

**Приложение ППССЗ/ППКРС по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике 2024-2025 уч.г.: Комплект контрольно-оценочных средств учебной дисциплины ОП.15 Психология личности и профессиональное самоопределение**

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ  
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АЛЕКСЕЕВСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**

**Комплект  
контрольно-оценочных средств**

по учебной дисциплине

**ОП.15 Психология личности и профессиональное  
самоопределение**

для специальности

**38.02.03 Операционная деятельность в логистике**

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике, утвержденного приказом Министерства просвещения России от 21 апреля 2022 г. № 257, с учетом профессионального стандарта «Специалист по логистике на транспорте», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 8 сентября 2014 года № 616н.

Составитель:

Афанасьева О.А., преподаватель ОГАОУ «Алексеевский колледж»

## 1. Паспорт комплекта оценочных средств

### 1.1 Область применения комплекта оценочных средств

Контрольно-оценочные средства (КОС) предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины ОП.15 Психология личности и профессиональное самоопределение.

КОС включают контрольные материалы для проведения промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачета.

КОС разработан на основании рабочей программы учебной дисциплины ОП.15 Психология личности и профессиональное самоопределение.

### 1.2. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

У1 применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими;

У2 использовать простейшие приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения;

У3 на основе анализа современного рынка труда, ограничений труда и требований профессии, осуществлять осознанный, адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения;

У4 планировать и составлять временную перспективу своего будущего;

У5 успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

З1 необходимую терминологию, основу и сущность профессионального самоопределения;

З2 простейшие способы и приемы управления собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека;

З3 современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессией требований психологическим особенностям человека, его здоровью;

З4 методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности.

**Общие (ОК) компетенции**, которые актуализируются при изучении учебной дисциплины:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

### **Планируемые личностные результаты освоения рабочей программы**

ЛР 2. Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.

ЛР 4. Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа».

ЛР 7. Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.

### 1.3 Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке

Наименование тем	Коды умений (У), знаний (З), личностных результатов (ЛР), формированию которых способствует элемент программы	Средства контроля и оценки результатов обучения в рамках текущей аттестации (номер задания)	Средства контроля и оценки результатов обучения в рамках промежуточной аттестации (номер задания/контрольного вопроса/ экзаменационного билета)
Раздел 1. Психология профессиональной деятельности. Сущность профессионального самоопределения	У3 31 32 33 34 ЛР 2 ЛР 4	ТЗ № 1	ТЗ № 1
Раздел 2. Понятие о личности, ее структуре Психические процессы и регуляция деятельности человека	У1 35 ЛР 2 ЛР 4	ТЗ № 2	ТЗ № 2
Раздел 3. Индивидуально-психологические свойства личности и их влияние на профессиональное самоопределение	У1 35 ЛР 2 ЛР 4	ПЗ № 1 ТЗ № 3	ПЗ № 1 ТЗ № 3
Раздел 4. Личность и профессиональная деятельность.	У1 35 ЛР 2 ЛР 4 ЛР 7	ПЗ № 2,3 ТЗ № 4	ПЗ № 2,3 ТЗ № 4

## 2. Комплект оценочных средств для текущей аттестации

### 2.1. Практические задания (ПЗ)

#### ПЗ № 1.

##### *Определение типа темперамента.*

Сгруппируйте приведенные ниже признаки поведения школьников по принадлежности к темпераментам с учетом их характеристики.

1. Подвижен, находчив, легко привыкает к новой обстановке, остроумен в общении со сверстниками, легко устанавливает дружеские отношения. Через 2-3 недели

- после его появления в классе в нем трудно узнать новичка.
2. Импульсивен, склонен к аффективным состояниям, недостаточно гибок во взаимоотношениях со сверстниками.
  3. Трудно переключается с одной работы на другую и приспосабливается к меняющимся обстоятельствам. С трудом устанавливает отношения с новыми людьми, спокоен.
  4. Легко теряется при изменении обстоятельств, подвержен стрессовым состояниям. Так, спрошенный на уроке в присутствии завуча, начал говорить слабым голосом, потом осекся и в целом ответить на вопрос не смог, хотя, как выяснилось, материал знал.
  5. Экспрессивен, по внешнему виду легко угадать его отношение к событию и настроению, которое чаще бывает бодрым. Расстраивается ненадолго.
  6. Очень чувствителен. Это касается и малейших неприятностей. Долго переживает замечания учителя, неудачи легко вызывают слезы.
  7. Экспрессивность низкая, по внешнему виду трудно судить о настроении и отношении к событиям; может показаться, что он на уроке равнодушен к изучаемому материалу. Его трудно рассмешить и вывести из себя.
  8. Проявляет высокую работоспособность, надолго сосредотачивается на кропотливом деле, не спеша его выполняет, терпелив.
  9. Задумчив, мечтателен, к подвижным и шумным играм не тяготеет, в себе неуверен, в коллективе класса пассивен, от выступлений перед товарищами отказывается.
  10. Характеризуется боевым настроением, в отношениях с товарищами слишком прямолинеен.

