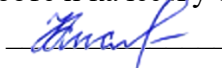


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 10.06.2025 14:41:32
Уникальный программный ключ:
52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Самарский государственный социально-педагогический университет»
Кафедра психологии и социальной педагогики

Утверждаю
Проректор по учебно-методической
работе и качеству образования
 Н.Н. Кислова

Быкова Наталья Львовна

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Экзистенциальный кризис и синдром эмоционального выгорания личности»

Направление подготовки (специальность)
44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль)
«Практическая психология в социальной сфере и образовании»

Квалификация выпускника
Магистр

Рассмотрено
Протокол № 10 от 27.05.2025
Заседания кафедры психологии и социальной
педагогики

Одобрено
Начальник Управления
образовательных программ
 Н.А. Доманина

Пояснительная записка

Фонд оценочных средств (далее – ФОС) для промежуточной аттестации по дисциплине «Экзистенциальный кризис и синдром эмоционального выгорания личности» разработан в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 февраля 2018 г. № 127, основной профессиональной образовательной программой высшего образования по направлению подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование, магистерская программа «Практическая психология в социальной сфере и образовании», с учетом требований профессионального стандарта 01.002 Педагог-психолог (Психолог в сфере образования), утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 24 июля 2015 г. N 514н.

Цель ФОС для промежуточной аттестации – установление уровня сформированности компетенции ОПК-8.1, ОПК-8.2, ОПК-8.3.

Задачи ФОС для промежуточной аттестации - контроль качества и уровня достижения результатов обучения по формируемым в соответствии с учебным планом компетенциям: (перечислить код и содержание компетенции с результатами обучения).

ОПК-8. Способен проектировать педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний и результатов исследований

ОПК-8.1. Знает современную методологию педагогического проектирования; содержание и результаты исследований в области педагогического проектирования

Знает особенности протекания возрастных нормативных и ненормативных кризисов, в т.ч. кризисов экзистенциального существования, а также специфику синдрома эмоционального выгорания личности

ОПК-8.2. Умеет определять цель и задачи проектирования педагогической деятельности исходя из условий педагогической ситуации; разрабатывать педагогический проект для решения заданной педагогической проблемы на основе современных научных знаний и материалов педагогических исследований

Умеет анализировать особенности протекания кризисов экзистенциального существования, а также специфику синдрома эмоционального выгорания личности и разрабатывать психолого-педагогические проекты для решения проблемных ситуаций

ОПК-8.3. Владеет навыками проектирования педагогической деятельности на основе специальных научных знаний и результатов исследований

Владеет навыками проектирования психолого-педагогической деятельности в преодолении проблем кризиса экзистенциального существования, а также синдрома эмоционального выгорания личности

Требование к процедуре оценки:

Помещение: тренинговое помещение с напольным покрытием, мягкими стульями, звукоизолированное.

Оборудование: мячи, надувные шары, мешочки с отягощением. Инструменты: комплект маркеров.

Расходные материалы: нет.

Доступ к дополнительным справочным материалам: нет.

Нормы времени: 2 ч.

Комплект оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Задачи ФОС для промежуточной аттестации - контроль качества и уровня достижения образовательных результатов по формируемым в соответствии с учебным планом компетенциям: Комплект оценочных средств для проведения промежуточной аттестации.

ОПК-8. Способен проектировать педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний и результатов исследований

ОПК-8.1. Знает современную методологию педагогического проектирования; содержание и результаты исследований в области педагогического проектирования

Знает особенности протекания возрастных нормативных и ненормативных кризисов, в т.ч. кризисов экзистенциального существования, а также специфику синдрома эмоционального выгорания личности

Тип (форма) задания - тестовое задание

Инструкция: на выполнение теста дается 15 мин; ответ на каждый вопрос предполагает выбор правильного из нескольких представленных вариантов ответов. Наличие верного ответа не означает, что другие варианты ответов обязательно неправильны они просто, могут касаться частных, содержать неточности. В качестве «верного ответа», предполагается наиболее точный из предложенных ответов, наиболее полный и лучше сформулированный.

