

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Борисова Виктория Валерьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 29.10.2025 18:30:36
Уникальный программный ключ:
8d665791f4049370b679b22cf26583a2f741522e

**Негосударственное образовательное частное учреждение высшего
образования «МЕЖДУНАРОДНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ИННОВАЦИЙ»**

УТВЕРЖАЮ:

Ректор

ИОЧУ ВО «МУПИ»

**МЕЖДУНАРОДНЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИХ
ИННОВАЦИЙ**

В. Борисова

подпись

«1» апреля 2024 г.

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕРКИ
СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ**

**УК-6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной
деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки**

**направление подготовки
38.04.02 Менеджмент**

**Профиль подготовки:
«Стратегический менеджмент и инновации»**

Квалификация (степень) выпускника – *магистр*

**Форма обучения
*Очная, очно-заочная, заочная***

Москва 2024 г.

УК-6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

ИУК-6.1. Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей.

ИУК-6.2. Определяет приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста.

ИУК-6.3. Демонстрирует готовность к построению профессиональной карьеры и определению стратегии профессионального развития на основе оценки требований рынка труда, предложений рынка образовательных услуг и с учетом личностных возможностей и предпочтений.

Компетенция формируется дисциплинами:

Профессиональное развитие личности	1 семестр
Психология жизнестойкости	3 семестр

Вопросы и задания для проверки сформированности компетенции

Дисциплина «Профессиональное развитие личности»

Задания в открытой форме

1. Критерии, определяющие современные требования к личности менеджера
2. Понятие о профессиональной компетентности менеджера
3. Профессиограмма менеджера.
4. Понятие о профессионально-личностном развитии и росте.
5. Методы и методики профессионального развития.
6. Миссия менеджера в современном обществе.
7. Интегративные характеристики личности менеджера как объекта профессионального развития.
8. Ведущие мотивы профессиональной деятельности менеджера
9. Влияние профессиональной деятельности на личность.

Вопрос	Ответ
Критерии, определяющие современные требования к личности менеджера	• Профессиональные качества. • Личные качества. • Стрессоустойчивость. • Стратегическое мышление.
Понятие о профессиональной компетентности менеджера	• понимание природы управленческого труда и процессов менеджмента; • знание должностных обязанностей менеджера, способов достижения целей и повышения эффективности организации; • умение использовать современную информационную технологию и средства коммуникации, необходимые в управленческом процессе;

	• владение искусством управления человеческими ресурсами; • владение искусством налаживания внешних связей; • способность к самооценке, умение делать правильные выводы и непрерывно повышать квалификацию..
Профессиограмма менеджера.	Профессиограмма менеджера включает описание профессии, требования к знаниям и умениям, условия труда и информацию о том, где можно получить образование.
Понятие о профессионально-личностном развитии и росте.	это два взаимосвязанных процесса, которые формируют рост как в жизни, так и в карьере. Профессионально-личностный рост — это самостоятельное развитие своих профессионально-личностных качеств, позволяющее расширить знания в рамках профессиональной области, приобрести новые умения и навыки, реализовать творческий подход к решению профессиональных задач, повысить эффективность обмена опытом с единомышленниками и коллегами.
Методы и методики профессионального развития.	• Оценка и обратная связь. • Обучающие программы. • Самостоятельное обучение. • Тематические клубы. • Наставничество. • Менторство. • Коучинг. • Ротация.
Миссия менеджера в современном обществе.	миссия менеджера направлена на создание ценности для организации, её клиентов и общества в целом.
Интегративные характеристики личности менеджера как объекта профессионального развития.	• Эмоциональная устойчивость. • Доминантность. • Интеллект. • Имиджевая культура. • Управленческий профессионализм.
Ведущие мотивы профессиональной деятельности менеджера	• Достижение успеха. • Социальный статус и признание. • Безопасность. • Самоуважение. • Власть над другими. • Материальный.

	• Профессиональный. • Соревновательный. • Самовыражение и самореализация. • Независимость. • Ответственность.
Влияние профессиональной деятельности на личность.	Профессиональная деятельность может влиять на личность, при этом эффект может быть как положительным, так и отрицательным.

Тестовые вопросы по дисциплине

1. Результатом профессионального творчества является:

- а) формирование личности, интересов, склонностей, нравственных ценностей и идеалов;
- б) создание человеком нового оригинального продукта в ходе профессиональной деятельности;
- в) свободное владение содержанием профессионального труда, глубокое знание своего дела.