## **ЗАДАНИЕ 2**

### ***Определение вида конфликта.***

Прочитайте приведенные ниже характеристики и определите вид конфликта:

1. Проанализировав ситуацию, человек признает несостоятельность своих мыслей и поведения в целом. Он начинает чувствовать себя не совсем комфортно и пытается выйти из этого состояния через изменение своих мыслей и действий.
2. В организацию пришел новый руководитель. Поначалу коллектив принял его доброжелательно. Но используемые руководителем жесткие методы руководства и несоответствие компетентности привело к возникновению разногласий.
3. В 1956 году в Венгрии произошло восстание. Толпа людей, движимая ненавистью к правящей партии, штурмовала здание Городского комитета.
4. После проведения викторины «Умники и умницы» в классе появилась напряженность во взаимоотношениях между некоторыми учениками. Высказывались мнения о несправедливости решения жюри, каждый искал поддержки у своих товарищей. Постепенно класс разделился на несколько групп.
5. В отделе работает Григорьева Н.Н. - молодая, симпатичная женщина, которая оканчивает экономический институт. Она поддерживает хорошие взаимоотношения со всеми сотрудниками отдела и, в том числе с начальницей, у которой есть дочь такого же возраста. Начальник отдела Спиридонова И.Г. некоторое время “по-матерински” опекала сотрудницу, но потом наступил перелом в их взаимоотношениях, и по непонятным для Григорьевой Н.Н. причинам отношения резко ухудшились. Спиридонова И.Г. стала постоянно придирается к Григорьевой Н.Н., стараясь унижить ее как личность, не давала спокойно работать. Для Григорьевой встал вопрос: что делать и не перейти ли на работу в другое подразделение?

## **ЗАДАНИЕ 3**

### ***Определение последствия конфликтов для организации.***

Прочитайте приведенные ниже утверждения. Определите, какие из них характеризуют конструктивное разрешение конфликта, а какие - деструктивное разрешение конфликта в организации:

1. конкурентные отношения между людьми;
2. приобретение опыта сотрудничества;
3. осознание чувства причастности к решению важных проблем;
4. люди перестают рассматривать наличие разногласий как «зло», всегда приводящее к негативным последствиям;
5. отсутствие стремления к добрым взаимоотношениям;
6. убеждение, что «победа» в конфликте важнее, чем решение проблемы;
7. возможность открыто высказывать свою точку зрения, отличную от мнения других;
8. улучшение отношений между людьми;
9. представление о своей позиции как об исключительно положительной, о позиции оппонента – только как об отрицательной;
10. разрешение противоречий;
11. полное прекращение взаимодействий с противоположной стороной, препятствующее решению производственных задач;
12. совместно принятое решение быстрее и лучше претворяется в жизнь.

## **2.2. Тестовые задания (ТЗ)**

### ТЗ № 1

1. Необходимость в чем-либо, вызывающая у человека состояние дискомфорта:
  - А) мотив
  - Б) стимулы
  - В) ожидания
  - Г) потребность
2. Отбор, направленный на оценку сформированности специальных знаний у работника, развитости его конкретных умений и практических профессиональных навыков.
  - А) медицинский
  - Б) педагогический
  - В) психологический
  - Г) физиологический
3. Предположения о том, что результат деятельности будет иметь определенные последствия:
  - А) ожидания
  - Б) уровень притязаний
  - В) стимулирование
  - Г) установки
4. Род трудовой деятельности, требующий специальных знаний, опыта, обеспечивающий условия существования человека:
  - А) квалификация
  - Б) профессия
  - В) специальность
  - Г) профессиональная пригодность
5. Требования, нормы и ограничения, выдвигаемые со стороны профессии к его труду и наличию у него определенных свойств и особенностей (профессиональных знаний, умений и навыков, профессионально значимых качеств):
  - А) квалификация
  - Б) профессия
  - В) субъективные факторы

- Г) объективные факторы
6. Состояние готовности, предрасположенность человека к тем или иным действиям в конкретной ситуации:
- А) ожидания  
 Б) уровень притязаний  
 В) стимулирование  
 Г) установки
7. Совокупность психологических и психофизиологических особенностей человека, необходимых и достаточных для достижения профессионального успеха:
- А) специальность  
 Б) профессиональная пригодность  
 В) профессионализм  
 Г) квалификация
8. Отбор, который учитывает конкретное функциональное состояние человека: степень его усталости и работоспособности, подверженности стрессогенным факторам, способности эффективно функционировать в условиях риска, информационной неопределенности:
- А) медицинский  
 Б) педагогический  
 В) психологический  
 Г) физиологический
9. Желаемый уровень удовлетворения потребностей:
- А) самооценка  
 Б) уровень притязаний  
 В) мотив  
 Г) установки
10. Имеющиеся у данного конкретного работника задатки и способности, индивидуально-психологические свойства и особенности, его мотивация и уровень притязаний, самооценка и психологическая защита от ошибок и неудач):
- А) квалификация  
 Б) профессия  
 В) субъективные факторы  
 Г) объективные факторы

