ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ
ПЕРСОНАЛОМ»
Навчально-науковий інститут психології та соціальних наук

Кафедра психології

ВПЛИВ ПСИХОЛОГІЧНИХ ТРЕНІНГІВ НА РОЗВИТОК ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ У СТУДЕНТІВ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
на здобуття освітнього ступеня
БАКАЛАВР

за спеціальністю 053 Психологія

ІВАНЕНКО АРІНИ ЄВГЕНІВНИ

Кваліфікаційна робота
допущена до захисту
Зав. кафедри_____
«» січня 2026 р.

Науковий керівник:
Федосова Л.О., доцент

КИЇВ – 2026

Реєстрація

номер	дата, підпис лаборанта кафедри

Рекомендовано до захисту

Л.О. Федосова

підпис наукового керівника	ініціали, прізвище наукового керівника

Результат захисту

оцінка	дата захисту

Голова ЕК

Н.В. Волинець

підпис	ініціали, прізвище

Члени ЕК

С.А. Палій

підпис	ініціали, прізвище

В.Б. Синякова

підпис	ініціали, прізвище

О.Л. Туриніна

підпис	ініціали, прізвище

Секретар ЕК

Д.В. Бур’ян

підпис	ініціали, прізвище

ЗМІСТ

_Toc230386015 ВСТУП 4

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ТРЕНІНГІВ ЯК ІНСТРУМЕНТУ РОЗВИТКУ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ 8

1.1. Сучасні наукові підходи до визначення сутності лідерства та його ролі в особистісному розвитку студента 8

1.2. Психологічний тренінг як форма активного соціально-психологічного навчання: сутність, структура та основні функції 14

1.3. Психолого-педагогічні особливості формування лідерських якостей у студентському середовищі 19

Висновки до розділу 1 23

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ПРОВЕДЕННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ПСИХОЛОГІЧНИХ ТРЕНІНГІВ НА ФОРМУВАННЯ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ 24

2.1. Методологічні основи та дизайн емпіричного дослідження лідерських якостей студентів 24

2.2. Первинна діагностика рівня розвитку лідерських якостей у студентів до участі в тренінговій програмі 29

2.3. Зміст і структура психологічного тренінгу, спрямованого на розвиток лідерського потенціалу студентів 34

Висновки до розділу 2 39

РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ У РОЗВИТКУ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ 41

3.1. Динаміка змін лідерських якостей студентів у процесі участі у тренінговій програмі 41

3.2. Оцінка ефективності тренінгового впливу на розвиток лідерських компетентностей 44

3.3. Практичні рекомендації щодо впровадження психологічних тренінгів у систему підготовки студентів-лідерів 47

Висновки до розділу 3 50

ВИСНОВКИ 52

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 55

ВСТУП

Актуальність теми. У сучасних умовах розвитку вищої освіти особливого значення набуває формування у студентської молоді лідерських якостей, необхідних для успішної професійної та соціальної самореалізації. Сучасний ринок праці вимагає високого рівня фахових знань, здатності приймати рішення, працювати в команді, брати відповідальність та ефективно комунікувати. У зв'язку зі стрімкими суспільними змінами роботодавці дедалі частіше звертають увагу на рівень ініціативності, самостійності, емоційної стійкості та організаторських умінь молодих фахівців. Через посилення конкуренції у професійному середовищі студентська молодь потребує розвитку навичок міжособистісної взаємодії, гнучкого мислення та вміння швидко адаптуватися до нових умов діяльності.

Особливо актуальним розвиток лідерських якостей постає у період навчання у закладі вищої освіти, оскільки студентський вік пов'язаний з активним формуванням світогляду, професійної ідентичності та моделей соціальної поведінки. Саме у студентському середовищі відбувається становлення відповідальності, здатності до самоорганізації та готовності до прийняття самостійних рішень. Через активну участь у навчальній, громадській та волонтерській діяльності молодь набуває досвіду взаємодії з іншими людьми, вчиться відстоювати власну позицію та організовувати спільну діяльність.

Особливу роль у розвитку лідерського потенціалу відіграють психологічні тренінги. Подібна форма роботи створює умови для активного засвоєння соціально-психологічних навичок, розвитку комунікативної компетентності, емоційної врівноваженості та впевненості у власних силах. Через практичні вправи, рольові ігри, дискусії та групову взаємодію студенти отримують можливість аналізувати власну поведінку, розвивати навички ефективного спілкування та вдосконалювати способи розв'язання конфліктних ситуацій.

Додаткової актуальності проблема розвитку лідерських якостей набуває в умовах соціальної нестабільності, емоційного напруження та тривалого психологічного навантаження, які впливають на молодь. У подібних умовах психологічні тренінги сприяють підтримці емоційної стійкості, розвитку навичок саморегуляції та формуванню активної життєвої позиції. Через тренінгову діяльність студенти навчаються конструктивно взаємодіяти у колективі, долати внутрішню невпевненість і ефективніше реалізовувати власний потенціал.

На думку багатьох дослідників, формування лідерських якостей студентської молоді розглядається як багатокомпонентний процес, що охоплює соціальні, психологічні та освітні умови розвитку особистості. І. Олійник, В. Грушка, О. Радченко підкреслюють значення соціально-психологічного тренінгу як засобу активізації лідерського потенціалу. Ю. П. Данчук розглядає тренінг як систему групової взаємодії, спрямовану на розвиток соціальної компетентності. М. В. Гриньова трактує лідерські якості як інтегративне утворення особистості.

О. О. Слюсаренко разом із Р. Бальцежиком, Я. Матераком та О. Голубником пов’язує лідерство з комунікативною активністю та соціальною взаємодією. Є. А. Зеленов і В. І. Ковальова наголошують на значенні тренінгових форм навчання для розвитку організаторських умінь. А. Р. Жукова та С. М. Стрельбицька підкреслюють роль коучингових технологій у формуванні лідерських компетентностей.

