитателей и других участников образовательного процесса о факторах, препятствующих развитию личности воспитанников и обучающихся, а также о мерах по оказанию им различного вида психологической помощи.	информирования родителей, учителей, воспитателей и других участников образовательного процесса о факторах, препятствующих развитию личности воспитанников и обучающихся, а также о мерах по оказанию им различного вида психологической помощи.	средствами информирования родителей, учителей, воспитателей и других участников образовательного процесса о факторах, препятствующих развитию личности воспитанников и обучающихся, а также о мерах по оказанию им различного вида психологической помощи.	информирования родителей, учителей, воспитателей и других участников образовательного процесса о факторах, препятствующих развитию личности воспитанников и обучающихся, а также о мерах по оказанию им различного вида психологической помощи.
--	--	---	--	---

Оценивание уровня сформированности компетенции по дисциплине осуществляется на основе «Положения о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры - в федеральном государственном автономном образовательном учреждении высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет» в актуальной редакции.

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕРКИ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ

Номер задания	Правильный ответ	Содержание вопроса	Компетенция
		Форма обучения очная 7 семестр	
1	b	Кто в качестве высшего этапа развития профессионала выделяет «этап творческого самоопределения себя как личности профессионала»? а) В.В. Смолин; b) А.К. Маркова; с) Е.А. Климов.	ПК -4
2	c	Кризисы профессионального развития на основании идей Л.С. Выготского определяли: а) Б. Ливехуд; b) Т. Шихи; с) Э.Ф. Зеер	ПК -4
3	f	Основные направления (разделы) изучения человека в трудовой деятельности, выделенные Н.С. Пряжниковым и Е.Ю. Пряжниковой (укажите лишнее): а) психология труда в традиционном понимании; b) инженерная психология; с) психология управления; d) профориентация; е) профессиональное образование; f) психология здоровья;	ПК -4
4	c	Периодизация развития человека, как субъекта труда, была предложена: а) А.Н. Леонтьевым; b) А.К. Марковой; с) Е.А. Климовым	ПК -4
5	c	Наиболее тяжелый рубежный кризис это: а) кризис «вырывания корней»; b) «искания 20 лет»; с) кризис «середины жизни».	ПК -4
6	c	Нарушение усвоенных способов деятельности это: а) преодоление профессиональных деструкций;	ПК -4

		b) преодоление общих деструкций; c) профессиональная деструкция в самом общем виде.	
7	c	Чрезмерное усиление некоторых черт характера – это: a) старение работника; b) индивидуальный «предел» развития работника; c) акцентуация характера.	ПК -4
8	a	Уровнем профессионального самоопределения является: a) гностический; b) теоретический; c) аксиологический.	ПК -4
9	a	Управление человеческими ресурсами заключается в: a) планировании и организации работы с персоналом; b) принятии решения о зачислении кандидата на работу; c) совокупности процедур сбора и анализа информации о содержании	ПК -4
10	a	Общая работоспособность отражает: a) возможности человека выполнять любую общественно полезную деятельность; b) характеристики тех систем и функций человека, которые необходимы для выполнения профессиональных задач; c) состояние субъекта деятельности, определяющие уровень его эффективности в данный промежуток времени.	ПК -4
11	b	Состояние субъекта деятельности, определяющее уровень его эффективности в данный момент времени характеризует: a) общая работоспособность; b) актуальная работоспособность; c) потенциальная работоспособность.	ПК -4
12	b	Четыре степени переутомления выделил: a) В.И. Медведев; b) К.К. Платонов; c) В.Г. Асеев; d) Ю.В. Майкин	ПК -4
13	a	Три концептуальных ориентации в исследовании профессионального стресса выделяет:	ПК -4

		a) А.Б. Леонова; b) К.К. Платонов; c) В.Г. Асеев; d) В.И. Медведев.	
14	b	Состояние физического, эмоционального, умственного истощения как выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на психотравмирующее воздействие – это: А) фрустрация; Б) эмоциональное выгорание; В) барьер; Г) психологическая защита	ПК -4
15	c	Деформация отношений с другими людьми – это: a) акцентуация характера; b) невоспитанность; c) деперсонализация; d) негативизм.	ПК -4
16	a,c,e	Выделите три фазы стресса, наблюдающиеся при эмоциональном выгорании: a) нервное (тревожное) напряжение; b) бессонница; c) сопротивление; d) агрессия; e) истощение.	ПК -4
17	a,c,e,f,g	Выделите симптомы тревожного напряжения: a) переживание психотравмирующих обстоятельств; b) повышенная ответственность; c) неудовлетворенность собой; d) повседневная рутинность; e) «загнанность в клетку»; f) тревога; g) депрессия.	ПК -4
18	a,c,e,f	К уровням личностных ресурсов противодействия «выгоранию» относятся: a) физиологический;	ПК -4

