

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)

Институт педагогики и психологии  
Кафедра психологии



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор

Института педагогики и психологии

М.В. Рудь

«27» февраля 2026 г.

Приложение к рабочей программе учебной дисциплины

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации  
обучающихся по дисциплине

**Психология эмоций**

По направлению подготовки – 37.03.01 Психология

Профиль подготовки – Психология личности

Квалификация выпускника – бакалавр

Форма обучения – очная

Курс: 1 (2 семестр)

Заведующий кафедрой психологии

Т.В.Балицкая-Крещенко

«19» февраля 2026 г.

Луганск, 2026

# 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

## 1.1. Область применения

Фонд оценочных средств (ФОС) – неотъемлемая часть рабочей программы дисциплины «Психология эмоций» и предназначен для контроля и оценки образовательных достижений студентов, освоивших программу дисциплины.

## 1.2. Цели и задачи фонда оценочных средств

Цель ФОС – установить соответствие уровня подготовки обучающегося требованиям ФГОС ВО бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология (профиль подготовки Психология личности), утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. № 839, приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 26 ноября 2020 г. № 1456 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования».

## 1.3. Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения образовательной программы

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций и индикаторов их достижения:

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения
ПК – 1. Постановка и решение профессиональных задач в области научно-исследовательской и практической деятельности	ИПК – 1.1. Знает основы теории и методологии психологической науки, планирования и организации психологических исследований. ИПК – 1.2. Умеет разрабатывать стратегию психологического исследования, его организации и проведения. ИПК – 1.3. Владеет навыками процедур, диагностики и методов интерпретации и представления результатов психологических исследований.
ПК–8. Коррекционно-развивающая работа с детьми и обучающимися, в том числе работа по восстановлению и реабилитации	ИПК – 8.1. Знает современные теории, направления и практики по реабилитации и реадaptации обучающихся/клиентов с проблемами личностного, психофизического развития и социальной адаптации ИПК – 8.2. Умеет оценивать уровень и отклонения от нормального хода психического развития обучающихся на различных уровнях образования в образовательных организациях ИПК – 8.3. Владеет навыками применения методов психологической коррекции психических особенностей личности (в зависимости от возраста, пола, особых образовательных потребностей, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, а также личности, находящейся в трудной жизненной ситуации)

#### 1.4. Этапы формирования компетенций и средства оценивания уровня их сформированности

Этапы формирования компетенций	Компетенции	Контрольно-оценочные средства / способ оценивания
Тема 1. Эмоциональная сфера, её структура и составляющие.	К-1	Тестовые задания
Тема 2. Теории эмоций и классификации эмоций.	ПК-1	Письменное домашнее задание (творческое задание)
Тема 3. Эмоциональные свойства личности.	ПК-1; ПК-8	Письменное домашнее задание (творческое задание)
Тема 4. Эмоциональное поведение.	ПК-1; ПК-8	Тестовые задания
Тема 5. Возрастные и половые особенности эмоциональной сферы личности.	ПК-1; ПК-8	Тестовые задания
Тема 6. Эмоциональное благополучие и нарушения эмоциональной сферы.	ПК-1; ПК-8	Письменное домашнее задание (творческое задание)
Тема 7. Проявления эмоционального развития личности.	ПК-1; ПК-8	Тестовые задания
Тема 8. Психологическая диагностика эмоциональной сферы личности.	ПК-1; ПК-8	Письменное домашнее задание (творческое задание)
Промежуточная аттестация	ПК-1; ПК-8	Зачёт (тестирование)

