



Министерство здравоохранения Российской Федерации

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«Рязанский государственный медицинский университет  
имени академика И.П. Павлова»

Министерства здравоохранения Российской Федерации  
ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России

Утверждено решением ученого совета  
Протокол №10 от 21.05.2024 г

Комплект оценочных материалов по дисциплине	Тренинг личностного роста
Образовательная программа	Основная профессиональная образовательная программа высшего образования - программа специалитета по специальности 37.05.01 Клиническая психология
Квалификация	Клинический психолог
Форма обучения	очная

Разработчик (и): кафедра общей и специальной психологии с курсом педагогики

ИОФ	Ученая степень, ученое звание	Место работы (организация)	Должность
А.В. Баранова	-	ФГБОУ ВО РязГМУ им. академика И.П. Павлова	Преподаватель

Рецензент (ы):

ИОФ	Ученая степень, ученое звание	Место работы (организация)	Должность
О.В. Полякова	доцент, к.пед.н.	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	доцент кафедры психологии, педагогики и инклюзивного образования ФДПО
И.С. Исаева	доцент, к.психол.н.	РГУ имени С.А. Есенина	доцент кафедры общей психологии РГУ имени С.А. Есенина

Одобрено учебно-методической комиссией по специальности Клиническая психология  
Протокол № 8 от 25.03. 2024 г.

Одобрено учебно-методическим советом.  
Протокол № 7 от 25.04. 2024г.

## 1. Паспорт комплекта оценочных материалов

1.1. Комплект оценочных материалов (далее – КОМ) предназначен для оценки планируемых результатов освоения рабочей программы дисциплины Тренинг личностного роста.

1.2. КОМ включает задания для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.

Общее количество заданий и распределение заданий по типам и компетенциям:

<b>Код и наименование компетенции</b>	<b>Количество заданий закрытого типа</b>	<b>Количество заданий открытого типа</b>
<b>ПК 1.</b> Способность популяризировать психологические знания; формировать установки, направленные гармоничное развитие, продуктивное преодоление жизненных трудностей, гуманистическое взаимодействие с окружающим миром, здоровый образ жизни; применять на практике диагностические методы и процедуры оценки сохранных и нарушенных звеньев в структуре психики на разных этапах онтогенеза, составлять и реализовывать программы обследования, обучения и коррекции в учреждениях системы здравоохранения	40	20
<b>Итого</b>	40	20

**2. Задания всех типов, позволяющие осуществлять оценку всех компетенций, установленных рабочей программой дисциплины (модуля) «Общая психология».**

Код и наименование компетенции	№ п/п	Задание с инструкцией	
<b>ПК 1.</b> Способность популяризировать психологические знания; формировать установки, направленные гармоничное развитие, продуктивное преодоление жизненных трудностей, гуманистическое взаимодействие с окружающим миром, здоровый образ жизни; применять на практике диагностические методы и процедуры оценки сохранных и нарушенных звеньев в структуре психики на разных этапах онтогенеза,		<b>Задания закрытого типа на установление последовательности или соответствия</b>	
	1.	<b>Соотнесите содержание и название правила тренинга</b>	
		А. Максимальной активности	1. вовлекаться в деятельность
		Б. Персонификация высказываний	2. все принимают участие
			3. использование формы «Я считаю»
		4. отказ от обезличенных форм	
	2.	<b>Верная последовательность этапов тренингового занятия</b> а. Знакомство б. Завершение в. Основная часть г. Разминка	
	3.	<b>Соотнесите содержание и название правила тренинга</b>	
		1. создание атмосфер доверия	А. принцип исследовательской позиции
		2. безоценочность высказываний	Б. принцип партнерского общения
		3. диалог с другими доброжелательный	
	4. отсутствие критики		
	4.	<b>Выберите те компоненты, которые говорят о эмоциональной составляющей личностной зрелости человека</b>	
		1. оценивает себя как активного субъекта	А. Эмоциональная составляющая
		2. доверяет своим чувствам и ощущениям	Б. Иные составляющие
3. принятие себя и других			
4. способность переживать и положительные, и отрицательные эмоции			
5.	<b>Выберите те компоненты, которые говорят о познавательной составляющей личностной зрелости человека</b>		
	1. Ценностные особенности	А. Познавательная составляющая	
	2. оценивает себя как активного субъекта	Б. Иные составляющие	