### ТЗ № 2

1. Человек, владеющий своим поведением, способный осуществить выбор поступка, деятельности и жизненного пути, переживающий за свой выбор перед обществом это:
- а) индивид  
 б) субъект  
 в) личность  
 г) индивидуальность  
 д) Я-концепция  
 е) социальный статус
2. Я-концепция складывается из следующих компонентов (перечислите):
- а) реальное Я  
 б) самооценка  
 в) самоуважение  
 г) индивидуальность  
 д) социальное Я  
 е) идеальное Я
3. Оценка человеком своих качеств, способностей, своего места среди людей:
- а) уровень притязаний  
 б) самооценка  
 в) самоуважение  
 г) индивидуальность  
 д) Я-концепция  
 е) социальный статус
4. Конфликтное отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в связи с крахом надежд, неожиданно возникшими непреодолимыми препятствиями на пути достижения высокозначимых целей:
- а) стресс  
 б) аффект  
 г) страх  
 д) посттравматическое стрессовое состояние



- в) фрустрация                      е) настроение
5. Типичными эмоциональными реакциями в состоянии фрустрации могут быть (перечислите):
- а) депрессия                      г) посттравматическое стрессовое состояние  
 б) аффект                          д) агрессия  
 в) страх                              е) тревожность
6. Типичное состояние эмоциональной напряженности, обусловленное конкретной ситуацией:
- а) общая тревожность                      г) ситуативная тревожность  
 б) личностная тревожность                  д) состояние аффекта  
 в) фрустрация                                  е) посттравматическое стрессовое состояние
7. Личность, для которой характерна сверхчувствительность к лести и критике, выраженный эгоцентризм, высокий уровень неудовлетворенности собой:
- а) акцентуированная личность              г) личность с низкой самооценкой  
 б) толерантная личность                      д) фрустрированная личность  
 в) агрессивная личность                      е) личность с завышенной самооценкой
8. Человек с момента появления на свет, характеризующийся определенной телесной конституцией и типом нервной системы, задатками:
- а) индивид                                  г) индивидуальность  
 б) субъект                                  д) Я-концепция  
 в) личность                                  е) объект
9. Представление человека о самом себе:
- а) личность                                  г) индивидуальность  
 б) самооценка                                  д) Я-концепция  
 в) самоуважение                                  е) индивидуальные свойства
10. Своеобразное сочетание в человеке качеств, характеризующих его мировоззрение, устремления, способности, темперамент:
- а) темперамент                                  г) индивидуальность  
 б) характер                                  д) самооценка  
 в) мотивация                                  е) уровень притязаний
11. Относительно слабовыраженное эмоциональное состояние, часто длительно и устойчиво:
- а) стресс                                  г) страх  
 б) аффект                                  д) тревожность  
 в) фрустрация                                  е) настроение
12. Особое состояние психической напряженности человека, возникающее в результате предчувствия им неопределенной, иногда неосознаваемой опасности:
- а) стресс                                  г) страх  
 б) депрессия                                  д) тревожность  
 в) фрустрация                                  е) аффект
13. Сознательное регулирование человеком своих действий и поступков, требующих преодоления внутренних и внешних трудностей:
- а) аффект                                  г) стресс  
 б) чувства                                  д) воля  
 в) фрустрация                                  е) эмоции
14. Фаза стрессового реагирования, которая позволяет организму успешно справляться с вызвавшими стресс воздействиями:
- а) реакция тревоги                                  г) фаза истощения  
 б) фрустрация                                  д) страх  
 в) фаза сопротивления                                  е) аффект

15. Фаза стрессового реагирования, когда слишком затянувшаяся и чересчур интенсивная борьба приводит к снижению адаптационных возможностей организма и его способности сопротивляться разнообразным заболеваниям:

- а) реакция тревоги
- б) фрустрация
- в) фаза сопротивления
- г) фаза истощения
- д) страх
- е) аффект

### ТЗ № 3

1. Природные особенности поведения, типичные для данного человека, проявляющиеся в динамике, силе и уравновешенности реакций на жизненные воздействия:

- а) способности
- б) темперамент
- в) воля
- г) чувства
- д) характер
- е) эмоции

2. К какому типу темперамента относится человек, для которого характерны спокойствие, уравновешенность, в деятельности основательность, упорность, старание доводить начатое дело до конца:

- а) холерический
- б) сангвинический
- в) флегматический
- г) меланхолический

3. Ориентированность человека на внешний мир, активность, открытость, эмоциональность, социальная адаптированность:

- а) лабильность
- б) интроверсия
- в) характер
- г) экстраверсия
- д) темперамент
- е) сенситивность

4. К какому типу темперамента относится человек, для которого характерны повышенная эмоциональность, ранимость, склонность к сопереживанию, сентиментальность, нерешительность:

- а) холерический
- б) сангвинический
- в) флегматический
- г) меланхолический

5. Данный тип темперамента проявляется в деятельности в возможности сосредоточения значительных усилий в короткий промежуток времени. Недостаток - при длительной работе ему не всегда хватает выдержки.

