

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ ВЛАДИМИРА ДАЛЯ»

Институт философии  
Кафедра психологии и конфликтологии

УТВЕРЖДАЮ   
Директор   
Скляр П. П.  
« 26 » 02 20 25 года

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
по учебной дисциплине

«Тренинговые технологии работы с кадрами и видеотренинг  
профессионально-психологического роста»  
37.03.01 Психология  
«Практическая психология»

Разработчик:  
ст. преп.  Бережная Н. А.  
(подпись)

ФОС рассмотрен и одобрен на заседании кафедры психологии и конфликтологии  
от « 26 » 02 20 25 г., протокол № 7  
Заведующий кафедрой  Бугеря Т. Н.  
(подпись)

Луганск 2025 г.

## **Комплект оценочных материалов по дисциплине**

### **«Тренинговые технологии работы с кадрами и видеотренинг профессионально-психологического роста»**

#### **Задания закрытого типа**

##### **Задания закрытого типа на выбор правильного ответа**

*Выберите один правильный ответ.*

1. Кому обязаны своим появлением Т-группы: тренинг развития личности в межличностном пространстве.

- А) Эрику Берну
- Б) Джейкобу Леви Морено
- В) Курту Левину
- Г) Карлу Роджерсу

Правильный ответ: В

Компетенции (индикаторы): ОПК-6 (ОПК-6.1)

2. Какой из методов видов дискуссии не относится к работе в тренинговой группе:

- А) структурированные дискуссии
- Б) нетематические дискуссии
- В) неструктурированные дискуссии
- Г) тематические дискуссии

Правильный ответ: Б

Компетенции (индикаторы): ПК-5 (ПК-5.1)

3. К игровым методам работы в тренинге не относят:

- А) творческие
- Б) ситуационно-ролевые
- В) деловые игры
- Г) дидактические
- Д) имитационные
- Д) предметные

Правильный ответ: Д

Компетенции (индикаторы): УК-3 (УК-3.1)

4. Стадии развития малой тренинговой группы не включают:

- А) стадию «оттаивания»
- Б) стадию «изменения»
- В) стадию «заземления»
- Г) стадию «замораживания»

Правильный ответ: В

Компетенции (индикаторы): ПК-3 (ПК-3.1)

5. Основателем метода телесно-ориентированной психотерапии является:

А) Вильгельм Райх

Б) Анна Фрейд

В) Абрахам Маслоу

Г) Карл Роджерс

Правильный ответ: А

Компетенции (индикаторы): ПК-5 (ПК-5.1)

6. Какую роль играет этап информирования в видеотренинге?

А) он требует от участников лишь пассивного наблюдения

Б) он помогает передать ключевую информацию и создать базу для дальнейшего обсуждения

В) он является необязательным и может быть опущен

Г) он исключительно развлекательного характера

Правильный ответ: Б

Компетенции (индикаторы): ПК-5 (ПК-5.1)

7. Какое из следующих утверждений наиболее точно отражает процесс формирования навыков?

А) навыки формируются автоматически

Б) навыки формируются через практику и повторение

В) навыки невозможно развить

Г) формирование навыков – это теоретический процесс

Правильный ответ: Б

Компетенции (индикаторы): ОПК-6 (ОПК-6.1)

8. Какие психологические факторы могут препятствовать процессу личностного роста?

А) высокая мотивация тренера

Б) страх неудач и самоограничивающие установки

В) поддержка со стороны окружающих

Г) позитивные изменения в жизни

Правильный ответ: Б

Компетенции (индикаторы): ОПК-6 (ОПК-6.1)

9. Какое значение имеет анализ отзывов участников после тренинга?

А) не имеет определённого значения

Б) даёт возможность определить сильные и слабые стороны программы, а также дальнейшие направления улучшения

В) используется только для проверки присутствия участников на тренинге

Г) помогает составить идеальный сценарий для будущих встреч

Правильный ответ: Б

Компетенции (индикаторы): УК-3 (УК-3.1)

10. С какой целью используется видеотренинг в образовательном процессе?