#### 1.5. Описание показателей формирования компетенций

Код компетенции	Результаты сформированности
<b>ПК-1</b> Постановка и решение профессиональных задач в области научно-исследовательской и практической деятельности.	Знает: теоретические основы возникновения и протекания эмоционального реагирования, структуру и составляющие компоненты эмоциональной сферы человека, её функции и роль в жизни человека, развитие эмоциональной сферы человека и её проявления в зависимости от возрастных этапов в норме и патологии, эмоциональные свойства и способности личности. Умеет: применять знания о структуре и составляющих компонентах эмоциональной сферы человека для повышения эффективности практической профессиональной деятельности психолога, анализировать мотивы и причины эмоционального реагирования, подбирать адекватные профессиональным задачам и обстоятельствам психодиагностические методы и методики. Владеет навыками: управления, регуляции и переработки как собственных эмоций и эмоциональных состояний, так и других людей.
<b>ПК-8</b> Коррекционно-развивающая работа с детьми и обучающимися, в том числе работа по	Знает: теоретические основы возникновения и протекания эмоционального реагирования, развитие эмоциональной сферы человека и её проявления в зависимости от возрастных этапов в норме и патологии. Умеет: применять знания о структуре и составляющих компонентах эмоциональной сферы человека для повышения эффективности практической профессиональной деятельности

восстановлению и реабилитации.	<p>психолога, идентифицировать и дифференцировать эмоциональные свойства и состояния, определять эмоции и эмоциональные состояния других людей, подбирать адекватные профессиональным задачам и обстоятельствам психодиагностические методы и методики.</p> <p>Владеет навыками: управления, регуляции и переработки как собственных эмоций и эмоциональных состояний, так и других людей, профилактики неблагоприятных психо-эмоциональных состояний, предупреждения эмоционального выгорания.</p>
--------------------------------	---

## 1.6. Критерии оценивания компетенций на разных этапах их формирования

Вид текущей учебной работы	Количество баллов	
	ОФО	ОЗФО
выполнение письменных домашних заданий	50	50
зачёт	50	50
Итого за семестр:	100	100

### Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбалльная система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	90–100	<b>А – отлично</b> – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	Зачтено
Хорошо	83–89	<b>В – очень хорошо</b> – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	75–82	<b>С – хорошо</b> – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетво-	63–74	<b>D – удовлетворительно</b> – теоретическое	

рительно		содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	
Удовлетворительно	<b>50–62</b>	<b>Е – посредственно</b> – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	
Неудовлетворительно	<b>21–49</b>	<b>FX – неудовлетворительно</b> – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий	Не зачтено
Неудовлетворительно	<b>0–20</b>	<b>F – неудовлетворительно</b> – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий	

## 2. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

### 2.1. Оценочные средства текущего контроля ( типовые)

#### Письменные домашние задания:

**Задание 1.** Изучите учебно-методические материалы о происхождении и объяснении феномена эмоций. Составьте схемы или таблицы на каждую теорию происхождения эмоций человека. Ознакомьтесь с критическими замечаниями к теориям, зафиксируйте их под соответствующей схемой или таблицей.

Эволюционная теория происхождения эмоций Чарльза Дарвина

«Ассоциативная» теория В. Вундта

Психоаналитическая концепция эмоций

Структурная теория эмоций Джеймса Пейпеца

Периферическая теория Джемса-Ланге

Таламическая теория эмоций Кеннона-Барда  
Активационная теория Линдсея-Хебба  
Теория активации эмоций (М.В. Arnold, G. Lindsey)  
Сосудистая теория выражения эмоций И. Уэйнбаума и ее модификация  
Двухфакторная теория эмоций Стенли Шехтера  
Познавательная теория эмоций М. Арнольд - Р. Лазаруса  
Биологическая теория эмоций Петра Кузьмича Анохина  
Фрустрационные теории эмоций (Дж. Дьюи, Э. Клапареда, Л. Фестингера)  
Потребностно-информационная теория эмоций П.В.Симонова.  
Теория дифференциальных эмоций К. Изарда  
Трёхмерная теория эмоций Р.Плутчика  
Представлений об эмоциях в отечественной науке (С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев)

**Задание 2. Творческое задание.** Проанализируйте особенности эмоционально-чувственной сферы личности в соответствии с некоторыми типологиями или классификациями личности (на выбор: тип темперамента, психотипы по К.Юнгу, типология А.П. Егидеса, А.Е. Личко и т.д.). Зафиксируйте эти особенности в таблице, предложите направления по гармонизации эмоциональной сферы рассматриваемых типов личности.