1.Симптомами экзистенциального кризиса являются:

- 1) Сильный или навязчивый интерес к большому значению жизни и смерти
- 2) Беспокойство и грусть по поводу общества, в котором ты живешь
- 3) Вера в то, что изменения во всем невозможны и бесполезны
- 4) Чувство оторванности от других людей
- 5) Разрыв связей с другими людьми
- 6) Низкий уровень мотивации и энергии, невозможность делать то, что ты обычно делаешь
- 7) Сомнения по поводу цели и смысла жизни
- 8) Суицидальные мысли и чувства

2. К признакам эмоционального истощения можно отнести:

- 1) Постоянная раздражительность

- 2) Физическая слабость и невозможность делать желаемое
 - 3) Плохой сон и отсутствие расслабленного состояния после него
 - 4) Чувство нехватки времени и невозможности сделать запланированное
2. Педагогическое проектирование просветительской психокоррекционной работы включает
- 1) педагогическое моделирование;
 - 2) педагогическое конструирование;
 - 3) педагогическое проектирование.
3. В основе возникновения кризисных состояний лежит
- 1) критическая ситуация,
 - 2) внутриличностный конфликт;
 - 3) межличностный конфликт;
 - 4) социальный конфликт;
 - 5) непредвиденные обстоятельства.
4. Способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технология), которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом
- 1) проект;
 - 2) план;
 - 3) программа .
5. Причинами, лежащими в основе возникновения кризисных состояний , являются:
- 1) переход на следующую ступень развития (возрастные и профессиональные кризисы);
 - 2) переход на новый этап индивидуализации как индивидуального развития личности (экзистенциальные кризисы);
 - 3) стрессовые события (травмы, катастрофы, войны, потеря близких и т. п.).
6. Тип педагогического проекта
- 1) исследовательский, творческий, игровой;
 - 2) технический, исследовательский, игровой;
 - 3) социальный, исследовательский, творческий
7. К ненормативным кризисам относятся
- 1) окончание учебного заведения,
 - 2) трудоустройство,
 - 3) вступление в брак,
 - 4) рождение ребенка,
 - 5) смена местожительства,
 - 6) выход на пенсию и другие.
 - 7) стихийное бедствие и потери
 - 8) катастрофа
 - 9) развод
 - 10) инвалидность
 - 11) безработица
 - 12) миграция
 - 12) давление на проявление свободы
8. Сознательная активность человека в жизни с четким определением цели, мотивов, достижения результативности:
- 1) методика;
 - 2) деятельность;
 - 3) проектирование.
9. В основе ненормативного кризиса лежит:
- 1) психическая травма
 - 2) травмирующее событие
10. Проектная деятельность – это...
- 1) сознательная активность человека с четким определением цели, мотивов, достижения результативности;
 - 2) план с четким определением, цели, мотивов, достижения результатов;
 - 3) предварительная разработка основных деталей предстоящей деятельности учащихся и педагогов.
11. План – это
- 1) схематически записанная совокупность коротко сформулированных мыслей;
 - 2) последовательность команд, которую выполняет в процессе обработки данных;
 - 3) предварительный текст какого-нибудь документа, материал.
12. Фазы возрастных кризисов в концепции Л.С. Выготского:
- 1) предкритическая фаза;
 - 2) критическая фаза;
 - 3) посткритическая фаза;
 - 4) завершающая фаза.
13. К какому этапу относятся такие действия как анализ результатов проекта; подбор наглядно-дидактического материала; художественной литературы, репродукций картин; организация развивающей среды в группе;

ознакомление клиентов с художественной литературой, проведение бесед, работа с родственниками; проведение занятий, проведение мероприятия:

- 1)подготовительный этап;
- 2)основной этап;
- 3)заключительный этап.

14. Фазы травматического кризиса Г. Каплан :

- 1) проявление напряжения, стимулирующий привычные для данной личности способы преодолевающего поведения;
- 2) рост напряжения, возбуждения, агрессивности, уровня тревоги при столкновении с препятствиями;
- 3) перенапряжение с включением внешних и внутренних психологических и физических ресурсов;
- 4) нарастание тревоги и депрессии, чувства беспомощности и безнадежности, дезорганизации поведения, истощение и декомпенсация.
- 5) отчаяние и повреждающие действия.