- А) он используется только для развлечения
- Б) он обеспечивает возможности для визуального восприятия информации и моделей поведения
- В) он заменяет живое взаимодействие между участниками
- Г) он не имеет практического применения в обучении

Правильный ответ: Б

Компетенции (индикаторы): ПК-3 (ПК-3.1)

### **Задания закрытого типа на установление соответствие**

*Установите правильное соответствие.*

*Каждому элементу левого столбца соответствует только один элемент правого столбца.*

1. Установите соответствие между основными тренингами и их характеристиками.

#### **Вид тренинга**

- 1) Тренинг как форма дрессуры
- 2) Тренинг как тренировка
- 3) Тренинг как форма активного обучения
- 4) Тренинг как метод создания условий для самораскрытия

#### **Характеристика**

- А) форма обучения, при которой жесткими манипулятивными приемами при помощи положительного подкрепления формируются нужные модели поведения, а посредством отрицательного подкрепления «стираются» вредные, ненужные, по мнению ведущего
- Б) форма обучения, в результате которой происходит формирование и отработка умений и навыков эффективного поведения
- В) форма обучения участников с целью создания условий для самостоятельного поиска ими способов решения собственных психологических проблем
- Г) форма обучения, целью которого является, прежде всего, передача психологических знаний, а также развитие некоторых умений и навыков

Правильный ответ: 1-А, 2-В, 3-Г, 4-Б

Компетенции (индикаторы): ОПК-6 (ОПК-6.2)

2. Установите соответствие между ролями и паттернами поведения тренера и их характеристиками.

#### **Роли тренера**

- 1) «Дрессировщик»

#### **Паттерны поведения**

- А) делегирует участникам только малую часть ответственности и занимается

- |              |   |
|--------------|---|
| 2) «Тренер»  | «натаскиванием» для развития необходимых умений и навыков   |
| 3) «Учитель» | Б) берет на себя ответственность только за создание для участников благоприятных и безопасных условий, в которых возможен старт самоизменений                       |
| 4) «Ведущий» | В) полностью берет на себя ответственность за изменения участников и абсолютно не интересуется уровнем осознанности групповых и внутриличностных процессов          |
|              | Г) способен осуществлять сотрудничество с участниками, однако занимает обычно позицию «сверху» и не рискует полностью отдавать членам группы ответственность за них |

Правильный ответ: 1-В, 2-А, 3-Г, 4-Б

Компетенции (индикаторы): ОПК-6 (ОПК-6.1)

3. Установите соответствие видами тренинговых групп и их характеристиками.

- | Вид группы     | Характеристика  |
|----------------|---|
| 1) Т-группы:   | А) тренинг свободного самоопределения группы включает недирективную позицию тренера, создание ситуации фruстрации, свободное проявление эмоций и конструктивную переработку полученного опыта группой, автор идеи Карл Роджерс  |
| 2) Б-группы:   | Б) тренинг развития личности в межличностном пространстве Курта Левина, целью тренинга является работа над проблемой групповой динамики и социального действия  |
| 3) Пси-группы: | В) тренинг жизненных умений, когда для исправления неадекватного поведения необходимо отучить его от неэффективных реакций и выработать у него наиболее адаптивные реакции, в основе тренинга идеи Ивана Петровича Павлова и Джона Уотсона  |
| 4) ТА-группы:  | Д) тренинг рационального самопознания и саморазвития, помогающий людям научиться анализу собственного и чужого поведения, лучше осознать себя и структуру своей личности, а также сущность взаимодействия с другими людьми и запрограммированный жизненный стиль – сценарий, автор идеи Эрик Берн |
| 5) В-группы:   | Г) тренинг решения личностных проблем, с помощью спектакля, поставленного на основе жизненного сценария участника под руководством режиссера  |

(тренера), в основе тренинга – идеи Джейкоба Леви Морено

- 6) Г-группы тренинг самоактуализации и саморегуляции, обучение способам расширения сферы проявления человека, осознание им самоидентичности и собственного совершенства, принятие ответственности за все, что с ним происходит автор идеи Фредерик Перлз

Правильный ответ: 1-Б, 2-В, 3-Г, 4-Д, 5-А

Компетенции (индикаторы): УК-3 (УК-3.2)

4. Установите соответствие между стадиями развития малой группы и их характеристиками.