- а) холерический
- б) сангвинический
- в) флегматический
- г) меланхолический

6. К какому типу темперамента относится человек, для которого характерны активность, легкая приспособляемость к изменяющимся условиям жизни, общительность, эмоциональная устойчивость:

- а) холерический
- б) сангвинический
- в) флегматический
- г) меланхолический

7. Своеобразное сочетание в человеке качеств, характеризующих его мировоззрение, устремления, способности, темперамент:

- а) темперамент
- б) характер
- в) мотивация
- г) индивидуальность
- д) самооценка
- е) уровень притязаний

8. Данный тип темперамента проявляется в деятельности следующим образом - обладая быстрой реакцией и повышенной трудоспособностью в начальный период работы, к ее концу снижает работоспособность ввиду быстрой утомляемости и падения интереса.

- а) холерический
- б) сангвинический
- в) флегматический
- г) меланхолический

9. Совокупность устойчивых индивидуальных свойств человека, проявляющихся в поведении и определяющих его отношение к себе и другим людям:

- а) темперамент
- г) компетентность

- б) способности
  - в) воля
  - д) характер
  - е) эмоции
10. Ориентированность на внутренний мир, склонность к размышлениям, самоанализу:
- а) лабильность
  - б) интраверсия
  - в) характер
  - г) экстраверсия
  - д) темперамент
  - е) сенситивность
11. К какому типу темперамента относится человек, для которого характерны активность, подвижность, энергичность, неуравновешенность, торопливая речь, резкие жесты:
- а) холерический
  - б) сангвинический
  - в) флегматический
  - г) меланхолический
12. Период формирования базовых черт характера:
- а) ранний возраст
  - б) от 10 до 17 лет
  - в) от 2 до 10 лет
  - г) от 2 до 7 лет
  - д) подростковый возраст

#### ТЗ № 4

1. Конфликты между людьми, находящимися в подчинении друг к другу:
- а) по вертикали
  - б) внутриличностные
  - в) деструктивные
  - г) по горизонтали
  - д) межличностные
  - е) конструктивные
2. Нарастание конфликта это:
- а) кульминация
  - б) инцидент
  - в) зона разногласий
  - г) эскалация
  - д) разрешение конфликта
  - е) предконфликтная ситуация
3. Конфликт, который выводит организацию на новый уровень:
- а) деструктивный
  - б) горизонтальный
  - в) вертикальный
  - г) конструктивный
  - д) межгрупповой
4. В каком стиле поведения при конфликте стороны пытаются урегулировать разногласия, идя на взаимные уступки:
- а) конкуренция
  - б) сотрудничество
  - в) компромисс
  - г) приспособление
  - д) игнорирование
5. Конфликт, который проявляется в столкновении различных мнений, взглядов, типов характеров, темпераментов:
- а) конструктивный
  - б) внутриличностный
  - в) межгрупповой
  - г) между личностью и группой
  - д) межличностный
  - е) деструктивный
6. В каком стиле поведения при конфликте стороны находят решение приемлемое для обеих сторон? Это поиск путей вовлечения всех участников в процесс разрешения конфликта и стремление к удовлетворению нужд всех.
- а) конкуренция
  - б) сотрудничество
  - в) компромисс
  - г) приспособление
  - д) игнорирование
7. Конфликты, которые приводят к негативным, разрушительным действиям, снижают эффективность работы группы:
- а) по вертикали
  - б) внутриличностные
  - в) деструктивные
  - г) по горизонтали
  - д) межличностные
  - е) конструктивные
8. В каком стиле поведения при конфликте вы стремитесь к удовлетворению только своих интересов, игнорируя интересы другой стороны:
- а) конкуренция (соперничество)
  - б) сотрудничество
  - г) приспособление
  - д) игнорирование (уклонение)