15. Образовательное проектирование включает в себя

- 1) воспитание и обучение личности;
- 2) построение методов и технологий;
- 3) воспитание и развитие учащихся

16. Преодолевающее поведение как способ выхода из кризиса и разрешения противоречия предполагает:

- 1)активное преодоление препятствий
- 2)пассивное ожидание разрешения ситуации

16. Соотнесите структурные компоненты модели эмоционального выгорания

А) Маслач и Джексон; Б) Бойко В.В; Г) М. Грабе

- 1) Деперсонализация
- 2) Личностная отстраненность или деперсонализация
- 3) Оскудение.
- 4) Отчаяние.
- 5) Психосоматические и психовегетативные нарушения
- 6) Психосоматические реакции.
- 7) Редукция личных достижений
- 8) Симптомы-предвестники выгорания: повышенная активность, утомление.
- 9) Снижение активности.
- 10) Спад.
- 11) Эмоциональная отстраненность
- 12) Эмоциональное истощение.
- 13) Эмоциональные реакции, поиск виноватых; депрессия или агрессия.
- 14) Эмоциональный дефицит

17. Автором, охарактеризовавшим кризис как последовательность периодов разрушения, промежуточного и периода созидания является:

- 1)Эриксон
- 2)Э. Йоманс
- 3) Мясищев
- 4)Д. Левинсон

18. К специфической симптоматике экзистенциальных кризисов относятся:

- 1) задеты все аспекты бытия
- 2) чувство постоянной (беспричинной) тревоги, генерализованная тревога;
- 3) эмоциональная отстраненность от всего мира;
- 4) симптоматика феномена деперсонализации и дереализации;
- 5) состояние оглушенности;
- 6) страхи, чаще –фобии,
- 7) ночные кошмары;
- 8) хроническое мышечное напряжение и психосоматические проблемы (тахикардия, головокружения, дискомфорт и боли в эпигастральной области, проблемы с потоотделением, ослабление зрения и т.пр)

19. К социально-психологическим признакам эмоционального выгорания относятся:

- 1) частые жалобы коллегам и близким, что работа становится всё тяжелее, а выполнять её — всё сложнее;
- 2) нарушение рабочего режима, увеличение или сокращение времени работы;
- 3) трудности в принятии решений;
- 4) ощущение бесполезности в обществе, снижение энтузиазма в работе, безразличие к результатам;
- 5) невыполнение приоритетных задач, «застревание» на малозначительных задачах;
- 6) стремление тратить большую часть рабочего времени на выполнение элементарных действий, доведённых до автоматизма;
- 7) частые «перескакивания» с одного действия на другое;
- 8) появление привычки брать работу на дом, при этом не выполнять её;
- 9) критичность к действиям близких, ухудшение взаимоотношений в семье.

20. Соотнесите экзистенциальные причины и способы работы с эмоциональным выгоранием в концепции А.Ленгли:

- 1) Индивидуально-психологическая особенность - продолжать следовать стрессовому сценарию (попадание в травму);
- 2) социальное давление на личность в типичной ситуации (различные модные течения, какие-то общественные нормы, требования на работе, дух времени; пролонгированного рабочего времени);
- 3) деструктивная организация системы в которую включен человек (предоставляется отдельному человеку слишком мало свободы, слишком мало ответственности происходит мобинг (травля))

А) коучинг

Б) социальное сплочение

В) консультирование и терапия.

Критерии оценки: правильный ответ – 1 балл.

- оценка «отлично» (5 баллов) выставляется студенту, если дано 20-17 верных ответов;
- оценка «хорошо» (4 баллов), если дано 16-13 верных ответов;
- оценка «удовлетворительно» (3 баллов) если дано 12-8 верных ответов;
- оценка «неудовлетворительно» (0 баллов) если дано 8-0 верных ответов

ОПК-8. Способен проектировать педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний и результатов исследований

ОПК-8.2. Умеет определять цель и задачи проектирования педагогической деятельности исходя из условий педагогической ситуации; разрабатывать педагогический проект для решения заданной педагогической проблемы на основе современных научных знаний и материалов педагогических исследований

ОПК-8.3. Владеет навыками проектирования педагогической деятельности на основе специальных научных знаний и результатов исследований

Умеет анализировать особенности протекания кризисов экзистенциального существования, а также специфику синдрома эмоционального выгорания личности и разрабатывать психолого-педагогические проекты для решения проблемных ситуаций

Владеет навыками проектирования психолого-педагогической деятельности в преодолении проблем кризиса экзистенциального существования, а также синдрома эмоционального выгорания личности