Стадии	Характеристики
1) Стадия «оттаивания»	A) характеризуется снижением напряжения, возрастанием сплочённости, ощущением принадлежности к группе, возникновением общих норм и ценностей
2) Стадия «изменения»	B) характеризуется знакомством, заключением первичного контракта, светским общением, ростом эмоциональной напряжённости, группа встревожена, обеспокоена, не уверена и одновременно зависима
3) Стадия «замораживания»	B) характеризуется конфликтами между членами группы и группы с руководителем, наблюдается соперничество, «борьба за власть», кристаллизация ролей на активные и пассивные, доминирующие и подчиняющиеся

Правильный ответ: 1-Б, 2-В, 3-А

Компетенции (индикаторы): ПК-3 (ПК-3.1)

5. Установите соответствие между периодом морального развития и его характеристикой, согласно по Лоуренсу Кольбергу.

Период морального развития	Характеристика периода
1) Конвенциональная мораль	A) для ребёнка не существует правил морали, выработанных обществом. Они возникают исходя из собственных эгоистических соображений ребёнка
2) Доморальный уровень	B) нормы и принципы становятся собственным достижением личности. Ориентации: ориентация на принципы общественного благополучия, ориентация на общечеловеческие этические принципы

Правильный ответ: 1-В, 2-А, 3-Б

### Компетенции (индикаторы): ПК-3 (ПК-3.2)

6. Установите соответствие между видом депривации и её характеристикой:

Вид депривации	Характеристика депривации
1) Материнская	А) развивается в случае гиподинамии у младенцев при тугом пеленании, ограничении движений с помощью специальных медицинских приспособлений, при резком ограничении в движениях по причине болезни, травмы
2) Социальная	Б) как следствие «сенсорного голода», невозможности удовлетворения важнейшей для человека потребности во впечатлениях в ситуации ограничения зрительных, слуховых, осязательных, обонятельных и других стимулов
3) Сенсорная	В) является наиболее интенсивно изучаемым в психологии видом депривации, который был определён с выделением синдрома госпитализма
4) Двигательная	Г) возникает в результате нарушения взаимосвязей индивида с социумом, в ситуации социальной изоляции, при разрыве привычных кругов общения: выход на пенсию, миграция, особые условия труда и т.д.

Правильный ответ: 1-В, 2-Г, 3-Б, 4-А

Компетенции (индикаторы): ПК-3 (ПК-3.2)

7. Установите соответствие между мотивационной категорией и её характеристикой:

Мотивационная категория	Характеристика мотивационной категории
1) Жизненный сценарий	А) это латентное состояние готовности к удовлетворению потребности; запланированное, но отсроченное задание для себя или намерение, которое будет осуществлено при появлении нужной ситуации, повода
2) Мотивационные детерминанты (мотиваторы)	Б) это цели, соотнесенность которых с реальностью невозможно проверить или подтвердить
3) Фиктивные цели	В) это факторы, которые участвуют в мотивационном процессе и обуславливают принятие решений

- 4) Мотивационная установка Г) постепенно развертывающийся, формирующийся в детстве, во многом под влиянием родителей, жизненный план поступков и действий, которые человек намерен совершить в будущем

Правильный ответ: 1-Г, 2-В, 3-Б, 4-А

Компетенции (индикаторы): ПК-5 (ПК-5.1)

8. Установите соответствие между функциями общения и их характеристиками:

Мотивационная категория

Характеристика мотивационной категории

- |                     |  |
|---------------------|--|
| 1) Инструментальная | A) реализуется через поиск и достижение взаимного понимания (особенно характерна для творческих людей)                           |
| 2) Синдикативная    | Б) обеспечивает процесс обучения, передачи знаний, является необходимой для выражения оценочных критериев, способов деятельности |
| 3) Трансляционная   | В) выражается в сплочении малых и больших групп  |
| 4) Самовыражения    | Г) реализуется через обмен информацией в процессе управления и совместного труда   |

Правильный ответ: 1-Г, 2-В, 3-Б, 4-А

Компетенции (индикаторы): ПК-5 (ПК-5.1)

### **Задания закрытого типа на установление правильной последовательности**

*Установите правильную последовательность.*

*Запишите правильную последовательность букв слева направо.*

1. Установите правильную последовательность видов тренингов в порядке уменьшения степени манипулятивного воздействия ведущего и возрастания уровня ответственности за происходящее на тренинге и осознанности ситуации участниками группы:

- А) тренинг как форма активного обучения
- Б) тренинг как тренировка
- В) тренинг как своеобразная форма дрессуры
- Г) тренинг как метод создания условий для самораскрытия

Правильный ответ: В, Б, А, Г

Компетенции (индикаторы): ПК-5 (ПК-5.1)

2. Установите правильную последовательность стадий развития малой тренинговой группы:

- А) стадия «замораживания»

Б) стадия «оттаивания»

В) стадия «изменения»

Правильный ответ: Б, В, А

Компетенции (индикаторы): ПК-3 (ПК-3.1)

3. Установите правильную последовательность этапов анализа конкретных ситуаций в видеотренинге:

А) этап активного обсуждения

Б) общая обратная связь от участников после игры

В) просмотр записи видеосъемки отдельными фрагментами

Г) видеосъемка ролевой игры

Д) выводы

Е) подготовка и проверка аппаратуры

Правильный ответ: Е, Г, Б, В, А, Д

Компетенции (индикаторы): ОПК-6 (ОПК-6.1)

4. Установите правильную последовательность компонентов вступительного этапа тренингового занятия:

А) запуск групповой динамики

Б) знакомство

В) ритуал приветствия

Г) разминка

Правильный ответ: В, Б, А, Г

Компетенции (индикаторы): УК-3 (УК-3.1)

5. Установите правильную последовательность компонентов заключительного этапа тренингового занятия:

А) домашнее задание

Б) завершающий шеринг

В) обратная связь

Г) ритуал прощания

Д) оценка изменения уровня информированности

Правильный ответ: Д, В, Б, А, Г

Компетенции (индикаторы): ПК-5 (ПК-5.2)

6. Установите правильную последовательность компонентов заключительного этапа тренингового занятия:

А) этап ориентации

Б) вызов/ провокация по теме тренинга

В) введение в проблему

Г) информационный блок

Д) оценка уровня информированности

Е) приобретение практических умений и навыков

Ж) актуализация темы/ проблемы

З) финальная ролевая игра

И) решение и новые модели «Мозговой штурм»

Правильный ответ: Д, Ж, В, Б, А, Г, И, Е, З

Компетенции (индикаторы): ПК-3 (ПК-3.2)

### **Задания открытого типа**

#### **Задания открытого типа на дополнение**

*Напишите пропущенное слово.*

1. Групповая \_\_\_\_\_ в психологическом тренинге – это совместное обсуждение какого-либо спорного вопроса, позволяющее прояснить (возможно, изменить) мнения, позиции и установки участников группы в процессе непосредственного общения, метод используется как в целях предоставления участникам возможности увидеть проблему с разных сторон (это позволяет уточнить взаимные позиции, что уменьшает сопротивление восприятию новой информации от ведущего и других членов группы), так и в качестве способа групповой рефлексии через анализ индивидуальных переживаний (это усиливает сплоченность группы и одновременно облегчает самораскрытие участников).