- в) компромисс
9. Стадия конфликта, когда одна или обе стороны осознают, что продолжение конфликта может окончательно испортить отношения и совместное дело:
- а) кульминация
  - б) инцидент
  - в) зона разногласий
  - г) эскалация
  - д) разрешение конфликта
  - е) предконфликтная ситуация
10. В зависимости от подчиненности выделяют следующие виды конфликтов (перечислить):
- а) по вертикали
  - б) деловые
  - в) по диагонали
  - г) смешанные
  - д) манипулятивные
  - е) по горизонтали
11. Вы действуете совместно с другой стороной, но при этом не пытаетесь отстаивать собственные интересы в целях сглаживания атмосферы и восстановления нормальной рабочей обстановки:
- а) конкуренция (соперничество)
  - б) сотрудничество
  - в) компромисс
  - г) приспособление
  - д) игнорирование (уклонение)
12. Конфликты, которые приводят к негативным, разрушительным действиям, снижают эффективность работы группы:
- а) деструктивные
  - б) межгрупповые
  - в) по вертикали
  - г) индивидуальные
  - д) манипулятивные
13. Лидер, который в силу личной притягательности, своих личностных способностей и качеств, способен оказывать глубокое и необычайное влияние на окружающих его людей:
- а) авторитетный
  - б) ситуативный
  - в) информационный
  - г) компетентный
  - д) эмоциональный
  - е) харизматичный
14. Согласно данной теории лидерства, человек, которой продолжительное время находится на руководящей должности, приобретает необходимые лидерские качества:
- а) ситуативная
  - б) теория черт характера
  - в) теория интеллигентности
  - г) теория харизматического лидерства
  - д) факторно-аналитическая
15. Стиль управления, для которого характерно жесткое единоличное принятие решений руководителем, постоянный контроль с угрозой наказания:
- а) коллегиальный
  - б) нейтральный
  - в) ситуативный
  - г) авторитарный
  - д) ситуативный
  - е) демократический

### **3. Комплект оценочных средств для промежуточной аттестации**

#### **3.1. Тестовые задания (ТЗ)**

##### **ТЗ № 1**

1. Необходимость в чем-либо, вызывающая у человека состояние дискомфорта:
- А) мотив
  - Б) стимулы
  - В) ожидания
  - Г) потребность
2. Отбор, направленный на оценку сформированности специальных знаний у работника, развитости его конкретных умений и практических профессиональных навыков.
- А) медицинский
  - Б) педагогический
  - В) психологический

- Г) физиологический
3. Предположения о том, что результат деятельности будет иметь определенные последствия:
- А) ожидания
  - Б) уровень притязаний
  - В) стимулирование
  - Г) установки
4. Род трудовой деятельности, требующий специальных знаний, опыта, обеспечивающий условия существования человека:
- А) квалификация
  - Б) профессия
  - В) специальность
  - Г) профессиональная пригодность
5. Требования, нормы и ограничения, выдвигаемые со стороны профессии к его труду и наличию у него определенных свойств и особенностей (профессиональных знаний, умений и навыков, профессионально значимых качеств):
- А) квалификация
  - Б) профессия
  - В) субъективные факторы
  - Г) объективные факторы
6. Состояние готовности, предрасположенность человека к тем или иным действиям в конкретной ситуации:
- А) ожидания
  - Б) уровень притязаний
  - В) стимулирование
  - Г) установки
7. Совокупность психологических и психофизиологических особенностей человека, необходимых и достаточных для достижения профессионального успеха:
- А) специальность
  - Б) профессиональная пригодность
  - В) профессионализм
  - Г) квалификация
8. Отбор, который учитывает конкретное функциональное состояние человека: степень его усталости и работоспособности, подверженности стрессогенным факторам, способности эффективно функционировать в условиях риска, информационной неопределенности:
- А) медицинский
  - Б) педагогический
  - В) психологический
  - Г) физиологический
9. Желаемый уровень удовлетворения потребностей:
- А) самооценка
  - Б) уровень притязаний
  - В) мотив
  - Г) установки
10. Имеющиеся у данного конкретного работника задатки и способности, индивидуально-психологические свойства и особенности, его мотивация и уровень притязаний, самооценка и психологическая защита от ошибок и неудач):
- А) квалификация
  - Б) профессия
  - В) субъективные факторы
  - Г) объективные факторы