Тип (форма) задания практического характера тест-действие

Проведите исследование проблемы наличия психологической травмы у ребенка и проведите эмоционально-волевой, личностной сферы ребенка, подростка или молодого человека и сформулируйте основные направления самопомощи клиенту для успешной адаптации в условиях педагогического процесса (15, ч)

Оценочный лист к типовому заданию

	Этапы проектирования и оказания психокоррекционной помощи клиентам с эмоциональным выгоранием	Образовательные результаты	
		Владеет навыками проектирования психолого-педагогической деятельности в преодолении проблем кризиса экзистенциального существования, а также синдрома эмоционального выгорания личности.	Умеет анализировать особенности протекания кризисов экзистенциального существования, а также специфику синдрома эмоционального выгорания личности и разрабатывать психолого-педагогические проекты для решения проблемных ситуаций.
1	Проведен опрос о беспокоящей в актуальной травмирующей ситуации, выявлены элементы ее повторения, сделаны экскурсы в похожие травматические переживания в ненормативные кризисные ситуации развития личности	4	2
2	Проведено тестирование уровня экзистенциальной мотивации к жизни, уровня эмоционального выгорания и уровень наполненности экзистенциальных шкал в исследуемой профессиональной и жизненной среде клиента	4	2
3	Описана технология просветительской работы с клиентом и его ближайшим окружением в форме педагогического проекта	4	2
4	Указаны содержательные особенности подбора наглядно-дидактического	4	2

	материала; художественной литературы, репродукций картин; организация развивающей среды в группе; ознакомление клиентов с художественной литературой, проведение бесед, работа с родственниками; проведение занятий, проведение мероприятия.		
5	Сформировано безопасное место и описаны стратегии психотерапевтической работы с травматическими переживаниями клиента.	4	2
6	Проведен структурный анализ ситуации клиента, раскрыт коучинговый протокол и расписаны задания социально-психологического тренинга по коррекции ролевых отношений в жизненной сфере клиента	4	2
7	Разработан социально-психологический тренинг сплочения и описаны элементы для персональных упражнений в консультационной и терапевтической работы с клиентом в ситуации эмоционального выгорания	4	2
8	Проведены интервенции к экзистенциалам клиента (аналитическая форма эссе, эпитафии и медитативная)	4	2
	Проведено контрольное тестирование уровня по итогам проведенной работы с клиентом	4	2
	Для клиента разработана инструкция самопомощи себе в процессе возвращения в воронку травмы и поддержке новых действий по предотвращению эмоционального выгорания	4	2
9	Описан контакт с испытуемым (свободный, затрудненный, нарушенный и формальный).	4	2
10	Описаны сложности работы с клиентом и сформулированы задачи развития собственных профессиональных компетенций в данном направлении работы	4	2
Всего баллов			40

Критерии оценки:

- оценка «отлично» (_10_ баллов) выставляется студенту, если дано 40-35 верных ответов;
- оценка «хорошо» (_4_ баллов), если дано 35-28 верных ответов;
- оценка «удовлетворительно» (_3_ баллов) если дано 27-20 верных ответов;
- оценка «неудовлетворительно» (_0_ баллов) если дано 19-0 верных ответов

Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации

Полная оценка компетенций выпускника по направлению подготовки 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование» осуществляется на итоговой государственной аттестации. В процессе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, как правило, проводится оценивание более локальных результатов обучения – компонентов компетенций (знаний, умений, навыков по дисциплине «**Экзистенциальный кризис и синдром эмоционального выгорания личности**»).

Устный опрос позволяет оценить знания и кругозор обучающегося, умение логически построить ответ, владение монологической речью и иные коммуникативные навыки, обладает большими возможностями воспитательного воздействия преподавателя.

Письменные работы экономят время преподавателя, позволяя разработать равноценные по трудности варианты вопросы и возможность уменьшения субъективности при оценке подготовки обучающегося.

Цель каждой формы контроля – зафиксировать приобретенные обучающимся в результате освоения теоретических курсов и полученные при прохождении практики знания, умения, навыки, способствующие формированию профессиональных и общекультурных компетенций.

Для определения уровня формирования компетенций студента, прошедшего соответствующую подготовку, в программе предлагается набор практических заданий по изучаемым темам дисциплины «Экзистенциальный кризис и синдром эмоционального выгорания личности». Это позволяет выявить соответствующие знания, умения и владения определенными упражнениями и методиками.