2. Результатом достижения высокого уровня профессионального мастерства является:

- а) свободное владение содержанием профессионального труда, глубокое знание своего дела;
- б) формирование личности, интересов, склонностей, нравственных ценностей и идеалов;
- в) создание человеком нового оригинального продукта в ходе профессиональной деятельности.

3. Профессиональное становление личности это -

- а) профессиональные знания и умения;
- б) накопление опыта практической деятельности, профессиональное совершенствование и приобретение мастерства;
- в) высокий уровень общей и технологической культуры;
- г) процесс формирования отношения к профессии.

4. Уровень мастерства, которого достиг человек на пути профессионального самосовершенствования называется:

- а) профессиональной обученностью;
- б) профессиональной компетентностью;
- в) профессиональной умелостью.

5. Выбор профессии человеком становится актуальным в период:

- а) юности;
- б) взрослости;
- в) зрелости.

6. Результатами профессионального становления являются:

- а) профессиональное самоопределение;
- б) профессиональное творчество;
- в) профессиональное мастерство;

г) построение жизненных планов.

7. Этап профессионального становления личности, влияющий на процесс формирования ее интересов, нравственных ценностей и идеалов называется:

- а) профессиональное мастерство;
- б) профессиональное творчество;
- в) профессиональная компетентность.

8. Становление профессионального мастерства не зависит от:

- а) качества выполняемой работы;
- б) опыта профессиональной деятельности;
- в) эффективности производства.

9. Процесс развития личности как субъекта профессиональной деятельности называется:

- а) профессиональным саморазвитием;
- б) профессиональным становлением;
- в) профессиональным самоопределением.

10. Результатом достижения высокого уровня профессиональной компетентности является:

- а) создание человеком нового оригинального продукта в ходе профессиональной деятельности;
- б) формирование личности, интересов, склонностей, нравственных ценностей и идеалов;
- в) свободное владение содержанием профессионального труда, глубокое знание своего дела.

Вопросы и задания для проверки сформированности компетенции

Дисциплина «Психология жизнестойкости»

Задания в открытой форме

1. Дайте определение понятию трудной жизненной ситуации
2. Перечислите факторы детерминантов поведения человека в трудной жизненной ситуации
3. Назовите психологические теории поведения человека в трудных жизненных ситуациях
4. Охарактеризуйте теорию жизнестойкости
5. Опишите необходимость изучения теории жизнестойкости
6. Охарактеризуйте психотехнологии развития жизнестойкости личности
7. Перечислите психотехнологии развития жизнестойкости личности
8. Опишите методику «Привычка жить»
9. Опишите программы развития жизнестойкости
10. Охарактеризуйте программу психологического сопровождения личности
11. Определите суть когнитивно-поведенческой терапии
12. Охарактеризуйте развитие смысловых жизненных ориентаций
13. Перечислите стратегии поведения человека в трудных жизненных ситуациях
14. Опишите когнитивные стратегии поведения человека в трудных жизненных ситуациях
15. Опишите социальные стратегии поведения человека в трудных жизненных ситуациях

Вопрос	Ответ
1. Дайте определение понятию трудной жизненной ситуации	Трудная жизненная ситуация определяется как обстоятельство или совокупность обстоятельств, которые ухудшают условия жизнедеятельности гражданина и последствия которых он не может преодолеть самостоятельно. Это определение закреплено в федеральном законодательстве и подчеркивает два ключевых аспекта: негативное влияние на условия жизни и невозможность самостоятельного преодоления ситуации
2. Перечислите факторы детерминантов поведения человека в трудной жизненной ситуации	Личностные. Социальные. Экономические. Культурные. Физические.
3. Назовите психологические теории поведения человека в трудных жизненных ситуациях	Теория кризисов. Когнитивная теория. Теория копинга (совпадения) Теория жизнестойкости
4. Охарактеризуйте теорию жизнестойкости	Теория жизнестойкости исследует способность человека справляться с жизненными трудностями и восстанавливаться после них. Она включает: Психологические защиты: Механизмы, которые помогают человеку сохранять психическое здоровье в условиях стресса. Адаптивные стратегии: Способы, позволяющие не только выжить в трудной ситуации, но и развиваться на ее основе.
5. Опишите необходимость изучения теории жизнестойкости	Теория жизнестойкости предлагает уникальный взгляд на поведение человека в трудных жизненных ситуациях и подчеркивает важность индивидуальных различий в восприятии и преодолении стрессов. Понимание этих теорий может помочь в разработке эффективных методов поддержки людей в сложных обстоятельствах.
6. Охарактеризуйте психотехнологии развития жизнестойкости личности	Психотехнологии развития жизнестойкости личности направлены на формирование и укрепление способности человека справляться с трудностями и стрессами.
7. Перечислите психотехнологии развития жизнестойкости личности	1. Методика «Привычка жить» 2. Когнитивно-поведенческая терапия 3. Программы развития жизнестойкости 4. Психологическое сопровождение 5. Развитие смысловых ориентаций
8. Опишите методику «Привычка жить»	Методика «Привычка жить» предлагает комплексный подход к поддержанию жизнестойкости через изменение привычек. Основные компоненты: Создание новых привычек.