		б) эмоциональный; с) психологический; d) социальный; е) личностный; f) духовный	
19	с	Психическое состояние, отражающее повышенный уровень тревожности, отсутствие психологического комфорта в определенных условиях труда и, с другой стороны, готовность действовать, называется: а) настроение; б) страх; с) психологическая напряженность; d) нет правильного ответа.	ПК -4
20		Установите соответствие между факторами риска эмоционального выгорания и их характеристиками: 1. Личностные факторы А) несправедливость и неравенство взаимоотношений в организации; внутрифирменные конфликты; жестокий контроль; дефицит поддержки 2. Статусно-ролевые факторы Б) Склонность к интраверсии; реактивность; низкая или чрезмерно высокая эмпатия; авторитарность 3. Профессионально-организационные факторы В) ролевой конфликт; неудовлетворенность профессиональным и личностным ростом; ролевая неопределенность; отверженность в референтной группе; низкий социальный статус	ПК -4
21		Впервые термин «эмоциональное сгорание» прозвучал в отечественной психологии в работах: а) Л.С. Выготского; б) Б.Г. Ананьева; с) А.Н. Леонтьева; d) А.Р. Лурия	ПК -4
22		Аффективно-когнитивная составляющая синдрома профессионального выгорания проявляется в:	ПК -4

		а) эмоциональном истощении; б) деперсонализации; в) все ответы верны	
23		К внешним факторам профессионального выгорания относятся все, кроме: а) хроническая напряжённая психоэмоциональная деятельность, связанная с интенсивным общением; б) дестабилизирующая организация деятельности; в) склонность к эмоциональной ригидности; г) психологически трудный контингент	ПК -4
24		К внутренним факторам профессионального выгорания относятся все, кроме: а) склонность к эмоциональной ригидности; б) интенсивное восприятие и переживание обстоятельств профессиональной деятельности; в) неблагоприятная атмосфера профессиональной деятельности; г) слабая мотивация эмоциональной отдачи в профессиональной деятельности	ПК -4
25		Что является первой фазой стресса при профессиональном выгорании: а) истощение; б) нервное напряжение; в) резистенция	ПК -4
26		Как называется симптом, когда человек испытывает чувство безысходности, эмоционального и интеллектуального тупика: а) симптом «переживания» психотравмирующих обстоятельств; б) симптом неудовлетворенности собой; в) симптом «загнанности в клетку»	ПК -4
27		Какие особенности педагогической деятельности влияют на возникновение профессионального выгорания: а) высокая социальная ответственность за результаты своей деятельности; б) информационная перегрузка в сочетании с дефицитом времени; в) системное оценивание со стороны детей, родителей, администрации; г) все ответы верны	ПК -4
28		Наиболее тесную связь с профессиональным выгоранием, по мнению В.Е. Орел, имеет: а) возраст и стаж;	ПК -4

		б) возраст и личностные особенности; с) стаж и личностные особенности	
29		Наиболее всего подвержены риску профессионального выгорания: а) лица, предъявляющие непомерно высокие требования к себе; б) лица, предъявляющие непомерно высокие требования к другим; с) обе группы	ПК -4
30		При синдроме профессионального выгорания: а) происходит стирание грани между работой и частной жизнью; б) преобладают интересы частной жизни над интересами профессиональной деятельности	ПК -4

2. Описание шкалы оценивания

В рамках рейтинговой системы успеваемость студентов по каждой дисциплине оценивается в ходе текущего контроля и промежуточной аттестации. Рейтинговая система оценки знаний студентов основана на использовании совокупности контрольных мероприятий по проверке пройденного материала (контрольных точек), оптимально расположенных на всем временном интервале изучения дисциплины. Принципы рейтинговой системы оценки знаний студентов основываются на требованиях, описанных в Положении об организации образовательного процесса на основе рейтинговой системы оценки знаний студентов в ФГАОУ ВО «СКФУ».

Максимально возможный балл за весь текущий контроль устанавливается равным **33**. Текущее контрольное мероприятие считается сданным, если студент получил за него не менее 60% от установленного для этого контроля максимального балла. Рейтинговый балл, выставляемый студенту за текущее контрольное мероприятие, сданное студентом в установленные графиком контрольных мероприятий сроки, определяется следующим образом:

Уровень выполнения контрольного задания	Рейтинговый балл (в % от максимального балла за контрольное задание)
Отличный	100
Хороший	80
Удовлетворительный	60
Неудовлетворительный	0

3. Критерии оценивания компетенций*

Оценка «зачтено» выставляется студенту, если

- прочно усвоил предусмотренный программный материал;
- правильно, аргументировано ответил на все вопросы, с приведением примеров;
- показал глубокие систематизированные знания, владеет приемами рассуждения и сопоставляет материал из разных источников: теорию связывает с практикой, другими темами данного курса, других изучаемых предметов
- без ошибок выполнил практическое задание.

Оценка «не зачтено» выставляется студенту, если

- студенту, который не справился с 50% вопросов и заданий билета, в ответах на другие вопросы допустил существенные ошибки. Не может ответить на дополнительные вопросы, предложенные преподавателем. Целостного представления о взаимосвязях, компонентах, этапах развития культуры у студента нет.

** в соответствии с результатами освоения дисциплины*