Одні автори акцентують групові тренінгові методи, інші, зокрема О. О. Нежинська, Л. С. Чернякова, О. Гришко та А. Палій, наголошують на індивідуальному розвитку через коучинг. В. Тесленко та Н. А. Штанько підкреслюють значення практичного досвіду студентів.

Об’єкт дослідження – процес формування лідерських якостей у студентської молоді.

Предмет дослідження – вплив психологічних тренінгів на розвиток лідерських якостей у студентів.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному вивченні впливу психологічних тренінгів на розвиток лідерських якостей студентів.

Для досягнення поставленої мети визначено такі завдання:

- проаналізувати наукову літературу з проблеми лідерства та психологічних тренінгів;
- розкрити сутність і структуру лідерських якостей та охарактеризувати психологічний тренінг як метод розвитку особистості;
- розробити та провести емпіричне дослідження;
- проаналізувати отримані результати та визначити ефективність тренінгового впливу;
- сформулювати практичні рекомендації щодо розвитку лідерських якостей студентів.

Методи дослідження включають теоретичні методи (аналіз, синтез, узагальнення наукових джерел), емпіричні методи (тестування, анкетування, спостереження), а також методи математичної статистики для обробки отриманих даних.

Базою емпіричного дослідження виступив Центр психологічного консультування та психокорекції МАУП, на базі якого здійснювалося вивчення особливостей впливу психологічних тренінгів на розвиток лідерських якостей студентської молоді. У дослідженні взяли участь 30 студентів закладу вищої освіти віком від 18 до 22 років, які добровільно погодилися брати участь у тренінговій програмі.

З метою комплексного вивчення рівня сформованості лідерських якостей студентів було використано систему психодіагностичних методик. Для визначення рівня розвитку лідерських здібностей застосовано методику діагностики лідерських здібностей Є. Жарікова та Є. Крушельницького. Для оцінки комунікативних та організаторських схильностей використано методику КОС (В. Синявський, Б. Федоришин). Рівень самооцінки досліджувався за методикою С. Будассі, а особливості комунікативної

активності визначалися за допомогою методики оцінки рівня комунікабельності В. Ряховського.

Інформаційною базою дослідження стали наукові праці вітчизняних і зарубіжних психологів і педагогів, матеріали періодичних видань, навчальні посібники, а також результати власного емпіричного дослідження.

Практичне значення одержаних результатів полягає у можливості використання розробленої тренінгової програми для розвитку лідерських якостей студентів у закладах вищої освіти, а також у діяльності практичних психологів та викладачів.

Структура та обсяг роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи становить 57 сторінок друкованого тексту.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ТРЕНІНГІВ ЯК ІНСТРУМЕНТУ РОЗВИТКУ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

1.1. Сучасні наукові підходи до визначення сутності лідерства та його ролі в особистісному розвитку студента

У сучасному суспільстві, яке характеризується стрімкими соціально-економічними трансформаціями, високою динамікою розвитку технологій, посиленням конкуренції та зростанням вимог до професійної компетентності фахівців, проблема формування та розвитку лідерських якостей набуває особливої значущості. Сьогодні ефективність діяльності особистості у професійній сфері значною мірою залежить не лише від рівня її теоретичних знань і практичних умінь, а й від наявності розвинених лідерських компетенцій, які забезпечують здатність організовувати діяльність інших, приймати обґрунтовані рішення, брати на себе відповідальність та ефективно взаємодіяти в команді .

У цьому контексті особливої уваги заслуговують сучасні технології розвитку особистості, серед яких важливе місце посідають коучинг і тренінгові методики. Вони розглядаються як ефективні інструменти цілеспрямованого розвитку потенціалу людини, що дозволяють активізувати внутрішні ресурси особистості, підвищити рівень самосвідомості, сформувати навички саморегуляції, емоційного інтелекту та стратегічного мислення. Завдяки використанню коучингового підходу та тренінгових технологій створюються умови для глибшого усвідомлення власних цілей, розвитку відповідальності за результати діяльності, а також удосконалення комунікативних і організаційних здібностей, що є невід’ємними складовими лідерського потенціалу [7].

Водночас слід зазначити, що, незважаючи на значну кількість наукових досліджень у сфері лідерства та особистісного розвитку, питання інтеграції коучингу і тренінгових технологій у процес формування лідерських якостей залишається недостатньо опрацьованим. Існуючі науково-методичні підходи не завжди повною мірою враховують специфіку їх комплексного застосування, що зумовлює необхідність подальшого теоретичного обґрунтування та емпіричного вивчення ефективності таких методів. Крім того, потребує уточнення питання адаптації коучингових і тренінгових програм до різних вікових, професійних та освітніх груп, а також визначення оптимальних умов їх використання у практиці підготовки майбутніх фахівців.

Актуальність зазначеної проблематики також зумовлена потребою у формуванні нової генерації керівників і спеціалістів, які здатні діяти в умовах невизначеності, швидко адаптуватися до змін, ефективно управляти командами та забезпечувати результативність професійної діяльності. Саме тому дослідження впливу коучингу і тренінгів на розвиток лідерських якостей є важливим напрямом сучасної психологічної та педагогічної науки, оскільки воно сприяє обґрунтуванню інноваційних підходів до підготовки конкурентоспроможних фахівців [15].

Аналіз наукових досліджень і публікацій свідчить, що феномен лідерства традиційно перебуває в центрі уваги вчених різних галузей знань, зокрема соціальної психології, педагогіки, менеджменту та соціології. Інтерес до цієї проблематики зумовлений складністю та багатовимірністю самого поняття лідерства, яке включає як індивідуально-психологічні характеристики особистості, так і особливості її взаємодії в групі. У вітчизняній науковій традиції дослідження лідерства активно розпочалися ще у XX столітті, коли були закладені основи соціально-психологічного аналізу цього явища.