составлять и реализовывать программы обследования, обучения и коррекции учреждений системы здравоохранения		3. воспринимает других как равноправных участников деятельности и жизни			
		4. воспринимает мир как постоянно изменяющийся и интересный			
	6.	<b>Выберите те компоненты, которые говорят о поведенческой составляющей личностной зрелости человека</b>			
		1. принятие себя и других	А. Поведенческая составляющая		
		2. действия направлены на самореализацию	Б. Иные составляющие		
		3. поведение основано на уважении к другим и себе			
		4. поведение направлено на преумножение ресурсов личности			
	7.	<b>Выберите соответствующее содержание</b>			
		1. врожденные биологические предпосылки	А. Наследственность		
		2. социализация	Б. Среда		
		3. собственные действия	В. Активность		
		4. климатические условия			
	8.	<b>Верная последовательность «включения» факторов движущих сил развития личности</b> а. наследственность б. среда в. активность			
	9.	<b>Выберите соответствующее содержание</b>			
		1. может осуществляться как индивидуальная психотерапевтическая работа, так и процессы групповой психотерапии	А. тренинговая группа		
2. группа людей, пришедших за психотерапевтической помощью и работающих в групповом формате		Б. психотерапевтическая группа			
		3. специально созданная малая группа, участники которой при содействии ведущего-психолога включаются в интенсивное общение и взаимодействие, ориентированное на решение разнообразных психологических			

		проблем участников, их самосовершенствование, а также на развитие группы и решение общегрупповых проблем		
10.	<b>Выберите то, на что тренинги НЕ ориентированы</b> а. передача знаний б. выработка специальных навыков в. Проработка личностных проблем одного участника			
11.	<b>Соотнесите описание и название тренинговых групп</b>			
	1. акцент на взаимоотношения между участниками группы, которые развиваются и анализируются по типу «здесь и теперь»	А. Тренинг-группы (Т-группы)		
	2. в основе групп обучения лежит бихевиоральная ориентация	Б. Группы обучения		
	3. объективация субъективных чувств и эмоций участников группы относительно друг друга, выступающих в качестве материала для анализа	В. Группы встреч		
	4. большая эмоциональность, они более личностно ориентированы и нацелены на решение вопросов относительно человеческого существования			
12.	<b>Верная последовательность смысловых этапов тренинга</b> а. Построение модели идеального поведения во внешнем плане б. Выведение из внутреннего плана во внешний неконструктивных элементов и моделей поведения в. Модификация поведения участников группы в сторону максимального приближения к эталону и закрепление его во внутреннем плане			
13.	<b>Соотнесите описания и шаги подготовки к тренингу по И.В. Вачкову</b>			
	1. Определение временных ресурсов	А. Первый шаг		
	2. Определение состава тренинговой группы	Б. Второй шаг		
	3. Определение темы и цели тренинга как образа будущего результата	В. Третий шаг		

14.	<b>Соотнесите описания и шаги подготовки к тренингу по И.В. Вачкову</b>	
	1. Подбор соответствующих психотехник	А. Четвертый шаг
	2. Формулировка задач.	Б. Пятый шаг
	3. Формулировка проблем	В. Шестой шаг
15.	<b>Соотнесите описания и шаги подготовки к тренингу по И.В. Вачкову</b>	
	1. Написание сценария тренинга с указанием цели каждого занятия и всех необходимых материалов	А. Седьмой шаг
	2. Составление сценарного плана тренинга	Б. Восьмой шаг
	3. Выделение модулей тренинга	В. Девятый шаг
16.	<b>Расположите три уровня самосознания по Столину В.В.:</b> а. «самовыделение и принятие себя в расчет (в двигательных актах)»; б. самосознание личности как выявление своей социальной ценности и смысла бытия, формирование представления о своем прошлом, настоящем и будущем в. самосознание индивида, т.е. принятие точки зрения другого на себя, идентификации с родителями, с ролями, становление самоконтроля	
17.	<b>Соотнесите определение с понятием</b>	
	1. отношение личности к самой себе, собственному «Я»	А. Саморегуляция
	2. осознанное и системно организованное воздействие индивида на свою психику с целью изменения ее характеристик в желаемом направлении	Б. Самоотношение
	3. изучение личностью собственных психических и физических особенностей, осмысление самого себя	В. Самопознание
18.	<b>Соотнесите определение с понятием</b>	
	1. отношение личности к самой себе, собственному «Я»	А. рефлексия как личностный компонент мышления
	2. субъект способен проследить движение собственных мыслей в процессе поиска решения	Б. индивидуальная рефлексия в социально- психологическом контексте
	3. предполагает своим объектом	В. рефлексия в контексте

