

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Елизавета Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 09.04.2026 10:38:51
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da576c04e156c146b808094e



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Институт психотерапии и клинической психологии»

УТВЕРЖДАЮ
Ректор АНО ВО «Институт психотерапии
и клинической психологии»
_____/Гордеева Е.Г./
«25» февраля 2025 г.

Приказ от «25» февраля 2025 г. № 25/02/25-011-р

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ ТЕРАПИЯ ТРЕВОЖНЫХ РАССТРОЙСТВ

Направление подготовки	37.04.01 Психология
Направленность (профиль)	Когнитивно-поведенческая психотерапия в консультировании
Уровень высшего образования	Магистратура
Форма обучения	Очно-заочная

1. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенция	Индикаторы достижения компетенции	Знает	Умеет	Владеет
ПК-1 Способен оказывать психологическую помощь и консультационные психологические услуги населению и трудовым коллективам	ПК-1.1 Демонстрирует знания теоретических основ психологического консультирования, понимает этические и профессиональные нормы работы психолога-консультанта и разграничение областей компетентности психолога и смежных специалистов	знает основы когнитивно-поведенческой терапии (КПТ) при тревожных расстройствах	умеет анализировать проблемы клиента в рамках когнитивно-поведенческой терапии (КПТ)	владеет базовыми техниками когнитивно-поведенческой терапии (КПТ) для работы с тревожностью
	ПК-1.2 Анализирует психологические проблемы клиентов, планирует и оценивает результаты консультационной работы			
	ПК-1.3 Оказывает консультационную помощь в соответствии с программой, разработанной на основе современных методов психотерапии, выстраивает эффективную коммуникацию с клиентами и при необходимости перенаправляет их к другим специалистам			

2. Цель и задачи фонда оценочных средств

Целью ФОС является установление соответствия уровня подготовки обучающихся требованиям федерального государственного образовательного стандарта ФГОС ВО по ОПОП.

ФОС предназначен для решения задач контроля достижения целей реализации ОПОП ВО и обеспечения соответствия результатов обучения области, сфере, объектам профессиональной деятельности, области знаний и типам задач профессиональной деятельности.

3. Перечень оценочных средств, используемых для оценивания сформированности компетенций, критерии и шкалы оценивания в рамках изучения дисциплины

3.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации (с ключами ответов)

Семестр изучения дисциплины в соответствии с учебным планом	4 семестр
Форма промежуточной аттестации	Зачет с оценкой

Код и наименование проверяемой компетенции

ПК-1 Способен оказывать психологическую помощь и консультационные психологические услуги населению и трудовым коллективам

Задания для текущего контроля успеваемости с ключами ответов

Номер задания	Содержание вопроса	Правильный ответ	Компетенция																						
Задание закрытого типа на установление соответствия																									
1	<p><i>Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие</i></p> <p>Сопоставьте типы тревожных расстройств с их описаниями.</p> <table border="1" data-bbox="315 616 1438 930"> <thead> <tr> <th colspan="2">Тип тревожного расстройства</th> <th colspan="2">Описание</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>Паническое расстройство</td> <td style="text-align: center;">А</td> <td>Нападения сильной тревоги и страха без видимой причины</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td>Генерализованное тревожное расстройство</td> <td style="text-align: center;">Б</td> <td>Страх перед социальными ситуациями и оценкой другими</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td>Социальное тревожное расстройство</td> <td style="text-align: center;">В</td> <td>Постоянная тревога по поводу различных жизненных ситуаций</td> </tr> </tbody> </table> <p><i>Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:</i></p> <table border="1" data-bbox="320 1023 656 1139"> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">3</td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Тип тревожного расстройства		Описание		1	Паническое расстройство	А	Нападения сильной тревоги и страха без видимой причины	2	Генерализованное тревожное расстройство	Б	Страх перед социальными ситуациями и оценкой другими	3	Социальное тревожное расстройство	В	Постоянная тревога по поводу различных жизненных ситуаций	1	2	3				<p>Правильный ответ: 1-А 2-В 3-Б</p>	ПК-1
Тип тревожного расстройства		Описание																							
1	Паническое расстройство	А	Нападения сильной тревоги и страха без видимой причины																						
2	Генерализованное тревожное расстройство	Б	Страх перед социальными ситуациями и оценкой другими																						
3	Социальное тревожное расстройство	В	Постоянная тревога по поводу различных жизненных ситуаций																						
1	2	3																							
Задание закрытого типа на установление последовательности																									
2	<p><i>Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность</i></p> <p>Упорядочите этапы изменения негативных убеждений от первого к последнему:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Анализ и оспаривание негативных мыслей 2. Осознание глубинных убеждений 	<p>Правильный ответ: 4→2→1→3</p>	ПК-1																						