Значний внесок у розробку теоретичних засад лідерства зробили такі вітчизняні вчені, як Г. М. Андреєва, В. М. Анісімова, І. П. Волков, В. Д. Гончаров, Ю. А. Замошкін, Н. І. Ільїна, І. С. Кон, Е. С. Кузьмін, а також інші дослідники, які розглядали лідерство як соціально-психологічний феномен,

що формується в процесі групової взаємодії. Не менш вагомими є напрацювання зарубіжних учених, серед яких М. Вебер, Ф. Тейлор, А. Файоль, Р. Стогділл, Ф. Фідлер, Р. Лорд, Дж. Антонакіс, У. Бенніс, К. Бланшар та інші, які досліджували різні підходи до розуміння лідерства, зокрема поведінкові, ситуаційні та трансформаційні теорії.

У сучасній психологічній науці лідерство розглядається як багатогранне явище, що поєднує в собі процеси впливу, організації, мотивації та взаємодії в групі. Воно виступає одним із ключових механізмів забезпечення ефективності спільної діяльності, а також важливою характеристикою особистості, яка здатна ініціювати зміни та спрямовувати групу до досягнення спільних цілей. У зв'язку з цим особливого значення набуває уточнення змісту понять «лідер» і «лідерство», оскільки саме вони дозволяють глибше зрозуміти психологічні механізми становлення лідерських якостей, їх структуру та умови розвитку в соціальному середовищі [9].

На думку багатьох дослідників, формування лідерських якостей у студентської молоді розглядається як складний багаторівневий процес, що поєднує соціальні, психологічні та освітні чинники. У наукових працях наголошується, що лідерство не зводиться до природжених рис, оскільки значна частина лідерських проявів формується через навчання, практичну діяльність і досвід взаємодії з іншими людьми. На нашу думку, справедливо підкреслюється, що сучасні освітні умови мають орієнтуватися на розвиток активності, відповідальності та комунікативної гнучкості студентів, оскільки саме ці характеристики визначають успішність професійної реалізації.

Ми підтримуємо позицію відомого вченого Ю. П. Данчук про те, що психологічний тренінг є організованою системою групової взаємодії, спрямованою на розвиток соціальної компетентності, самопізнання та рефлексивного мислення. У межах тренінгу створюються умови для моделювання реальних життєвих ситуацій, що сприяє формуванню нових способів поведінки та розвитку навичок конструктивного спілкування [7].

Цілком обґрунтованою є позиція М. Гриньової, яка трактує лідерські якості як інтегративне утворення особистості, що охоплює емоційні, когнітивні та поведінкові характеристики. Подібне розуміння дає змогу розглядати лідерство як результат поєднання внутрішніх ресурсів людини та соціального досвіду, що формується у процесі діяльності [6].

А. Жукова [8] так само як і С. Стрельбицька [29] зазначає, що розвиток лідерських компетентностей ефективно здійснюється через використання коучингових технологій, які сприяють розкриттю потенціалу особистості, формуванню усвідомленої мотивації та розвитку відповідальності за власні рішення. О. Слюсаренко [26] так само як і Р. Бальцежик, Я. Матерак, О. Голубник підкреслює, що лідерство формується у процесі соціальної взаємодії, де важливу роль відіграють комунікація, вплив на групу та здатність до прийняття рішень у складних умовах [3].

Дану позицію розділяє ряд вчених, серед яких Є. Зеленов [11], В. І. Ковальова [16], В. Тесленко [31], які також вважають, що тренінгові форми навчання створюють ефективне середовище для розвитку організаторських умінь, відповідальності та навичок командної роботи.

Одні автори вважають, що розвиток лідерських якостей відбувається переважно через активні групові форми роботи, де студенти набувають досвіду взаємодії, інші, зокрема О. О. Нежинська та Л. С. Чернякова разом з О. Гришком і А. Палієм [35], наголошують на значенні коучингу як індивідуальної технології розвитку особистості, де акцент робиться на усвідомленні внутрішніх ресурсів і побудові індивідуальної траєкторії зростання. Додатково В. І. Ковальова [16], Н. А. Штанько [37] та Л. С. Філатова разом із Л. В. Новохацькою підкреслюють, що ефективне лідерство формується через поєднання соціально-психологічних механізмів, комунікативної активності та здатності до адаптації в мінливих умовах [33].

Безперечно, на наш погляд, твердження, що розвиток лідерських якостей студентської молоді потребує комплексного поєднання тренінгових, коучингових і соціально-психологічних технологій, є науково обґрунтованим.

Саме така інтеграція забезпечує гармонійний розвиток особистості, формування стійких комунікативних умінь, розвиток рефлексії та здатності до ефективної взаємодії в професійному середовищі.

У сучасному студентському середовищі лідерство розглядається як важливий соціально-психологічний феномен, що забезпечує ефективну організацію спільної діяльності та розвиток особистості в умовах навчально-виховного процесу. На думку Є. Зеленова, становлення лідера серед студентів можливе завдяки наявності комплексу особистісних характеристик, серед яких особливо важливими є ініціативність, комунікабельність, товариськість, відкритість у спілкуванні, доброзичливість, чуйність, емоційна чутливість, розвинений соціальний інтелект, широта кругозору, а також готовність підтримати та допомогти іншим членам колективу [11].

В. Тесленко трактує лідерські якості студентів як динамічну систему особистісного розвитку, яка формується в умовах освітнього середовища закладу вищої освіти. Така система передбачає активну громадянську позицію, орієнтацію на соціально значущу діяльність, прагнення до саморозвитку, вдосконалення та конструктивного впливу на навколишню дійсність. Важливими складовими при цьому є вміння ухвалювати відповідальні рішення, ставити цілі, визначати шляхи їх досягнення, а також організовувати спільну діяльність студентів і залучати їх до навчальної, наукової та громадської роботи [31].