	сознание окружающих индивида людей	саморегуляции самосознания	
19.	<b>Соотнесите барьер общения с его примером</b> 1. «С вами просто невозможно разговаривать на серьезные темы!», «Люди для вас ничего не значат!» 2. «Я бы тебе не советовал так со мной обращаться», «Не твоего ума дело — пойді поучись!». 3. «Ты ни разу в жизни ничего для меня не сделал (а)!», «Всеим (мужчинам, женщинам, молодежи, старикам...) нельзя доверять».		А. Советы  Б. Ложные аргументации  В. Обобщения, глобальные выводы из единичных случаев
20.	<b>Стадии развития группы:</b> а. Стадия агрессии (фрустрационная) б. Стадия знакомства в. Стадия устойчивой работоспособности г. Стадия распада (умирания) группы		
<b>Задания с выбором одного или нескольких ответов</b>			
1.	<b>Групповая форма работы, способствующая личностному росту участников, называется тренинг</b> А) профессиональных навыков Б) коммуникативной компетентности		В) личностного роста Г) сензитивности
2.	<b>Раскрытие, осознание глубинных установок и интерпретаций, влияющих на результаты, получаемые в жизни, дает:</b> А) обучающая среда тренингов личностного роста Б) теоретическая подготовка к тренингу		В) индивидуальная консультация тренера Г) семинары-практикумы
3.	<b>Уникальность тренингов личностного роста заключается в том, что</b> А) участники получают возможность свободно общаться Б) участники могут копировать образцы поведения тренера		В) участникам не говорят, как им следует жить: они сами обнаруживают это Г) участники учатся общаться
4.	<b>Изучение глубинных установок и отношений, составляющих основу жизненного опыта людей, происходит на тренинге</b> А) личностного роста Б) социально-психологических умений и навыков		В) коммуникативных умений Г) профессиональных умений и навыков



5.	<b>В задачи тренинга личностного роста НЕ входит</b>	
	А) развитие адекватного понимания самого себя	В) развитие мышления
	Б) развитие гуманистического отношения к другим людям	Г) развитие эмоциональной устойчивости в сложных жизненных ситуациях
6.	<b>Бурное развитие тренингов личностного роста началось в</b>	
	А) 70-е годы 20 в.	В) середине 20 в.
	Б) первой половине 20 в.	Г) конце 19 в.
7.	<b>Конфиденциальность как принцип тренинга подразумевает:</b>	
	А) общение на равных, уважение друг к другу	В) все высказывания должны строиться с использованием личных местоимений
	Б) общение по принципу "Здесь и теперь"	Г) все, о чем говорится в группе относительно конкретных участников, должно остаться внутри группы
8.	<b>Заключение первичного психологического контакта, притирка, рост эмоциональной напряженности происходят</b>	
	А) на среднем этапе (третья стадия)	В) на первом этапе (две первые стадии развития группы)
	Б) последнего этапа тренинга (четвертая стадия развития группы)	Г) во время всего тренинга
9.	<b>Общение по принципу «здесь и теперь» является:</b>	
	А) ожидаемым и нежелательным явлением;	В) нормой и принципом работы тренинговой группы;
	Б) недопустимым явлением;	Г) результатом работы тренинговой группы
10.	<b>По Х.Миккину к нежелательным качествам тренера НЕ относится:</b>	
	А) аутичность, самодостаточность	В) стрессоустойчивость
	Б) неадекватная самооценка в сочетании с эмоциональной незрелостью	Г) нет правильного ответа
11.	<b>Проявление агрессии в сторону тренера со стороны участников является</b>	
	А) ожидаемым явлением	В) нежелательным явлением
	Б) недопустимым явлением	Г) исключительным явлением
12.	<b>Ответственность тренера за профессионализм подразумевает</b>	
	А) ответственность за качество предоставляемой информации и постоянного повышения своей квалификации	В) верны А и Б
	Б) ответственность за соответствие содержания тренинга заявленным целям	Г) правильного ответа нет
13.	<b>Ответственность тренера за процесс и результат тренинга подразумевает</b>	
	А) ответственность за качество предоставляемой информации и постоянного повышения своей квалификации	В) верны А и Б
	Б) ответственность за соответствие содержания	Г) правильного ответа нет