В качестве самостоятельной работы студента предполагается и создание мультимедийных презентаций, способствующих более полному освещению материала, исследуемого в докладе. На каждую представленную презентацию может заполняться таблица, где по каждому из критериев присваиваются баллы от 1 до 3, что соответствует определенным уровням развития компетентности: 1 балл – это низкий уровень владения компетентностью, 2 балла – это средний уровень и, наконец, 3 балла – высокий уровень владения компетентностью.

Критерии оценивания презентаций

Параметры оценивания презентации	Выставляемая оценка (балл) за представленный проект (от 1 до 5)
Содержание презентации.	1
Подача материала проекта – презентации	1
Графическая информация (иллюстрации, графики, таблицы, диаграммы и т.д.)	1
Наличие импортированных объектов из существующих цифровых образовательных ресурсов и приложений MicrosoftOffice	1
Графический дизайн	1
Итоговое количество баллов:	5

Критерии оценки кейс-задания

Кейс-метод (Case study) — техника обучения, использующая описание социальных ситуаций. Он выступает как способ коллективного обучения, важнейшими составляющими которого являются работа в группе и подгруппах, взаимный обмен информацией.

Кейс-метод можно рассматривать как синергетическую технологию, суть ее заключается в подготовке процедур погружения группы в ситуацию, формировании эффектов умножения знания, озарения, обмена открытиями.

Кейс-метод интегрирует в себя формы развивающего обучения, включая процедуры индивидуального, группового и коллективного развития, формирования многообразных личностных качеств обучаемых.

Оценка «5» – отлично – ставится, если обучающийся демонстрирует аналитические навыки, вычленяет причинно-следственные связи, логически мыслит, высказывает собственную позицию и умеет ее аргументировать, проявляет творческий подход, делает выводы.

Оценка «4» – хорошо – ставится, если обучающийся логически мыслит, способен анализировать текст, высказывает собственную позицию и умеет ее аргументировать, делает выводы.

Оценка «3» – удовлетворительно – ставится, если обучающийся демонстрирует навыки работы с текстом, понимает суть проблемы, знаком с именами известных авторов социальной работы.

Оценка «2» – неудовлетворительно – ставится, если обучающийся не умеет анализировать текст, не понимает суть проблемы, не знаком с именами известных авторов по социальной работе.

Оценка «1» – студент отказывается выполнять кейс-задание.

В заключении перечислим обобщенные критерии оценки разных форм контроля, которые могут быть выражены в следующих параметрах:

- «очень высокая», «высокая», соответствующая академической оценке «отлично»;
- «достаточно высокая», «выше средней», соответствующая академической оценке «хорошо»;
- «средняя», «ниже средней», «низкая», соответствующая академической оценке «удовлетворительно»;
- «очень низкая», «примитивная», соответствующая академической оценке «неудовлетворительно».

В целом же критериями оценивания ФОС по дисциплине «Экзистенциальный кризис и синдром эмоционального выгорания личности» являются:

- полнота знаний теоретического контролируемого материала (до 50%, 51% ...);
- полнота знаний практического контролируемого материала, демонстрация умений и навыков решения типовых задач, выполнения типовых заданий/упражнений/казусов (до 50%, 51% ...);
- умение извлекать и использовать основную (важную) информацию из заданных теоретических, научных, справочных, энциклопедических источников;

- умение собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников;
- умение собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать практический материал для иллюстраций теоретических положений;
- умение самостоятельно решать проблему/задачу на основе изученных методов, приемов, технологий;
- умение ясно, четко, логично и грамотно излагать собственные размышления, делать умозаключения и выводы;
- умение соблюдать заданную форму изложения (доклад, эссе, другое);
- умение пользоваться ресурсами глобальной сети (интернет);
- умение определять, формулировать проблему и находить пути ее решения;
- умение самостоятельно принимать решения на основе проведенных исследований;
- умение создавать содержательную презентацию выполненной работы.

В соответствии с балльно-рейтинговой картой дисциплины максимальное количество баллов, которое студент может получить на экзамене – 15. Баллы за промежуточную аттестацию рассчитываются по следующему алгоритму:

Типовое задание	Возможные минимальные баллы	Возможные максимальные баллы	Итоговые баллы
Тестирование	1	5	1-5
Тест-действие	2	10	2-10
Итого по промежуточной аттестации			3-15