	Перемены в окружении: Устранение токсичных отношений на период не менее трех месяцев для восстановления внутреннего баланса
9. Опишите программы развития жизнестойкости	Программы развития жизнестойкости разработанные С. Мадди и другими психологами, включают: Тренинги на развитие навыков контроля: Упражнения, направленные на развитие чувства контроля над своей жизнью. Формирование установок принятия риска: Поддержка готовности к принятию рисков и ответственности за свои решения.
10. Охарактеризуйте программу психологического сопровождения личности	Психологическое сопровождение включает: Поддержка в трудных ситуациях: Психологи помогают людям справляться с кризисами, используя различные техники, такие как активное слушание и эмпатия. Групповые тренинги: Создание безопасного пространства для обмена опытом и поддержки между участникам
11. Определите суть когнитивно-поведенческой терапии	Когнитивно-поведенческая терапия фокусируется на изменении негативных мыслительных паттернов и поведения: Идентификация и изменение негативных мыслей: Помогает людям осознать и изменить деструктивные убеждения о себе и мире. Стратегии совладания: Обучение активным методам решения проблем и управления стрессом, что способствует повышению жизнестойкости.
12. Охарактеризуйте развитие смысло-жизненных ориентаций	Формирование четких целей и смыслов в жизни: Определение личных ценностей: Помогает людям находить смысл в трудностях и строить стратегии преодоления. Установление целей: Четкие цели способствуют повышению мотивации и жизнестойкости.
13. Перечислите стратегии поведения человека в трудных жизненных ситуациях	1. Эмоционально-фокусированные стратегии. 2. Проблемно-фокусированные стратегии. 3. Защитные механизмы 4. Когнитивные стратегии 5. Социальные стратегии
14. Опишите когнитивные стратегии поведения человека в трудных жизненных ситуациях	Когнитивные подходы помогают изменить восприятие ситуации: Дистанцирование: Отделение себя от проблемы для уменьшения эмоционального напряжения и анализа ситуации с другой точки зрения. Позитивная переоценка: Сосредоточение на возможностях личностного роста и развития, которые могут возникнуть из трудной ситуации
15. Опишите социальные стратегии поведения человека в трудных жизненных ситуациях	Социальные стратегии акцентируют внимание на взаимодействии с окружающими: Установление и поддержание социальных контактов: Создание сети поддержки для обмена опытом и ресурсами в трудные времена.

	Идентификация с целями других людей: Поиск вдохновения и мотивации через поддержку других, что может помочь в преодолении собственных трудностей
--	--

Тестовые вопросы по дисциплине

Вопрос 1. В чем суть процесса виктимизации личности:

- А) человек ощущает себя униженным и отвергнутым обществом;
- В) человек воспринимает себя как жертву;**
- С) человек страдает от излишнего внимания к себе со стороны окружающих.

Вопрос 2. Студенческая среда является факторов виктимизации личности, в связи с тем, что:

- А) с возрастом учащихся, способами свободного времяпровождения, свободным общением, возможностью не работать;**
- В) с перегруженностью заданиями, необходимостью сдавать зачеты и экзамены, напряженными отношениями и возможными конфликтами с преподавателями;
- С) с отсутствием любимого человека, непониманием со стороны родителей, неприятием одноклассниками.

Вопрос 3. Концептуальные основы «гуманистического воспитания», повлиявшие на развитие образования лиц с ОВЗ и инвалидностью, были отражены в следующем философском течении:

- А) экзистенциализме;**
- В) постмодернизме;
- С) психоанализе.