		тренинга заявленными целям	
14.	<b>Ответственность тренера в тренинге подразумевает</b>		
	А) ответственность за качество предоставляемой информации и постоянного повышения своей квалификации	В) верны А и Б	
	Б) ответственность за соответствие содержания тренинга заявленными целям	Г) правильного ответа нет	
15.	<b>По И. Ялomu тренер выступает в двух основных ролях:</b>		
	А) новатор и аналитик	В) активный руководитель и комментатор	
	Б) эталонный участник и технический эксперт	Г) консультант и руководитель	
16.	<b>Направление работы тренера «проводник идей» по Беннету подразумевает:</b>		
	А) оказание помощи участникам	В) анализ проблем	
	Б) направление участников на осознание необходимости изменений	Г) создание, обновление и проведение тренинговых программ	
17.	<b>Форма групповой работы «аквариум» нацелена на:</b>		
	А) дать возможность поучаствовать всем	В) формирование коммуникативных навыков в быстро меняющейся ситуации	
	Б) демонстрация навыков и вовлечение в обсуждение пассивных участников	Г) освоение общения с большой группой людей	
18.	<b>О чем правило персонификации высказываний?</b>		
	А) принятие ответственности за свои высказывания	В) пунктуальность	
	Б) осознание поведения и поступков	Г) создание атмосферы психологической безопасности	
19.	<b>На что нацелен личностный рост?</b>		
	А) укрепление физического состояния	В) развитие и реализация личностного потенциала	
	Б) умение подстроиться под желание других людей	Г) отказ от собственных желаний	
20.	<b>Критерии личностного роста можно разделить на:</b>		
	А) интраперсональные и неожиданные	В) интраперсональные и интерперсональные	
	Б) ожидаемые и непрогнозируемые	Г) социализированность и обретение себя	
	<b>Задания открытого типа с развернутым ответом</b>		
1.	<b>Что такое личностный потенциал?</b>		
2.	<b>В чем заключается шаг «Формулирование задач тренинга» по И.В. Вачкову?</b>		
3.	<b>Какова роль самораскрытия в групповой работе и что это такое?</b>		
4.	<b>Что такое индивидуальность?</b>		
5.	<b>Что такое барьеры общения и к чему они приводят в тренинге?</b>		
6.	<b>Мозговой штурм как метод тренинга личностного роста -</b>		

7.	Как используются психогимнастические упражнения в тренинге?
8.	Какие задачи решает применение арт-терапевтических методов в групповой работе?
9.	Групповая динамика -
10.	Что такое образ Я?
11.	Обратная связь и ее роль в тренинге личностного роста:
12.	Наблюдение и осмысление в тренинге позволяет...
13.	Какую роль играет эмоциональная поддержка группы?
14.	Опишите первый этап в структуре тренинга: на что нацелены упражнения?
15.	Что такое рефлексия и какова ее роль в тренинге личностного роста?
16.	Опишите рефлексию как личностный компонент мышления.
17.	Что такое Я-концепция?
18.	Как соотносятся Я-реальное и Я-идеальное?
19.	Как соотносятся самооценка и самоотношение?
20.	Что происходит на стадии агрессии (фрустрационной)?