М. Гриньова визначає студента-лідера як авторитетного члена академічної групи, який має значний вплив на колектив. Така особистість може мати як формальний, так і неформальний статус, володіє організаторськими та комунікативними здібностями, проявляє ініціативність, здатна надихати інших власним прикладом та бере на себе відповідальність за результати групової діяльності, спрямовуючи її до досягнення спільних цілей [6].

Узагальнюючи різні наукові підходи, можна визначити, що лідерські якості студентів закладів вищої освіти являють собою інтегроване особистісне

утворення, яке забезпечує здатність впливати на інших членів групи, виступати для них прикладом, організовувати спільну діяльність та створювати позитивний емоційний клімат, що сприяє підвищенню ефективності колективної роботи.

Окремо дослідники виділяють такі необхідні здібності лідера, як делегування повноважень, організація групової роботи, мотивація колективу, системне мислення, аналітичні навички, уміння працювати з інформацією, а також здатність до самопізнання та рефлексії. Важливе місце займають і морально-етичні якості: тактовність, ввічливість, емоційна стриманість і культура спілкування [19].

Психологічні дослідження також підкреслюють значення вольових якостей лідера: наполегливості, рішучості, незалежності, стресостійкості, адаптивності та здатності до самоконтролю. В. Локшин, узагальнюючи численні наукові джерела, виділяє три ключові компоненти лідерства: особистісні якості, що формують систему цінностей; поведінкові характеристики, які визначають взаємодію з оточенням; та ситуаційні чинники, що впливають на ефективність лідерської діяльності.

Таким чином, аналіз наукових підходів дозволяє зробити висновок, що лідерські якості студентів є багатокомпонентним утворенням, яке включає соціальні, комунікативні, емоційно-вольові та інтелектуальні характеристики. Водночас сучасні дослідження наголошують, що не існує універсального набору якостей, оскільки їх ефективність залежить від конкретних умов діяльності та ситуаційного контексту. Саме тому особливого значення набуває розвиток гнучкості особистості та здатності застосовувати власні ресурси відповідно до вимог середовища.

1.2. Психологічний тренінг як форма активного соціально-психологічного навчання: сутність, структура та основні функції

У сучасному суспільстві дедалі більшої актуальності набувають методи навчання, орієнтовані на активну участь людини у процесі власного розвитку. Через постійні зміни у професійному та соціальному середовищі людина потребує навичок спілкування, емоційної стійкості, уміння взаємодіяти з іншими та швидко реагувати на складні життєві ситуації. У зв'язку з цим психологічний тренінг посідає помітне місце серед форм активного соціально-психологічного навчання, оскільки сприяє розвитку особистості через практичну діяльність, групову взаємодію та усвідомлення власного досвіду.

На відміну від звичних лекційних занять, де учасники переважно сприймають інформацію пасивно, тренінг орієнтується на активність, емоційне залучення та спільну роботу групи. Людина не просто слухає теоретичний матеріал, а виконує вправи, бере участь у дискусіях, аналізує власні реакції та отримує відгуки від інших учасників. Через подібну діяльність знання засвоюються значно глибше, а нові моделі поведінки закріплюються природніше [1].

Сутність психологічного тренінгу полягає в організації спеціального групового простору, де створюються умови для розвитку соціально-психологічної компетентності людини. Під час занять учасники навчаються краще розуміти себе, ефективніше спілкуватися, контролювати емоції та будувати продуктивні взаємини. Особливо актуальним стає розвиток навичок самопізнання, оскільки усвідомлення власних сильних і слабких сторін допомагає людині впевненіше поводитися у різних життєвих ситуаціях [33].

Психологічний тренінг часто розглядають як форму практичного навчання, де людина здобуває досвід через власну активність. Учасники аналізують власну поведінку, експериментують із новими способами взаємодії та вчаться помічати реакції інших людей. Через безпечну атмосферу групи людина поступово позбавляється внутрішнього напруження та страху

оцінювання. Саме тому тренінгові заняття позитивно впливають на самооцінку, впевненість і здатність відкрито висловлювати думки.

Особливу увагу привертає форма навчання, де акцент переноситься на саморозкриття учасників. У подібній роботі тренер не нав'язує готових рішень і не виступає суворим контролером. Його роль пов'язана зі створенням атмосфери підтримки, довіри та психологічної безпеки. Завдяки цьому учасники поступово починають відкритіше говорити про власні переживання, краще розуміють внутрішні труднощі та вчаться будувати гармонійні стосунки з іншими людьми.

Основна ідея активного соціально-психологічного навчання пов'язана з тим, що людина значно ефективніше засвоює інформацію через практичну діяльність. Коли учасник виконує вправу, аналізує поведінку та отримує зворотний зв'язок від групи, процес навчання набуває особистісного значення. Через проживання ситуацій формується досвід, який набагато легше переноситься у реальне життя. Саме через це під час тренінгів активно використовуються рольові ігри, моделювання конфліктів, групові завдання та вправи на комунікацію [30].

Структура психологічного тренінгу зазвичай має чітку послідовність, завдяки якій учасники поступово включаються у роботу та проходять усі етапи групової взаємодії. Перший етап пов'язаний зі знайомством та створенням довірливої атмосфери. Учасники представляються, розповідають про власні очікування та погоджують правила спільної роботи. Особливого значення набуває принцип конфіденційності, через який людина почувається психологічно захищеною та готовою відкрито висловлювати власні думки.

Початкова частина тренінгу часто супроводжується вправами на зняття емоційного напруження та активізацію уваги. Подібна діяльність допомагає учасникам краще адаптуватися до групового простору й поступово перейти до активної взаємодії. Через невимушене спілкування формується відчуття підтримки, що позитивно впливає на подальшу роботу групи.

Таблиця 1.1.