**Задание 3.** Выбрать 3-4 однонаправленных методик диагностики эмоциональной сферы личности (например, эмоциональность или агрессивность, или эмоциональный интеллект...и т.д. - на Ваш выбор), пройти их. Сделать сравнительный анализ методик: в чём плюсы, в чём минусы; целесообразность использования методик, аргументируйте.

### **Вопросы для подготовки к зачёту:**

1. Эмоциональное реагирование.
2. Общая характеристика и классификация эмоциональных явлений.
3. Уровни эмоционального реагирования по С. Л. Рубинштейну.
4. Уровневая система базовой аффективной регуляции К.С. Лебединской — О.С. Никольской.
5. Физиологический компонент эмоционального реагирования.
6. Импрессивный компонент эмоционального реагирования.
7. Экспрессивный компонент эмоционального реагирования.
8. Подходы к определению понятия «переживание».
9. Мимические средства эмоциональной экспрессии.
10. Просодика и экстралингвистика, как характеристики экспрессивного компонента эмоционального реагирования.
11. Стереотипы экспрессии.
12. Особенности вербального описания переживаемых эмоций.
13. Виды эмоционального реагирования.
14. Эмоциональный тон ощущений.
15. Эмоциональный тон впечатлений.

16. Эмоциональные состояния (эмоции).
17. Основные характеристики эмоций.
18. Основные функции эмоций.
19. Аффект.
20. Настроение.
21. Страсть.
22. Классификации эмоций.
23. Теория эмоциональной направленности личности по Б.И. Додонову.
24. Эволюционная теория происхождения эмоций Чарльза Дарвина.
25. «Ассоциативная» теория В. Вундта.
26. Психоаналитическая концепция эмоций.
27. Структурная теория эмоций Джеймса Пейпеца.
28. Периферическая теория Джемса-Ланге.
29. Таламическая теория эмоций Кеннона-Барда.
30. Активационная теория Линдсея-Хебба.
31. Теория активации эмоций (М.В. Arnold, G. Lindsey)
32. Сосудистая теория выражения эмоций И. Уэйнбаума и ее модификация.
33. Двухфакторная теория эмоций Стенли Шехтера.
34. Познавательная теория эмоций М. Арнольд - Р. Лазаруса.
35. Биологическая теория эмоций П.К. Анохина.
36. Фрустрационные теории эмоций (Дж. Дьюи, Э. Клапареда, Л. Фестингера).
37. Потребностно-информационная теория эмоций П.В.Симонова.
38. Теория дифференциальных эмоций К. Изарда
39. Трёхмерная теория эмоций Р.Плутчика
40. Представлений об эмоциях в отечественной науке (С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев)
41. Эмоциональные устойчивые отношения (чувства).
42. Отличительные особенности чувств.
43. Чувство как эмоциональная установка.
44. Классификация чувств.
45. Эмоциональные свойства личности.
46. Эмоциональная возбудимость
47. Эмоциональная глубина
48. Эмоциональная ригидность — лабильность
49. Экспрессивность
50. Эмоциональность как интегральное свойство человека
51. Эмоциональные типы.
52. Общие тенденции изменений эмоциональной сферы в онтогенезе
53. Эмоциональный интеллект.
54. Эмоциональная компетентность.
55. Эмоциональная культура.
56. Эмоциональная зрелость.
57. Эмоциональное поведение: структура, факторы.
58. Стереотипы эмоционального поведения.