	<p>3. Формирование новых, позитивных убеждений 4. Выявление автоматических мыслей</p> <p><i>Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:</i></p> <table border="1" style="margin-left: 40px;"> <tr> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> </tr> </table>						
Задания комбинированного типа с выбором одного/нескольких вариантов верного ответа из предложенных и обоснованием выбора							
3	<p><i>Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ и напишите обоснование выбора</i></p> <p>Какое из следующих утверждений наиболее точно описывает связь между мыслями и эмоциями?</p> <p>А) Мысли влияют на эмоции, но не на поведение Б) Эмоции не зависят от мыслей В) Мысли влияют на эмоции и поведение Г) Эмоции всегда предшествуют мыслям</p> <p><i>Ответ:</i> <i>Обоснование:</i></p>	<p>Правильный ответ: В) Обоснование: Мысли формируют наши эмоциональные реакции и, следовательно, влияют на наше поведение</p>	ПК-1				
Задание открытого типа с развернутым ответом							
4	<p><i>Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ</i></p> <p>Каковы основные характеристики порочного круга тревоги?</p> <p><i>Ответ:</i></p>	<p>Правильный ответ: Основные характеристики порочного круга тревоги включают постоянное беспокойство, физические симптомы (например, учащенное сердцебиение) и избегающее поведение, что приводит к усилению тревожных мыслей и ощущений</p>	ПК-1				
Задания открытого типа с кратким ответом (вставить термин, словосочетание, дополнить предложенное)							
5	<p><i>Инструкция: прочитайте текст и напишите краткий ответ</i></p> <p>Порочный круг тревоги описывает _____, который приводит к усилению тревожности.</p> <p><i>Ответ:</i></p>	<p>Правильный ответ: «круг позитивной обратной связи»</p>	ПК-1				

Задания для промежуточной аттестации с ключами ответов

Номер задания	Содержание вопроса	Правильный ответ	Компетенция																						
Задание закрытого типа на установление соответствия																									
1	<p><i>Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие</i></p> <p>Сопоставьте шаги работы с тревожностью с их описаниями.</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin: 10px 0;"> <thead> <tr> <th colspan="2" style="text-align: center;">Шаги</th> <th colspan="2" style="text-align: center;">Описание</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>Работа с автоматическими мыслями</td> <td style="text-align: center;">А</td> <td>Поиск фактов, подтверждающих или опровергающих страхи</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td>Сбор доказательств</td> <td style="text-align: center;">Б</td> <td>Оценка реальности страха и его последствий</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td>Декастрофизация страха</td> <td style="text-align: center;">В</td> <td>Выявление и изменение негативных мыслей</td> </tr> </tbody> </table> <p><i>Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:</i></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin: 10px 0;"> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">3</td> </tr> <tr> <td style="height: 30px;"></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Шаги		Описание		1	Работа с автоматическими мыслями	А	Поиск фактов, подтверждающих или опровергающих страхи	2	Сбор доказательств	Б	Оценка реальности страха и его последствий	3	Декастрофизация страха	В	Выявление и изменение негативных мыслей	1	2	3				<p>Правильный ответ: 1-В 2-А 3-Б</p>	ПК-1
Шаги		Описание																							
1	Работа с автоматическими мыслями	А	Поиск фактов, подтверждающих или опровергающих страхи																						
2	Сбор доказательств	Б	Оценка реальности страха и его последствий																						
3	Декастрофизация страха	В	Выявление и изменение негативных мыслей																						
1	2	3																							
Задание закрытого типа на установление последовательности																									
2	<p><i>Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность</i></p> <p>Упорядочите этапы работы с триггерами беспокойства от первого к последнему:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Разработка стратегий управления реакциями 2. Применение стратегий в реальных ситуациях 3. Выявление триггеров 4. Осознание своих реакций на триггеры <p><i>Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:</i></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin: 10px 0;"> <tbody> <tr> <td style="width: 25px; height: 25px;"></td> <td style="width: 25px; height: 25px;"></td> <td style="width: 25px; height: 25px;"></td> <td style="width: 25px; height: 25px;"></td> </tr> </tbody> </table>					<p>Правильный ответ: 3→4→1→2</p>	ПК-1																		