Структура психологічного тренінгу як форми активного соціально-психологічного навчання

Зміст роботи	**Мета етапу**
Знайомство учасників, визначення очікувань, встановлення правил роботи, вправи на зняття напруження	Формування довіри, психологічної безпеки та готовності до взаємодії
Ознайомлення з темою занять, визначення порядку роботи групи, налаштування на спільну діяльність	Активізація уваги та залучення учасників до роботи
Виконання практичних вправ, рольові ігри, дискусії, моделювання життєвих ситуацій, групова взаємодія	Розвиток навичок спілкування, саморегуляції та міжособистісної взаємодії
Обговорення виконаних вправ, аналіз поведінки та емоційних реакцій	Усвідомлення власного досвіду та особистісних змін
Самоаналіз, обмін враженнями, оцінювання отриманого досвіду	Закріплення результатів та розвиток самопізнання
Підбиття підсумків, завершальні вправи, емоційне завершення роботи	Підтримка позитивного психологічного стану та завершення групового процесу

Найбільший обсяг роботи припадає на основну частину тренінгу. Саме тут проводяться практичні вправи, рольові ігри, дискусії та завдання, спрямовані на розвиток конкретних умінь. Учасники вчаться взаємодіяти між собою, вирішувати конфліктні ситуації, аналізувати власні емоції та працювати з внутрішніми переживаннями. Через подібну діяльність формується здатність до саморегуляції, покращується комунікація та зростає рівень емоційної стійкості.

Особливого значення набуває групова динаміка. Під час спільної роботи учасники поступово навчаються підтримувати інших, приймати різні точки зору та конструктивно реагувати на зауваження. Через відкритий обмін думками формується атмосфера взаємної довіри та співпраці. Саме у групі людина найчастіше помічає власні поведінкові звички та отримує можливість змінити їх у безпечному середовищі.

Заключний етап тренінгу пов'язаний із підбиттям підсумків та аналізом отриманого досвіду. Учасники діляться враженнями, описують власний емоційний стан та оцінюють зміни, які відбулися під час занять. Рефлексія допомагає краще усвідомити пережитий досвід і закріпити нові способи поведінки. Через обговорення людина починає глибше розуміти власні реакції та помічає позитивні зміни у спілкуванні з іншими.

Психологічний тренінг виконує кілька взаємопов'язаних функцій. Передусім навчальну, оскільки учасники здобувають знання про спілкування, емоційні стани та способи вирішення конфліктів. Не менш актуальною залишається розвивальна функція, пов'язана з розкриттям внутрішнього потенціалу людини, розвитком емпатії, креативності та емоційної врівноваженості.

Корекційна функція спрямована на зміну неконструктивних моделей поведінки. Через спеціальні вправи людина вчиться долати невпевненість, надмірну тривожність або труднощі у взаємодії з іншими. Поступово формується здатність адекватно оцінювати власні можливості та підтримувати психологічну рівновагу у складних ситуаціях [19].

Профілактична функція пов'язана зі зниженням емоційного виснаження, стресу та внутрішнього напруження. У сучасних умовах, коли людина часто стикається з перевантаженням і психологічною нестабільністю, тренінгові заняття допомагають підтримувати емоційну стійкість і покращують загальний психологічний стан.

Таблиця 1.2.

Основні функції психологічного тренінгу та їх характеристика

Функція психологічного тренінгу	**Характеристика**
Навчальна	Формування знань про спілкування, емоції, поведінку та способи взаємодії з людьми
Розвивальна	Розвиток емоційної стійкості, впевненості, креативності та здатності до самопізнання
Корекційна	Подолання невпевненості, зміна неконструктивних моделей поведінки та покращення самооцінки
Профілактична	Зниження емоційного напруження, попередження стресу та психологічного виснаження
Мотиваційна	Підвищення прагнення до саморозвитку, активності та особистісного зростання
Соціалізуюча	Покращення адаптації у колективі, розвиток навичок співпраці та міжособистісного спілкування
Комунікативна	Формування культури спілкування, уміння слухати, висловлювати думки та підтримувати діалог
Рефлексивна	Усвідомлення власних переживань, аналіз поведінки та оцінювання особистісних змін

Не менш значущою залишається мотиваційна функція. Через позитивний досвід групової взаємодії людина починає більше вірити у власні сили, прагне до саморозвитку та активніше бере участь у професійному й

соціальному житті. Учасники отримують внутрішній стимул до особистісного зростання та вдосконалення власних навичок.

Соціалізуюча функція пов’язана з розвитком здатності адаптуватися до різних соціальних умов. Людина навчається підтримувати контакти, ефективніше взаємодіяти у колективі та будувати продуктивні міжособистісні стосунки. Через тренінгову діяльність значно покращується рівень соціальної компетентності та готовність до співпраці [31].

У сучасних умовах психологічний тренінг набуває дедалі більшої популярності у сфері освіти, професійної підготовки та психологічної підтримки. Особливо актуальним стає використання онлайн-форматів, завдяки яким люди мають змогу отримувати підтримку та розвивати навички спілкування навіть за умов дистанційного навчання або тривалого стресу.

Отже, психологічний тренінг посідає вагоме місце серед форм активного соціально-психологічного навчання. Через групову взаємодію, практичні вправи та усвідомлення власного досвіду людина розвиває навички спілкування, емоційну стійкість і здатність до саморозвитку. Саме через активну участь у тренінговому процесі формується готовність до конструктивних змін, відповідальної поведінки та гармонійної взаємодії з іншими людьми.

1.3. Психолого-педагогічні особливості формування лідерських якостей у студентському середовищі

Сьогодні підготовка майбутніх фахівців пов’язана не стільки з отриманням професійних знань, скільки з розвитком особистісних рис, завдяки яким людина здатна брати відповідальність, організовувати інших, підтримувати командну взаємодію та впевнено діяти у складних ситуаціях. Справді, роботодавці дедалі частіше звертають увагу на ініціативність, уміння переконувати, швидко реагувати на зміни та підтримувати ефективне

спілкування. Через стрімкі зміни у суспільстві молоді фахівці мають орієнтуватися у нових умовах, приймати рішення без тривалих вагань і знаходити спільну мову з різними людьми.