59. Синдром «эмоционального выгорания».
60. Эмоциональные инграммы.
61. Виды эмоционального поведения.
62. Эмоциональное здоровье и эмоциональное благополучие.
63. Алекситимия.
64. Многофакторная модель эмоциональных расстройств А.Б. Холмогоровой - Н.Г. Гаранян.
65. Эмоционально обусловленные патологические изменения психического и физического здоровья.
66. Регуляция и управление эмоциями.
67. Методики изучения особенностей эмоционального профиля личности (эмпатия, эмоциональность, доминирующая эмоциональная модальность).
68. Методики диагностики общего эмоционального состояния, депрессий, неврозов, стресса.
69. Методики диагностики агрессивности и тревожности.
70. Методики диагностики эмоционального интеллекта и эмоциональной зрелости личности.

## **2.2. Оценочные средства для промежуточной аттестации (зачёт в форме тестирования)**

1. О каком виде эмоционального реагирования по Е.П. Ильину говорится в цитате: *«...рефлекторная адаптивная психофизиологическая реакция, связанная с проявлением субъективного пристрастного отношения (в виде переживания) к значимой ситуации и ее исходу (событию) и способствующая организации и обеспечению целесообразного с точки зрения целостности и сохранности организма поведения человека и животного».*

**а) аффект    б) эмоции    в) настроения**

2. По Л.М. Веккеру *«...непосредственное отражение самим субъектом своих собственных состояний, а не отражение свойств и соотношений внешних эмоциогенных объектов»*, по Е.П. Ильину *«...связано с сознанием и является отражением в сознании ощущений, впечатлений...»* - это \_\_\_\_\_

3. Наибольшей способностью выражать различные эмоциональные оттенки обладают:

**а) лицо человека    б) ноги    в) речь    г) эмоциональные действия**

4. В чём выражается суть феномена алекситимии \_\_\_\_\_

5. Эмоциональный тон впечатлений носит

- а) биологизированный характер**
- б) социализированный характер**

6. Назовите автора теории о восьми первичных эмоциях, связанных с основными адаптивными биологическими процессами: принятие, отвлечение, гнев, страх, радость, горе, испуг, ожидание или любопытство.

а) К.Изард      б) Р.Плутчик      в) П. В. Симонов

7. Какие из перечисленных особенностей эмоций характеризуют фундаментальные эмоции по К.Изарду

а) наличие специфического нервного субстрата	б) сопровождаются отчетливым и специфическим переживанием, осознаваемым человеком	в) служат первоначально единственным источником для ответной реакции организма в направлении к внешнему миру	г) возникают после события связанного с достижением - не достижением успеха
--	---	--	---

8. Эмоции, активизирующие жизнедеятельность организма, побуждающие к действию

- а) мобилизационные
- б) стенические
- в) осознаваемые

9. Эмоциональные акции отличаются от эмоциональных реакций.....

10. К какому классу (по Н.И. Козлову) относятся осознанные либо привычные реакции человека на окружающий мир, которые когда-либо были освоены для решения тех или иных жизненных задач, в которых есть реальная или условная выгода:

- а) оперативные
- б) реактивные

11. Устойчивое эмоциональное отношение, которое носит отчетливо выраженный «предметный» (объектный) характер – это:

- а) переживание    б) чувство    в) эмоциональный тон ощущений

12. Соотнесите предложенные признаки с характеристиками эмоций и чувств

I Эмоции	II Чувства

- Возникли в процессе эволюции: а) раньше; б) позже.
- Присущи: в) животным и человеку; г) в основном человеку.
- Привязаны: д) к объектам; е) к ситуациям и событиям.
- ж) ситуативны и кратковременны; з) устойчивы и длительны.

- **и)** имеющие стабильную мотивационную значимость; **к)** имеющие значение «здесь и сейчас».

13. К устойчивым эмоциональным состояниям традиционно относят:

- а) настроения      б) страсть      в) аффект      г) чувства**

14. Фрустрационное поведение по С. Розенцвейгу может выражаться в трех видах:

- а)** экстрапунитивном, интрапунитивном и импунитивном;  
**б)** конструктивном, псевдоконструктивном и деструктивном;  
**в)** резонирование, отстраненность и диссонирование.