Правильный ответ: дискуссия

Компетенции (индикаторы): УК-3 (УК-3.2)

2. \_\_\_\_\_ определяется как направленное, закономерное изменение, в результате которого возникает новое качественное состояние объекта – его состава или структуры, прежде всего используются в целях обучения физической и чувственной релаксации, умению избавляться от излишнего психического напряжения и стрессовых состояний, навыкам аутосуггестии, способам саморегуляции; на первых этапах представлены в форме гетеросуггестии.

Правильный ответ: медитация

Компетенции (индикаторы): ПК-3 (ПК-3.2)

3. \_\_\_\_\_ определяется как скрытое побуждение адресата к переживанию определенных состояний, принятию решений и выполнению действий, необходимых для достижения инициатором своих собственных целей.

Правильный ответ: манипуляция

Компетенции (индикаторы): ПК-3 (ПК-3.2)

4. Точное словесное описание и графическая схема последовательности действий, алгоритм действий \_\_\_\_\_.

Правильный ответ: технология

Компетенции (индикаторы): ПК-5 (ПК-5.2)

### **Задания открытого типа с кратким свободным ответом**

*Напишите пропущенное слово (словосочетание).*

1. Основателем методов \_\_\_\_\_ является В. Райх, выделяются три основные подгруппы приемов: работа над структурой тела, чувственное осознание и нервно-мышечная релаксация, восточные методы.

Правильный ответ: телесно-ориентированной психотерапии / телесной терапии

Компетенции (индикаторы): ПК-3 (ПК-3.2)

2. \_\_\_\_\_ – это область практической психологии, ориентированная на использование активных методов групповой психологической работы с целью развития компетентности в общении.

Правильный ответ: социально-психологический тренинг / тренинг / тренинг общения

Компетенции (индикаторы): ОПК-6 (ОПК-6.2)

3. \_\_\_\_\_ функционирования какой-либо организации, предприятия или его подразделения, имитироваться могут так же события, конкретная деятельность людей (деловое совещание, конференция и т . п .) и обстановка, условия, в которых происходит событие или осуществляется деятельность (кабинет руководителя, зал заседаний и т . п .), сценарий, кроме сюжета события, содержит описание структуры и назначения соответствующих процессов и объектов.

Правильный ответ: имитация деятельности / игра имитация / имитационная игра

Компетенции (индикаторы): ОПК-6 (ОПК-6.2)

4. \_\_\_\_\_ – метод вопросов, предполагающих критическое отношение к догматическим утверждениям. Это умение извлекать скрытое в человеке знание с помощью искусственных наводящих вопросов, подразумевающих короткий, простой и заранее предсказуемый ответ. Данный метод использует диалог как столкновение противоположных точек зрения. Он держит внимание собеседника и не дает отвлечься, какое-либо нарушение в логической цепочке практически сразу становится очевидным и неубедительным для собеседника, человек приходит к истине сам (хотя и с определенной помощью).

Правильный ответ: метод Сократа / диалектический метод

Компетенции (индикаторы): ПК-3 (ПК-3.2)

5. \_\_\_\_\_ – метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач-ситуаций (решение кейсов), студенты должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них

кейсы делятся на практические (отражающие реальные жизненные ситуации), обучающие (искусственно созданные, содержащие значительные элементы условности при отражении в нем жизни) и исследовательские (ориентированные на проведение исследовательской деятельности посредством применения метода моделирования).

Правильный ответ: метод кейсов / кейс-метод

Компетенции (индикаторы): ПК-5 (ПК-5.2)

6. \_\_\_\_\_ – четко структурированный и специально организованный публичный обмен мыслями между двумя сторонами по актуальным темам, направленный на переубеждение в своей правоте третьей стороны, а не друг друга. Поэтому вербальные и невербальные средства, которые используются участниками, имеют целью получение определенного результата – сформировать у слушателей положительное впечатление от собственной позиции.