Особливо актуальним стає розвиток лідерських якостей у студентському середовищі, оскільки період навчання формує звички поведінки, стиль комунікації та ставлення до майбутньої професії. Студент, який уміє працювати з людьми, висловлювати власну думку та координувати спільну діяльність, значно легше адаптується до професійного середовища. Через це освітній процес дедалі частіше орієнтується на розвиток активності, самостійності та відповідальності [17].

Лідерські якості не виникають випадково. Їх розвиток потребує спеціально організованої роботи, постійної взаємодії з іншими людьми та практичного досвіду. Людина набуває навичок лідерства поступово, коли бере участь у колективній діяльності, навчається відстоювати власну позицію, аналізує помилки та вчиться реагувати на труднощі без емоційного тиску. Через постійне спілкування формується впевненість у власних силах, уміння контролювати поведінку й підтримувати конструктивний діалог.

Особливої уваги набувають комунікативні навички, оскільки без них складно організувати роботу колективу або підтримувати здорову атмосферу у групі. Людина, яка не вміє слухати інших, аргументовано висловлювати думки чи знаходити компроміс, відчуває труднощі у професійному середовищі. Через це освітні заклади дедалі частіше використовують тренінгові заняття, де студенти мають змогу розвивати навички спілкування у реальних або змодельованих ситуаціях [21].

Безперечно, тренінги створюють сприятливі умови для розвитку лідерського потенціалу. Під час групових занять учасники навчаються працювати разом, розподіляти ролі, брати ініціативу та відповідати за спільний результат. Через активну взаємодію людина поступово позбавляється невпевненості, краще розуміє власні сильні сторони та вчиться адекватно реагувати на критику. Психологічно безпечна атмосфера допомагає

відкрито висловлювати думки та перевіряти нові моделі поведінки без страху помилитися.

Досить ефективними вважаються ситуації, пов'язані з індивідуальним проявом лідерства. Студенти отримують завдання, де необхідно презентувати себе, організувати діяльність групи або запропонувати власний варіант розв'язання проблеми. Через подібну діяльність людина починає усвідомлювати власний потенціал і вчиться мобілізувати внутрішні ресурси. Поступово формується здатність впливати на інших без тиску чи агресії. Не менш актуальними залишаються управлінські ситуації, під час яких учасники навчаються ставити цілі, планувати дії та контролювати виконання завдань. Через моделювання професійних труднощів студенти вчаться швидко приймати рішення та шукати вихід із конфліктних обставин. Подібна практика формує організованість, відповідальність і дисциплінованість. Людина починає краще розуміти власну роль у команді та усвідомлює наслідки власних рішень [24].

Окрему увагу привертають вправи, спрямовані на розвиток прогнозування у спілкуванні. Учасники аналізують реакції співрозмовників, навчаються передбачати наслідки власних слів і контролювати емоції під час дискусій. Через подібну роботу зростає здатність підтримувати ділові та міжособистісні контакти. Людина навчається уникати конфліктів, краще розуміє емоційний стан інших і швидше знаходить компромісні рішення [2].

Сучасний лідер повинен уміти працювати в команді, оскільки результат діяльності часто залежить від узгоджених дій багатьох людей. Через спільну роботу формується навичка взаємної підтримки, розподілу обов'язків та ефективної координації. Людина, яка здатна організувати колектив і підтримувати продуктивну атмосферу, значно швидше досягає професійного успіху. Не менш актуальним залишається стратегічне мислення. Фахівець має орієнтуватися на перспективу, передбачати можливі труднощі та знаходити ресурси для розвитку. Через уміння аналізувати ситуацію людина здатна уникати помилок і швидше реагувати на зміни у професійному середовищі.

Справді, сучасні умови праці потребують гнучкості та готовності до постійного оновлення знань.

Значну роль відіграє здатність розв’язувати складні проблеми. Під час професійної діяльності виникають ситуації, де необхідно швидко оцінити обставини та знайти ефективне рішення. Через тренінгові вправи студенти навчаються діяти без паніки, аналізувати інформацію та співпрацювати з іншими людьми задля досягнення спільної мети.

Окремого значення набуває ефективна комунікація. Лідер повинен чітко формулювати думки, переконливо висловлювати позицію та уважно слухати співрозмовників. Через правильну взаємодію формується довіра у колективі, зменшується кількість конфліктів і покращується психологічний клімат. Саме тому розвиток мовленнєвих навичок та емоційної врівноваженості посідає помітне місце у професійній підготовці студентів[15].

Досвід тренінгової роботи показує, що групові заняття позитивно впливають на самооцінку, комунікабельність та готовність до професійної взаємодії. Студенти починають активніше висловлювати власну думку, краще контролюють емоції та впевненіше поводяться у нових ситуаціях. Через постійну практику формується готовність брати відповідальність за власні рішення та дії.

Після завершення тренінгових програм надзвичайно актуальним залишається психологічний супровід учасників. Людина потребує часу для закріплення нових моделей поведінки та перенесення набутого досвіду у реальне життя. Підтримка з боку викладачів, наставників або психологів допомагає уникнути повернення до старих звичок і сприяє подальшому особистісному розвитку [8].

Отже, розвиток лідерських якостей у студентської молоді набуває дедалі більшого значення через суспільні зміни та нові вимоги професійного середовища. Через тренінгову діяльність, активне спілкування та практичне розв’язання проблем студенти здобувають досвід взаємодії, навчаються керувати власною поведінкою й ефективніше співпрацювати з іншими

людьми. Саме завдяки подібній роботі формується впевнена, відповідальна та соціально активна особистість.

