Комплект оценочных материалов по дисциплине
«Психология профессиональной деформации»

Задания закрытого типа

Задания закрытого типа на выбор правильного ответа

1. Выберите один правильный ответ.

Что такое профессиональная деформация личности?

А) Процесс адаптации к профессиональной среде.

Б) Изменения личности под влиянием профессиональной деятельности, приводящие к негативным последствиям.

В) Повышение профессиональной компетентности и мастерства.

Г) Развитие творческого потенциала в профессиональной сфере.

Правильный ответ: Б

Компетенции (индикаторы): ОПК-10

2. Выберите один правильный ответ.

Какой из перечисленных признаков НЕ относится к эмоциональному выгоранию?

А) Чувство усталости и истощения.

Б) Цинизм и негативное отношение к работе.

В) Повышенная эмпатия и сочувствие к клиентам.

Г) Снижение чувства удовлетворения от работы.

Правильный ответ: В

Компетенции (индикаторы): ОПК-10

3. Выберите один правильный ответ.

Что такое феномен "туннельного видения" в контексте профессиональной деформации?

А) Способность видеть перспективы карьерного роста.

Б) Сужение восприятия реальности, ограниченное только профессиональными задачами.

В) Улучшение зрительной функции в результате постоянной работы с документами.

Г) Стратегия планирования рабочего времени.

Правильный ответ: Б

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 00905984665DF3300DF9CEA40614502B5A
Действителен 16.10.2025 - 09.01.2027
Владелец КРОХМАЛЕВА ЕЛЕНА ГЕОРГИЕВНА

стного случая на работе.

ющее в результате длительной

В) Психологическая травма, полученная в детстве и влияющая на профессиональную деятельность.

Г) Физическая травма, полученная в результате неправильной организации рабочего места.

Правильный ответ: Б

Компетенции (индикаторы): ОПК-10

Задания закрытого типа на установление соответствия

1. Установите правильное соответствие между терминами и их определениями. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца.

Термин		Определение	
1)	Профессиональная деформация	А)	Процесс потери интереса к профессии из-за рутины.
2)	Эмоциональное выгорание	Б)	Изменение личностных качеств под воздействием профессии.
3)	Профессиональное выгорание	В)	Состояние физического и эмоционального истощения.
4)	Психологическое давление	Г)	Негативное влияние внешних факторов на психику.

Правильный ответ: 1-Б, 2-В, 3-А, 4-Г.

Компетенции (индикаторы): ОПК-10

2. Установите правильное соответствие между примерами профессиональной деформации и их причинами. Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца.

Причина		Пример	
1)	Психоэмоциональная перегрузка	А)	Постоянные конфликтные ситуации на работе.
2)	Однообразие выполняемых задач	Б)	Недостаток отдыха и восстанавливающего времени.
3)	Нехватка профессионального роста	В)	Ограниченность в развитии новых навыков.
4)	Негативная организационная культура	Г)	Постоянное выполнение одних и тех же операций.

Правильный ответ**:** 1-Б, 2-Г, 3-В, 4-А.

Компетенции (индикаторы): ОПК-10

Задания закрытого типа на установление правильной последовательности

1. Установите правильную последовательность проявлений степени выраженности феномена «профессиональной индифферентности», с которым может столкнуться психолог, в порядке возрастания. Запишите правильную последовательность букв слева направо.

А) Формальное отношение к обязанностям.

Б) Цинизм и негативизм по отношению к клиентам.

В) Снижение интереса к профессиональным задачам.

Правильный ответ: В, А, Б.

Компетенции (индикаторы): ОПК-10

2. Установите правильную последовательность этапов работы с профессиональной деформацией. Запишите правильную последовательность букв слева направо.

А) Оценка и диагностика имеющихся нарушений.

Б) Планирование и реализация стратегий коррекции.

В) Признание проблемы и осознание необходимости изменений.

Г) Поддержание достигнутых изменений и профилактика рецидивов.

Правильный ответ: В, А, Б, Г.

Компетенции (индикаторы): ОПК-10

Задания открытого типа

Задания открытого типа на дополнение

1. Напишите пропущенное слово (словосочетание).

Одним из первых признаков профессиональной деформации является снижение _____ к выполняемой работе.

Правильный ответ: интереса / мотивации / энтузиазма / интерес / мотивация / энтузиазм

Компетенции (индикаторы): ОПК-10

2. Напишите пропущенное слово (словосочетание).

_____ деформация личности проявляется в доминировании профессиональных установок и ценностей над общечеловеческими.

Правильный ответ: Профессиональная.

Компетенции (индикаторы): ОПК-10

3. Напишите пропущенное слово (словосочетание)

Развитие _____ – важный аспект профилактики профессиональной деформации, позволяющий эффективно справляться со стрессовыми ситуациями.

Правильный ответ: стрессоустойчивости / стрессоустойчивость

Компетенции (индикаторы): ОПК-10

4. Напишите пропущенное слово (словосочетание).

Профессиональный _____ представляет собой устойчивое негативное отношение к определенной группе людей, сформированное на основе профессиональной деятельности.

Правильный ответ: стереотип

Компетенции (индикаторы): ОПК-10

Задания открытого типа с кратким свободным ответом

1. Напишите пропущенное слово (словосочетание).

Проявления профессиональной деформации включают ригидность, стереотипность мышления, эмоциональное выгорание, цинизм, _____.

Правильный ответ: стресс.

Компетенции (индикаторы): ОПК-10

2. Напишите пропущенное слово (словосочетание).

Профессиональный _____ является одним из ключевых факторов, запускающих процесс профессиональной деформации.