ТЗ № 2

1. Человек, владеющий своим поведением, способный осуществить выбор поступка, деятельности и жизненного пути, переживающий за свой выбор перед обществом это:
  - а) индивид
  - б) субъект
  - в) личность
  - г) индивидуальность
  - д) Я-концепция
  - е) социальный статус
2. Я-концепция складывается из следующих компонентов (перечислите):
  - а) реальное Я
  - б) самооценка
  - в) самоуважение
  - г) индивидуальность
  - д) социальное Я
  - е) идеальное Я
3. Оценка человеком своих качеств, способностей, своего места среди людей:
  - а) уровень притязаний
  - б) самооценка
  - в) самоуважение
  - г) индивидуальность
  - д) Я-концепция
  - е) социальный статус
4. Конфликтное отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в связи с крахом надежд, неожиданно возникшими непреодолимыми препятствиями на пути достижения высокозначимых целей:
  - а) стресс
  - б) аффект
  - в) фрустрация
  - г) страх
  - д) посттравматическое стрессовое состояние
  - е) настроение
5. Типичными эмоциональными реакциями в состоянии фрустрации могут быть (перечислите):
  - а) депрессия
  - б) аффект
  - в) страх
  - г) посттравматическое стрессовое состояние
  - д) агрессия
  - е) тревожность
6. Типичное состояние эмоциональной напряженности, обусловленное конкретной ситуацией:
  - а) общая тревожность
  - б) личностная тревожность
  - в) фрустрация
  - г) ситуативная тревожность
  - д) состояние аффекта
  - е) посттравматическое стрессовое состояние
7. Личность, для которой характерна сверхчувствительность к лести и критике, выраженный эгоцентризм, высокий уровень неудовлетворенности собой:
  - а) акцентуированная личность
  - б) толерантная личность
  - в) агрессивная личность
  - г) личность с низкой самооценкой
  - д) фрустрированная личность
  - е) личность с завышенной самооценкой
8. Человек с момента появления на свет, характеризующийся определенной телесной конституцией и типом нервной системы, задатками:
  - а) индивид
  - б) субъект
  - в) личность
  - г) индивидуальность
  - д) Я-концепция
  - е) объект
9. Представление человека о самом себе:
  - а) личность
  - б) самооценка
  - в) самоуважение
  - г) индивидуальность
  - д) Я-концепция
  - е) индивидуальные свойства
10. Своеобразное сочетание в человеке качеств, характеризующих его мировоззрение, устремления, способности, темперамент:
  - а) темперамент
  - б) характер
  - в) мотивация
  - г) индивидуальность
  - д) самооценка
  - е) уровень притязаний
11. Относительно слабовыраженное эмоциональное состояние, часто длительно и устойчиво:
  - а) стресс
  - г) страх

- б) аффект                                      д) тревожность  
в) фрустрация                                е) настроение
12. Особое состояние психической напряженности человека, возникающее в результате предчувствия им неопределенной, иногда неосознаваемой опасности:
- а) стресс                                      г) страх  
б) депрессия                                д) тревожность  
в) фрустрация                                е) аффект
13. Сознательное регулирование человеком своих действий и поступков, требующих преодоления внутренних и внешних трудностей:
- а) аффект                                      г) стресс  
б) чувства                                      д) воля  
в) фрустрация                                е) эмоции
14. Фаза стрессового реагирования, которая позволяет организму успешно справляться с вызвавшими стресс воздействиями:
- а) реакция тревоги                          г) фаза истощения  
б) фрустрация                                д) страх  
в) фаза сопротивления                      е) аффект
15. Фаза стрессового реагирования, когда слишком затянувшаяся и чересчур интенсивная борьба приводит к снижению адаптационных возможностей организма и его способности сопротивляться разнообразным заболеваниям:
- а) реакция тревоги                          г) фаза истощения  
б) фрустрация                                д) страх  
в) фаза сопротивления                      е) аффект

### ТЗ № 3

1. Природные особенности поведения, типичные для данного человека, проявляющиеся в динамике, силе и уравновешенности реакций на жизненные воздействия:
- а) способности                              г) чувства  
б) темперамент                              д) характер  
в) воля                                        е) эмоции
2. К какому типу темперамента относится человек, для которого характерны спокойствие, уравновешенность, в деятельности основательность, упорность, старание доводить начатое дело до конца:
- а) холерический                          в) флегматический  
б) сангвинический                        г) меланхолический
3. Ориентированность человека на внешний мир, активность, открытость, эмоциональность, социальная адаптированность:
- а) лабильность                              г) экстраверсия  
б) интраверсия                              д) темперамент  
в) характер                                е) сенситивность
4. К какому типу темперамента относится человек, для которого характерны повышенная эмоциональность, ранимость, склонность к сопереживанию, сентиментальность, нерешительность:
- а) холерический                          в) флегматический  
б) сангвинический                        г) меланхолический
5. Данный тип темперамента проявляется в деятельности в возможности сосредоточения значительных усилий в короткий промежуток времени. Недостаток - при длительной работе ему не всегда хватает выдержки.
- а) холерический                          в) флегматический  
б) сангвинический                        г) меланхолический
6. К какому типу темперамента относится человек, для которого характерны активность,

легкая приспособляемость к изменяющимся условиям жизни, общительность, эмоциональная устойчивость:

- а) холерический                      в) флегматический
  - б) сангвинический                    г) меланхолический
7. Своеобразное сочетание в человеке качеств, характеризующих его мировоззрение, устремления, способности, темперамент:
- а) темперамент                      г) индивидуальность
  - б) характер                          д) самооценка
  - в) мотивация                        е) уровень притязаний
8. Данный тип темперамента проявляется в деятельности следующим образом - обладая быстрой реакцией и повышенной трудоспособностью в начальный период работы, к ее концу снижает работоспособность ввиду быстрой утомляемости и падения интереса.
- а) холерический                      в) флегматический
  - б) сангвинический                    г) меланхолический
9. Совокупность устойчивых индивидуальных свойств человека, проявляющихся в поведении и определяющих его отношение к себе и другим людям:
- а) темперамент                      г) компетентность
  - б) способности                      д) характер
  - в) воля                                е) эмоции
10. Ориентированность на внутренний мир, склонность к размышлениям, самоанализу:
- а) лабильность                      г) экстраверсия
  - б) интроверсия                      д) темперамент
  - в) характер                        е) сенситивность
11. К какому типу темперамента относится человек, для которого характерны активность, подвижность, энергичность, неуравновешенность, торопливая речь, резкие жесты:
- а) холерический                      в) флегматический
  - б) сангвинический                    г) меланхолический
12. Период формирования базовых черт характера:
- а) ранний возраст                    г) от 2 до 7 лет
  - б) от 10 до 17 лет                    д) подростковый возраст
  - в) от 2 до 10 лет

#### ТЗ № 4

1. Конфликты между людьми, находящимися в подчинении друг к другу:
- а) по вертикали                      г) по горизонтали
  - б) внутриличностные                д) межличностные
  - в) деструктивные                    е) конструктивные
2. Нарастание конфликта это:
- а) кульминация                      г) эскалация
  - б) инцидент                          д) разрешение конфликта
  - в) зона разногласий                е) предконфликтная ситуация
3. Конфликт, который выводит организацию на новый уровень:
- а) деструктивный                    в) вертикальный
  - б) горизонтальный                  г) конструктивный
  - в) межгрупповой
4. В каком стиле поведения при конфликте стороны пытаются урегулировать разногласия, идя на взаимные уступки:
- а) конкуренция                      г) приспособление
  - б) сотрудничество                  д) игнорирование
  - в) компромисс
5. Конфликт, который проявляется в столкновении различных мнений, взглядов, типов характеров, темпераментов:
- а) конструктивный                  г) между личностью и группой



- б) внутриличностный                      д) межличностный  
в) межгрупповой                            е) деструктивный
6. В каком стиле поведения при конфликте стороны находят решение приемлемое для обеих сторон? Это поиск путей вовлечения всех участников в процесс разрешения конфликта и стремление к удовлетворению нужд всех.
- а) конкуренция                              г) приспособление  
б) сотрудничество                        д) игнорирование  
в) компромисс
7. Конфликты, которые приводят к негативным, разрушительным действиям, снижают эффективность работы группы:
- а) по вертикали                              г) по горизонтали  
б) внутриличностные                      д) межличностные  
в) деструктивные                          е) конструктивные
8. В каком стиле поведения при конфликте вы стремитесь к удовлетворению только своих интересов, игнорируя интересы другой стороны:
- а) конкуренция (соперничество)                      г) приспособление  
б) сотрудничество                                      д) игнорирование (уклонение)  
в) компромисс
9. Стадия конфликта, когда одна или обе стороны осознают, что продолжение конфликта может окончательно испортить отношения и совместное дело:
- а) кульминация                              г) эскалация  
б) инцидент                                      д) разрешение конфликта  
в) зона разногласий                          е) предконфликтная ситуация
10. В зависимости от подчиненности выделяют следующие виды конфликтов (перечислить):
- а) по вертикали                              г) смешанные  
б) деловые                                      д) манипулятивные  
в) по диагонали                              е) по горизонтали
11. Вы действуете совместно с другой стороной, но при этом не пытаетесь отстаивать собственные интересы в целях сглаживания атмосферы и восстановления нормальной рабочей обстановки:
- а) конкуренция (соперничество)                      г) приспособление  
б) сотрудничество                                      д) игнорирование (уклонение)  
в) компромисс
12. Конфликты, которые приводят к негативным, разрушительным действиям, снижают эффективность работы группы:
- а) деструктивные                              в) по вертикали  
б) межгрупповые                              г) индивидуальные  
в) конструктивные                          д) манипулятивные
13. Лидер, который в силу личной притягательности, своих личностных способностей и качеств, способен оказывать глубокое и необычайное влияние на окружающих его людей:
- а) авторитетный                              г) компетентный  
б) ситуативный                                  д) эмоциональный  
в) информационный                          е) харизматичный
14. Согласно данной теории лидерства, человек, который продолжительное время находится на руководящей должности, приобретает необходимые лидерские качества:
- а) ситуативная                                  г) теория харизматического лидерства  
б) теория черт характера                      д) факторно-аналитическая  
в) теория интеллигентности
15. Стиль управления, для которого характерно жесткое единоличное принятие решений руководителем, постоянный контроль с угрозой наказания:
- а) коллегиальный                              г) авторитарный