Висновки до розділу 1

У межах першого розділу узагальнено теоретичні засади дослідження психологічних тренінгів як засобу розвитку лідерських якостей студентської молоді. Аналіз наукових джерел дає підстави констатувати, що лідерство розглядається як багатовимірне соціально-психологічне явище, пов’язане з особистісними характеристиками, комунікативною активністю та здатністю до організації групової взаємодії. У сучасній науковій думці простежується розуміння лідерських якостей як інтегративного утворення, що формується під впливом соціального досвіду, навчання та міжособистісних контактів.

Встановлено, що психологічний тренінг виступає ефективною формою активного соціально-психологічного навчання, яка забезпечує розвиток самосвідомості, комунікативних умінь, емоційної стійкості та навичок конструктивної взаємодії. Його структура охоплює взаємопов’язані етапи, що створюють умови для поступового залучення учасників до групового процесу, опрацювання практичних ситуацій та усвідомлення власного досвіду. Функціональне навантаження тренінгу охоплює навчальний, розвивальний, корекційний, профілактичний, мотиваційний та соціалізуючий напрями, що визначає його високий педагогічний потенціал.

Аналіз психолого-педагогічних умов формування лідерських якостей у студентському середовищі засвідчує значущість мотиваційної сфери, рівня розвитку комунікативних навичок, особливостей групової взаємодії та активності студентів у спільній діяльності. Саме студентське середовище створює природні можливості для прояву ініціативи, формування відповідальності та розвитку організаторських здібностей.

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ПРОВЕДЕННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ПСИХОЛОГІЧНИХ ТРЕНІНГІВ НА ФОРМУВАННЯ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ

2.1. Методологічні основи та дизайн емпіричного дослідження лідерських якостей студентів

Емпіричне дослідження впливу психологічних тренінгів на розвиток лідерських якостей студентської молоді проводилося з метою визначення ефективності психологічного тренінгу як засобу формування лідерського потенціалу особистості. Актуальність дослідження обумовлена сучасними вимогами до професійної підготовки молоді, оскільки успішна професійна діяльність передбачає не лише високий рівень фахових знань, а й сформованість комунікативних, організаторських та управлінських здібностей. Особливого значення набуває розвиток лідерських якостей студентів як майбутніх фахівців, здатних до відповідального прийняття рішень, ефективної взаємодії у колективі та організації спільної діяльності.

Базою проведення дослідження виступив Центр психологічного консультування та психокорекції МАУП, діяльність якого спрямована на психологічний супровід студентської молоді, надання консультативної допомоги, проведення психодіагностичних обстежень та організацію психологічних тренінгів. У межах проходження практики було створено умови для проведення емпіричного дослідження та реалізації програми психологічного тренінгу, спрямованого на розвиток лідерського потенціалу студентів.

Вибірку дослідження становили 30 студентів закладу вищої освіти віком від 18 до 22 років. До дослідження залучалися студенти різних курсів навчання, які добровільно погодилися брати участь у психодіагностичному обстеженні та тренінговій програмі. Вибір саме студентської молоді

обумовлений тим, що період навчання у закладі вищої освіти є важливим етапом особистісного становлення, формування професійної ідентичності та розвитку соціально значущих якостей, серед яких важливе місце займають лідерські здібності.

Метою емпіричного дослідження стало виявлення особливостей розвитку лідерських якостей студентів та визначення ефективності психологічного тренінгу у процесі формування лідерського потенціалу особистості.

Відповідно до поставленої мети були визначені такі завдання дослідження:

– здійснити психодіагностичне вивчення рівня розвитку лідерських якостей студентів;

– визначити особливості комунікативних та організаторських здібностей учасників дослідження;

– дослідити показники самооцінки та особливості міжособистіскої взаємодії студентів;

– розробити та реалізувати програму психологічного тренінгу;

– провести повторне психодіагностичне обстеження та здійснити аналіз отриманих результатів.

Логіка дослідження передбачала реалізацію трьох послідовних етапів: констатувального, формувального та контрольного.

На констатувальному етапі здійснювалося визначення вихідного рівня розвитку лідерських якостей студентів шляхом використання комплексу психодіагностичних методик. Формувальний етап передбачав організацію та проведення психологічного тренінгу, спрямованого на розвиток комунікативних здібностей, організаторського потенціалу, відповідальності, упевненості у власних силах та навичок командної взаємодії. Контрольний етап включав повторну діагностику та оцінювання змін, що відбулися після завершення тренінгової програми.

Для реалізації поставлених завдань використовувався комплекс взаємодоповнюючих методів дослідження.

До теоретичних методів належали аналіз, систематизація та узагальнення наукової літератури з проблематики розвитку лідерських якостей студентської молоді та застосування психологічних тренінгів у формуванні особистісного потенціалу.

Серед емпіричних методів було використано спостереження, бесіду, анкетування та психодіагностичне тестування. Спостереження дозволило виявити особливості поведінки студентів у процесі міжособистісної взаємодії, рівень їхньої активності, комунікативності та готовності до виконання організаторських функцій. Бесіда використовувалася для уточнення індивідуальних особливостей учасників та виявлення труднощів, пов’язаних із проявами лідерської поведінки.

З метою комплексної оцінки рівня сформованості лідерських якостей було використано декілька психодіагностичних методик.

Для визначення рівня розвитку лідерських якостей студентів використовувалася методика діагностики лідерських здібностей Є. Жарікова та Є. Крушельницького. Дана методика належить до психодіагностичних інструментів, спрямованих на вивчення індивідуально-психологічних особливостей особистості, які забезпечують ефективне виконання лідерських функцій у процесі міжособистісної взаємодії. Методика дозволяє оцінити рівень сформованості таких характеристик, як ініціативність, відповідальність, здатність до прийняття рішень, організаторські здібності, уміння впливати на інших та готовність брати на себе роль керівника групи.