15. К эмоциональному относят стиль совладающего поведения:

- а) проблемно-ориентированный**  
**б) субъектно-ориентированный**

16. Какие механизмы психологической защиты личности могут являться основой эмоционального поведения:

- а) Вытеснение
- б) Подавление
- в) Отрицание
- г) Рационализация
- д) Интеллектуализация
- е) Изоляция
- ж) Реактивное образование
- з) Смещение
- и) Проекция
- к) Идентификация
- л) Реализации в действии
- м) Регрессия
- н) Уход в фантазии
- о) Уход в болезнь
- п) Обесценивание

17. К эмоциональным свойствам личности относятся:

- а) Эмоциональная возбудимость
- б) Эмоциональная установка
- в) Эмоциональная устойчивость
- г) Эмоциональная лабильность
- д) Экспрессия
- е) Эмпатия

18. Развитие эмоциональной сферы личности в онтогенезе заключается в:

- а) усложнении эмоционального реагирования;
- б) расширении круга эмоциогенных стимулов

- а) дифференциации и осознанности эмоционального реагирования
  - б) увеличение произвольности и активности эмоциональных явлений
19. Понятие «эмоциональный интеллект» по содержанию ближе к определению:
- а) эмоциональной компетентности;
  - б) эмоциональной культуры;
  - в) эмоциональной зрелости личности

20. Какая психодиагностическая методика исследует эмоциональные черты личности:

- а) Опросник К. Леонгарда-Г.Шмишека
- б) СМИЛ
- в) Фрайбургский опросник FPI
- г) Методика 16 PF Р. Кеттелла

21. Назовите три компонента эмоционального реагирования:

- а) \_\_\_\_\_
- б) \_\_\_\_\_
- в) \_\_\_\_\_

22. Настроение – это:

- а) самочувствие, жизненный тонус;
- б) особый вид эмоционального реагирования;
- в) эмоциональный фон (континуум)

23. Устойчивое эмоциональное отношение – это:

- а) **настроение**
- б) **эмоция**
- в) **чувство**

24. Какие функции выполняет экспрессия:

- а) \_\_\_\_\_
- б) \_\_\_\_\_
- в) \_\_\_\_\_

25. Какой стереотип эмоционального поведения способствует достижению физического и психологического комфорта:

- а) функциональный
- б) дисфункциональный

26. Соотнесите предложенные признаки с эмоциями и эмоциональным тоном:

I Эмоции	II Эмоциональный тон

- 1) адаптивная *реакция* на ситуацию,
- 2) оказывает мобилизационное воздействие,
- 3) *механизм закрепления положительного и отрицательного опыта*,
- 4) реакция на конкретный раздражитель,
- 5) возникает чаще всего в связи с потребностью и её удовлетворением,
- 6) переживание специфично в соответствии с ситуацией,
- 7) возникает без потребности,
- 8) не оказывает

мобилизационного воздействия, 9) переживание неспецифично/ одинаково при различных ситуациях.

27. Соотнесите предложенные примеры эмоциональных реакций/стереотипов/установок с видами (критериями) эмоционального поведения:

<b>I</b> «Ритуальное» или условно- специфическое	<b>II</b> Аутентичное, т.е.«естественное»	<b>III</b> Сознательный способ реагирования на проблему (осознаваемая деятельность - копинги)	<b>IV</b> Вербальное
--	---	--	-------------------------

1. отказ от различных социальных ролей, шаблонов
2. горевание / скорбь
3. самообвинение
4. мобилизующее поведение
5. предпочтительное истолкование
6. самоконтроль
7. осознание относительности социальных норм
8. возможность проявления любых, даже негативных эмоций
9. предбрачное ухаживание
- 10.успокаивающее поведение