Задания комбинированного типа с выбором одного/нескольких вариантов верного ответа из предложенных и обоснованием выбора			
3	<p>Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы и напишите обоснование выбора</p> <p>Какие из следующих техник могут помочь в декатастрофизации страха?</p> <p>А) Практика медитации Б) Оценка вероятности В) Анализ реальных последствий Г) Ведение дневника эмоций</p> <p>Ответ: Обоснование:</p>	<p>Правильный ответ: Б); В) Обоснование: Эти техники помогают объективно оценить страхи и уменьшить их влияние на эмоции</p>	ПК-1
Задание открытого типа с развернутым ответом			
4	<p>Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ</p> <p>Каковы основные отличия между страхом и тревогой?</p> <p>Ответ:</p>	<p>Правильный ответ: Страх - это реакция на конкретную угрозу, в то время как тревога представляет собой более общее и неопределенное состояние беспокойства о будущем, часто без явного источника</p>	ПК-1
Задания открытого типа с кратким ответом (вставить термин, словосочетание, дополнить предложенное)			
5	<p>Инструкция: прочитайте текст и напишите краткий ответ</p> <p>В когнитивной терапии важным шагом является _____, которая помогает клиенту переосмыслить свои страхи.</p> <p>Ответ:</p>	<p>Правильный ответ: декатастрофизация страха</p>	ПК-1

3.2. Критерии и шкала оценивания

Процедура проведения текущего контроля по дисциплине

Оценка успеваемости обучающихся в процессе занятий осуществляется в соответствии с локальным актом Института, который регулирует порядок проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, а также организацию учебного процесса.

Процедура проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Форма проведения промежуточной аттестации по дисциплине: **зачет с оценкой**

Ответ оценивается по 5 балльной системе – **«зачтено» (отлично)/«зачтено» (хорошо)/«зачтено» (удовлетворительно)/«не зачтено» (неудовлетворительно)**

Результат обучения по дисциплине считается достигнутым при получении обучающимся оценки «зачтено» (отлично), «зачтено» (хорошо), «зачтено» (удовлетворительно) по каждому из контрольных мероприятий, относящихся к данному результату обучения.

Критерии итоговой оценки результатов освоения дисциплины

Оценка	Уровень достижения компетенции	Критерии оценки образовательного результата
зачтено/отлично	Высокий (продвинутый)	Демонстрируется системное владение содержанием дисциплины: свободное оперирование понятиями, выявление существенных признаков и причинно-следственных связей. Ответ логически структурирован, отражает взаимосвязь теорий с практическими аспектами профессиональной деятельности. Применение знаний в нестандартных ситуациях подтверждает глубокое освоение программного материала.
зачтено/хорошо	Хороший (базовый)	Представлено полное освоение программного материала: раскрытие ключевых положений дисциплины с опорой на научные концепции. Ответ отражает понимание основных закономерностей, но содержит незначительные неточности в деталях. Умение применять знания в типовых ситуациях соответствует базовому уровню компетенции.
зачтено/удовлетворительно	Достаточный (минимальный)	Продемонстрировано освоение базовых положений дисциплины: воспроизведение основных понятий и теорий с допустимыми упрощениями. Ответ отражает общее понимание материала, но содержит фрагментарность в изложении. Применение знаний ограничено стандартными задачами с внешней поддержкой.
не зачтено/неудовлетворительно	Недостаточный (ниже минимального)	Выявлено неосвоение фундаментальных положений дисциплины: существенные ошибки в определении понятий, нарушение логики изложения. Отсутствует способность к анализу причинно-следственных связей или решению элементарных задач. Результаты не соответствуют минимальным требованиям программы.

Промежуточный контроль знаний может проводиться в форме компьютерного тестирования. Обучающемуся отводится для подготовки ответа на один вопрос открытого и закрытого типа не менее 5 минут.

Итоговая оценка при проведении **зачета с оценкой** выставляется с использованием следующей шкалы.

Оценка	Правильно решенные тестовые задания (%)
зачтено/отлично	90-100
зачтено/хорошо	70-89
зачтено/удовлетворительно	60-69
не зачтено/неудовлетворительно	0-59