б) нейтральный  
в) ситуативный

д) ситуативный  
е) демократический

### **Критерии оценивания**

**«5» «отлично»** – студент показывает глубокое и полное овладение содержанием программного материала по УД, в совершенстве владеет понятийным аппаратом и демонстрирует умение применять теорию на практике, решать различные практические и профессиональные задачи, высказывать и обосновывать свои суждения в форме грамотного, логического ответа (устного или письменного), а также высокий уровень овладения общими и профессиональными компетенциями и демонстрирует готовность к профессиональной деятельности;

**«4» «хорошо»**– студент в полном объеме освоил программный материал по УД, владеет понятийным аппаратом, хорошо ориентируется в изучаемом материале, осознанно применяет знания для решения практических и профессиональных задач, грамотно излагает ответ, но содержание, форма ответа (устного или письменного) имеют отдельные неточности, демонстрирует средний уровень овладения общими и профессиональными компетенциями и готовность к профессиональной деятельности;

**«3» «удовлетворительно»**– студент обнаруживает знание и понимание основных положений программного материала по УД, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении знаний для решения практических и профессиональных задач, не умеет доказательно обосновать свои суждения, но при этом демонстрирует низкий уровень овладения общими и профессиональными компетенциями и готовность к профессиональной деятельности;

**«2» «неудовлетворительно»**– студент имеет разрозненные, бессистемные знания, не умеет выделять главное и второстепенное, допускает ошибки в определении понятий, беспорядочно и неуверенно излагает программный материал по УД, не умеет применять знания для решения практических и профессиональных задач, не демонстрирует овладения общими и профессиональными компетенциями и готовность к профессиональной деятельности.

### **3. Информационное обеспечение**

перечень учебных изданий, электронных изданий, электронных и Интернет-ресурсов, образовательных платформ, электронно-библиотечных систем, веб-систем для организации дистанционного обучения и управления им, используемые в образовательном процессе как основные и дополнительные источники.

### **Основные источники:**

1. Психология личности. Учебное пособие/ Лукашевич В.В., Пронина Е.Н.- М.: КноРус-2022- 202 с.
2. Психология общения. Учебник/Аминов И.И.- М.: КноРус- 2022.- 258 с.

### **Дополнительные источники:**

1. Выборнова В.В. Актуализация проблем профессионального самоопределения молодежи / В.В. Выборнова, Е.А. Дунаева // Социологические исследования. 2006. № 4. С. 99—105.
2. Столяренко Л.Д. Психология общения: учебник для колледжей. РнД.: Феникс, 2017-317 с.
3. Панфилова А.П. Психология общения: учебное пособие для студ. сред. учеб. заведений /А.П. Панфилова.- М.: Академия, 2014. (доп. МО для СПО)
4. Психология социально-правовой деятельности: Учебник и практикум для СПО / Т.А. Сержко, Т.З. Васильченко, Н.М.Волобуева. – М.: Юрайт, 2019.- 282 с.
5. Носс И.Н. Профессиографический аспект профессиональной психодиагностики // Мир психологии. 2006. №3. С. 192—203.

### **Электронные издания (электронные ресурсы):**

1. Мир психологии - <http://psychology.net.ru>  
Сайт по психологии - <http://psy-school.narod.ru/>  
Российская психология. Информационно-аналитический портал - <http://www.rospsy.ru/node/2> Журнал "Вестник"
2. Страна Психология - <http://psyhelp.rodim.ru/site/index.html>
3. Психологическая лаборатория - <http://vch.narod.ru/file.htm>  
Мир психологии- <http://www.persev.ru/>  
Познай себя и окружающих- <http://tests.follow.ru/> Различные психологические тесты
4. Раздел 2. Проблемы выбора. Профессиональная непригодность - [https://studopedia.ru/17\\_25231\\_prichini-professionalnoy-neprigodnosti.html](https://studopedia.ru/17_25231_prichini-professionalnoy-neprigodnosti.html)
5. Раздел 3. Технология выбора профессии. Правильные ориентиры - <https://pandia.ru/text/80/516/69479.php>

### **Цифровая образовательная среда СПО PROОбразование:**

- Абрамова, Г. С. Психология человеческой жизни : учебное пособие для вузов и ссузов / Г. С. Абрамова. — Москва : Прометей, 2018. — 352 с. — ISBN 978-5-906879-69-1. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROОбразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/94515> (дата обращения: 28.08.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

### **Электронно-библиотечная система:**

IPR BOOKS - <http://www.iprbookshop.ru/78574.html>

**Веб-система для организации дистанционного обучения и**

**управления им:**

Система дистанционного обучения ОГАПОУ «Алексеевский колледж»  
<http://moodle.alcollege.ru/>