Правильный ответ: дебаты / метод дебатов

Компетенции (индикаторы): ПК-5 (ПК-5.2)

### **Задания открытого типа с развёрнутым ответом**

1. Перечислите ряд профессионально важных личностных черт, желательных для руководителя тренинговой группы:

Время выполнения – 10 мин.

Ожидаемый результат: концентрация на участнике тренинга, желание и способность ему помочь; гибкость и терпимость к различным проявлениям участника; эмпатичность, восприимчивость, способность создавать атмосферу эмоционального комфорта и доброжелательности во время занятий; аутентичность поведения, т. е. способность предъявлять группе подлинные эмоции и переживания; энтузиазм и оптимизм, вера в способности участников группы к изменению и развитию; уравновешенность, терпимость к фruстрации и неопределенности, высокий уровень личностной саморегуляции; уверенность в себе, позитивное самоотношение, адекватная самооценка; осознание собственных конфликтных областей, потребностей, мотивов; богатое воображение, интуиция; высокий уровень интеллекта.

Критерии оценивания: наличие в ответе не менее трех личностных особенностей руководителя тренинговой группы.

Компетенции (индикаторы): ПК-5 (ПК-5.3)

2. Перечислите задачи ведущего на стадии адаптации.

Время выполнения – 10 мин.

Ожидаемый результат: на стадии адаптации задачами ведущего группы преодоление тревоги, скептицизма и враждебности участников; проведение первичной диагностики; помочь участникам в осознании ими своих сопротивлений, защит и барьеров в общении; поощрение большей открытости и независимости; фасилитация тревожных участников.

Критерии оценивания: ответ должен содержать не менее трех задач ведущего на стадии адаптации тренинговой группы.

Компетенции (индикаторы): ПК-5 (ПК-5.3)

3. Перечислите признаки наличия истинной сплоченности участников тренинга.

Время выполнения – 10 мин.

Ожидаемый результат: истинная сплоченность участников тренинга характеризуется тем, что участники объединяются вокруг мысли об уникальности данного сообщества, рационализируют свои проблемы, все участники чувствуют себя частью группы; все общаются со всеми; существует принятие разных точек зрения; конфронтация воспринимается как предложение изменить ситуацию, а не как конфликт.

Критерии оценивания: правильный ответ должен содержать не менее трех характерных особенностей истинной сплоченности участников тренинга.

Компетенции (индикаторы): ПК-5 (ПК-5.3)

4. Перечислите признаки псевдосплоченности участников тренинга.

Время выполнения – 10 мин.

Ожидаемый результат: псевдосплоченность характеризуется тем, что внутри группы все очень хорошие, однако есть и виновные (не участники группы), которые и есть первопричина неудач, преследующих участников группы, поддержка обвинений со стороны группы; философские или психологические интерпретации, выдвигаемых проблем, ссылки на известные психологические авторитеты и концепции, методы активного социально-психологического обучения (если кто-то из участников группы уже работал в другом тренинге); появляется участник, на котором длительное время неконструктивным образом концентрируется внимание группы (такая роль чаще всего отводится участнику, резко отличающемуся своим поведением от других членов группы).

Критерии оценивания: наличие не менее трех особенностей псевдосплоченности участников тренинга.

Компетенции (индикаторы): ПК-3 (ПК-3.3)

## Экспертное заключение

Представленный фонд оценочных средств (далее – ФОС) по дисциплине «Тренинговые технологии работы с кадрами и видеотренинг профессионально-психологического роста» соответствует требованиям ФГОС ВО.

Предлагаемые формы и средства текущего и промежуточного контроля адекватны целям и задачам реализации основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 37.03.01 Психология

Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлены в полном объеме.

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

Разработанный и представленный для экспертизы фонд оценочных средств рекомендуется к использованию в процессе подготовки обучающихся по указанному направлению.

Председатель учебно-методической комиссии  
института философии



С. А. Пидченко

## 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)