Вопрос 4. Какому понятию для обозначения группы лиц с психофизическими отклонениями дано определение в Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации»:

- А) инвалид;
- В) лицо с умственными отклонениями;
- С) лицо с ограниченными возможностями здоровья.**

Вопрос 5. Какие термины, обозначающие лицо с психофизическими дефектами, можно отнести к социальной модели инвалидности:

- А) лицо с ОВЗ;**
- В) человек с особыми образовательными потребностями;**
- С) лицо с нарушением здоровья.

Вопрос 6: Основные понятия жизнестойкости

- А) Способность избегать стресса
- В) Способность адаптироваться и справляться с трудностями**
- С) Способность быть счастливым в любой ситуации
- Д) Способность контролировать других людей

Вопрос 7. Какой из следующих факторов не является компонентом жизнестойкости

- А) Вовлеченность
- В) Контроль
- С) Изоляция**

D) Принятие риска

Вопрос 8. Когнитивные аспекты жизнестойкости

- A) Игнорирование проблемы
- B) Позитивное восприятие трудной ситуации**
- C) Упрощение ситуации
- D) Сравнение себя с другими

Вопрос 9. Какой из следующих подходов помогает развивать жизнестойкость

- A) Пессимизм
- B) Оптимизм**
- C) Изоляция
- D) Негативное мышление

Вопрос 10. Что такое эмоциональная устойчивость

- A) Способность избегать эмоций
- B) Способность сохранять спокойствие в стрессовых ситуациях**
- C) Способность подавлять эмоции
- D) Способность быть эмоциональным

Вопрос 11. Какой из следующих методов помогает развивать эмоциональную устойчивость

- A) Медитация**
- B) Изоляция от других
- C) Негативное саморазмышление
- D) Игнорирование своих чувств

Вопрос 12. Почему социальная поддержка важна для жизнестойкости

- A) Она уменьшает стресс и помогает справляться с трудностями.**
- B) Она делает человека зависимым от других.
- C) Она не имеет значения для жизнестойкости.
- D) Она мешает развитию независимости.

Вопрос 13. Какой из следующих видов поддержки считается наиболее эффективным

- A) Эмоциональная поддержка
- B) Финансовая поддержка
- C) Информационная поддержка
- D) Все вышеперечисленное**

Вопрос 14. Копинг-стратегии

- A) Способы, которыми люди справляются со стрессом и трудностями.**
- B) Избегание проблем.
- C) Подавление эмоций.
- D) Негативное мышление.

Вопрос 15. Какой из следующих методов является активной копинг-стратегией

- A) Избегание проблемы
- B) Поиск информации о проблеме**
- C) Подавление эмоций
- D) Негативное саморазмышление

Вопрос 16. Почему принятие риска важно для жизнестойкости

- A) Оно позволяет избежать трудностей.

- В) Оно способствует личностному росту и развитию.**
 С) Оно всегда приводит к неудачам.
 D) Оно не имеет значения для жизнестойкости.

Вопрос 17. Какой из следующих примеров иллюстрирует принятие риска

- A) Отказ от новых возможностей из страха неудачи.
В) Попытка нового хобби, несмотря на страх перед неудачей.
 С) Избегание общения с новыми людьми.
 D) Оставление старой работы без плана на будущее.

Вопрос 18. Что подразумевает личностный рост в контексте жизнестойкости

- A) Устойчивость к изменениям
В) Способность учиться на ошибках и развиваться через трудности
 С) Отказ от изменений в жизни
 D) Игнорирование своих слабостей

Вопрос 19. Какой из следующих подходов способствует личностному росту

- A) Самокритика без конструктивной оценки
В) Открытость к новым опытам и обучению на ошибках
 С) Сравнение себя с другими людьми в негативном ключе
 D) Изоляция от окружающих

Вопрос 20. Какие факторы способствуют повышению жизнестойкости личности

- A) Социальная поддержка, оптимизм, активные копинг-стратегии**
 B). Изоляция, пессимизм, избегание проблем
 С). Негативное мышление, отсутствие целей
 D). Все вышеперечисленное

Методика оценки сформированности компетенции

Оценка сформированности компетенции проводится по 100 – бальной системе.

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Критерии оценивания сформированности компетенции (части компетенции)
ИУК-6.1. Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей. ИУК-6.2. Определяет приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста. ИУК-6.3. Демонстрирует готовность к построению профессиональной карьеры и определению стратегии профессионального развития на основе оценки требований рынка труда, предложений рынка образовательных услуг и с учетом личностных возможностей и предпочтений.	выполнение 70% и более оценочных средств по определению уровня достижения результатов обучения по дисциплине