Правильный ответ: стресс

Компетенции (индикаторы): ОПК-10

3. Напишите пропущенное слово (словосочетание).

_____ предоставляет психологу возможность обсудить сложные случаи из практики, получить поддержку и обратную связь от более опытного коллеги.

Правильный ответ: Супервизия

Компетенции (индикаторы): ОПК-10

4. Напишите пропущенное слово (словосочетание).

Профессиональная деформация может иметь следующие последствия для здоровья: психосоматические заболевания, _____, тревожные расстройства, нарушения сна, снижение иммунитета, злоупотребление алкоголем и другими психоактивными веществами.

Правильный ответ: депрессия

Компетенции (индикаторы): ОПК-10

Задания открытого типа с развернутым ответом

1. Прочитайте текст задания. Продумайте логику и полноту ответа. Запишите ответ.

Назовите основные психологические защиты неконструктивной формы, которые используют специалисты, подверженные профессиональной деформации. Предложите методы осознания и преодоления неконструктивных психологических защит.

Время выполнения – 25 мин.

Ожидаемый результат:

Психологические защиты – это механизмы, которые помогают специалистам справляться с профессиональными стрессами и эмоциональными нагрузками. При профессиональной деформации они могут принимать неконструктивные формы:

Эмоциональная отстраненность: проявляется как защитный механизм от эмоционального выгорания; может выражаться в цинизме, снижении эмпатии.

Гиперконтроль: стремление все упорядочить и держать под контролем; проявляется в личной жизни как навязчивая потребность контролировать. Профессионализация мышления: использование профессионального языка в быту; оценка людей через призму профессиональных критериев.

Авторитарность: перенос командного стиля общения в личную сферу.

Стереотипизация: восприятие людей через призму профессиональных шаблонов; снижение гибкости мышления;

Влияние на профессиональную деятельность.

Негативные последствия защитных механизмов: снижение эффективности коммуникации с коллегами; ухудшение качества принимаемых решений; профессиональное выгорание; конфликты в коллективе; снижение креативности и инновационного потенциала

Влияние на межличностные отношения.

Последствия для личных отношений: сложности в построении доверительных отношений; непонимание со стороны близких; конфликты из-за негибкости поведения; эмоциональная дистанция с близкими; перенос рабочих паттернов в личную жизнь

Методы преодоления неконструктивных защит: осознанность и рефлексия; ведение дневника наблюдений за своим поведением; регулярный самоанализ; отслеживание автоматических реакций;

Развитие эмоционального интеллекта: практика эмпатии; развитие навыков активного слушания; работа над эмоциональной гибкостью

Профессиональное развитие: супервизия; коучинг; участие в профессиональных сообществах.

Психологические техники: медитативные практики; техники релаксации; работа с психологом.

Социальная адаптация: расширение круга общения; участие в разноплановых активностях; развитие хобби вне профессиональной сферы.

Организационные меры: регулярные перерывы; смена деятельности;

профессиональные отпуска.

Практические рекомендации:

Установите четкие границы между работой и личной жизнью.

Развивайте альтернативные интересы и увлечения.

Практикуйте техники переключения между рабочими и личными ролями.

Регулярно запрашивайте обратную связь от близких.

Проводите регулярный самоанализ своего профессионального поведения.

Критерии оценивания: наличие в ответе ключевых слов «эмоциональная отстраненность, гиперконтроль, стереотипизация» или аналогичных по смыслу.

Компетенции (индикаторы): ОПК-10

2. Прочитайте текст задания. Продумайте логику и полноту ответа. Запишите ответ.

Назовите теории, которые объясняют возникновение профессиональной деформации и охарактеризуйте их.

Время выполнения – 10 мин.

Ожидаемый результат:

Теория ролевой идентичности: профессиональная деформация возникает из-за чрезмерного отождествления человека с профессиональной ролью, что приводит к утрате других аспектов личности.

Теория эмоционального выгорания: длительный стресс и эмоциональное напряжение в профессиональной деятельности вызывают истощение, цинизм и снижение профессиональной эффективности.

Теория когнитивного диссонанса: противоречие между личными ценностями и профессиональными требованиями приводит к внутреннему конфликту и деформации личности.

Теория социального научения: профессиональная деформация развивается через усвоение норм и моделей поведения, принятых в профессиональной среде.

Критерии оценивания: наличие в ответе ключевых слов «ролевая идентичность», «выгорание», «когнитивный диссонанс» или аналогичных по смыслу.

Компетенции (индикаторы): ОПК-10

Экспертное заключение

Представленный комплект оценочных материалов по дисциплине «Психология профессиональных деформаций» соответствует требованиям ФГОС ВО.

Предлагаемые оценочные материалы адекватны целям и задачам реализации основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 37.04.01 Психология.

Виды оценочных средств, включенные в представленный фонд, отвечают основным принципам формирования ФОС.

Разработанный и представленный для экспертизы оценочные материалы рекомендуются к использованию в процессе подготовки обучающихся по указанному направлению.

Председатель
учебно-методической комиссии
Антрацитовского института
геосистем и технологий _____ Савченко И.В.

Лист изменений и дополнений

№ п/п	Виды дополнений и изменений	Дата и номер протокола заседания кафедры (кафедр), на котором были рассмотрены и одобрены изменения и дополнения	Подпись (с расшифровкой) заведующего кафедрой (заведующих кафедрами)
1.	Дополнен комплектом оценочных материалов	протокол заседания кафедры инженерии и общеобразовательных дисциплин № 9 от 07.03.2026	 Е.Г. Крохмалёва