Опитувальник складається з тверджень, на які респондент надає відповіді відповідно до власних особистісних особливостей та моделей поведінки. За результатами обробки визначається рівень розвитку лідерських здібностей: низький, середній або високий. Методика є зручною для використання у студентському середовищі, оскільки дозволяє швидко отримати кількісні показники та визначити загальний рівень розвитку

лідерського потенціалу. Використання даного інструменту дало можливість встановити вихідний рівень сформованості лідерських якостей студентів та оцінити ефективність психологічного тренінгу після завершення формувального етапу дослідження.

З метою дослідження комунікативних та організаторських здібностей студентів використовувалася методика КОС (комунікативні та організаторські схильності), розроблена В. Синявським та Б. Федоришиним. Дана методика широко застосовується у психологічній практиці для визначення рівня розвитку здібностей, які забезпечують ефективну взаємодію людини з іншими людьми та здатність організовувати спільну діяльність.

Методика включає перелік запитань, спрямованих на виявлення особливостей поведінки особистості у різних соціальних ситуаціях. Комунікативні здібності характеризують уміння встановлювати контакти, підтримувати міжособистісне спілкування, брати участь у груповій взаємодії та адаптуватися до нових умов спілкування. Організаторські здібності відображають готовність особистості брати відповідальність, координувати діяльність інших людей, проявляти ініціативність та здатність до планування.

Результати дослідження інтерпретуються за рівнями розвитку показників: низький, середній та високий. Застосування методики дозволило отримати додаткову інформацію щодо особливостей розвитку комунікативного та організаторського потенціалу студентів, які є важливими компонентами лідерської поведінки. Отримані дані використовувалися для аналізу ефективності психологічного тренінгу та оцінки позитивної динаміки розвитку соціально значущих якостей особистості.

Для вивчення особливостей самооцінки студентів використовувалася методика дослідження самооцінки особистості С. Будассі. Застосування даної методики обумовлене тим, що рівень самооцінки безпосередньо впливає на прояви лідерської поведінки, рівень упевненості у власних силах, готовність брати відповідальність та здатність до прийняття рішень.

Методика С. Будассі спрямована на виявлення ступеня відповідності між реальним уявленням особистості про себе та бажаним образом власного «Я». Респонденту пропонується оцінити перелік особистісних характеристик та визначити їх значущість для себе. У процесі обробки результатів визначається рівень самооцінки: адекватний, завищений або занижений.

Адекватна самооцінка сприяє розвитку впевненості, відповідальності та ефективної взаємодії з іншими людьми. Занижена самооцінка може супроводжуватися невпевненістю, труднощами під час публічних виступів та недостатньою соціальною активністю. Завищена самооцінка іноді ускладнює конструктивну взаємодію у групі.

Використання методики дозволило визначити психологічні чинники, які можуть впливати на формування лідерських якостей студентів. Отримані результати були використані для оцінювання особистісних змін після проходження психологічного тренінгу та аналізу динаміки розвитку впевненості у власних можливостях.

Для визначення особливостей міжособистісного спілкування використовувалася методика оцінки рівня комунікабельності В. Ряховського, яка дозволяє виявити рівень відкритості особистості до соціальної взаємодії та ефективності комунікативної діяльності.

Обробка результатів дослідження здійснювалася за допомогою методів кількісного та якісного аналізу отриманих даних. Порівняння результатів первинного та повторного діагностування дозволило визначити динаміку змін у структурі лідерських якостей студентської молоді після реалізації психологічного тренінгу.

Таким чином, обраний методологічний підхід забезпечив комплексне вивчення особливостей розвитку лідерських якостей студентів та дозволив оцінити ефективність психологічного тренінгу як інструменту формування лідерського потенціалу особистості. Отримані результати стали основою для подальшого аналізу впливу тренінгової програми на розвиток

комунікативних, організаторських та особистісних характеристик студентської молоді.

2.2. Первинна діагностика рівня розвитку лідерських якостей у студентів до участі в тренінговій програмі

Перший етап емпіричного дослідження передбачав проведення первинної психодіагностики рівня розвитку лідерських якостей студентів з метою визначення вихідного стану сформованості лідерського потенціалу учасників до початку реалізації психологічної тренінгової програми. Первинне обстеження мало важливе значення для подальшого аналізу ефективності тренінгового впливу та порівняння результатів до і після проведення формувальної роботи.

Дослідження проводилося на базі Центру психологічного консультування та психокорекції МАУП серед 30 студентів віком від 18 до 22 років, які добровільно погодилися брати участь у дослідженні та психологічному тренінгу. До участі залучалися студенти різних курсів навчання, що дозволило отримати більш узагальнену характеристику рівня сформованості лідерських якостей у студентської молоді.

На етапі первинного діагностування було використано комплекс психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення різних компонентів лідерського потенціалу. Для оцінки загального рівня розвитку лідерських здібностей застосовувалася методика діагностики лідерських здібностей Є. Жарікова та Є. Крушельницького. Комунікативні та організаторські здібності визначалися за допомогою методики КОС (В. Синявський, Б. Федоришин). Особливості самооцінки досліджувалися за методикою С. Будассі.

Проведення первинного психодіагностичного обстеження дало можливість встановити початковий рівень розвитку лідерських якостей

студентів та визначити психологічні особливості, які потребують подальшого розвитку у процесі тренінгової роботи.

Аналіз результатів дослідження за методикою діагностики лідерських здібностей показав, що лише незначна частина студентів демонструвала високий рівень сформованості лідерських характеристик. Дані первинного обстеження засвідчили, що 11 студентів (36,67 %) мали низький рівень розвитку лідерських якостей, 12 осіб (40 %) продемонстрували середній рівень, а високий рівень виявлено лише у 5 студентів (16,67 %). Крім того, у 2 учасників дослідження (6,67 %) спостерігалася схильність до авторитарного стилю поведінки.

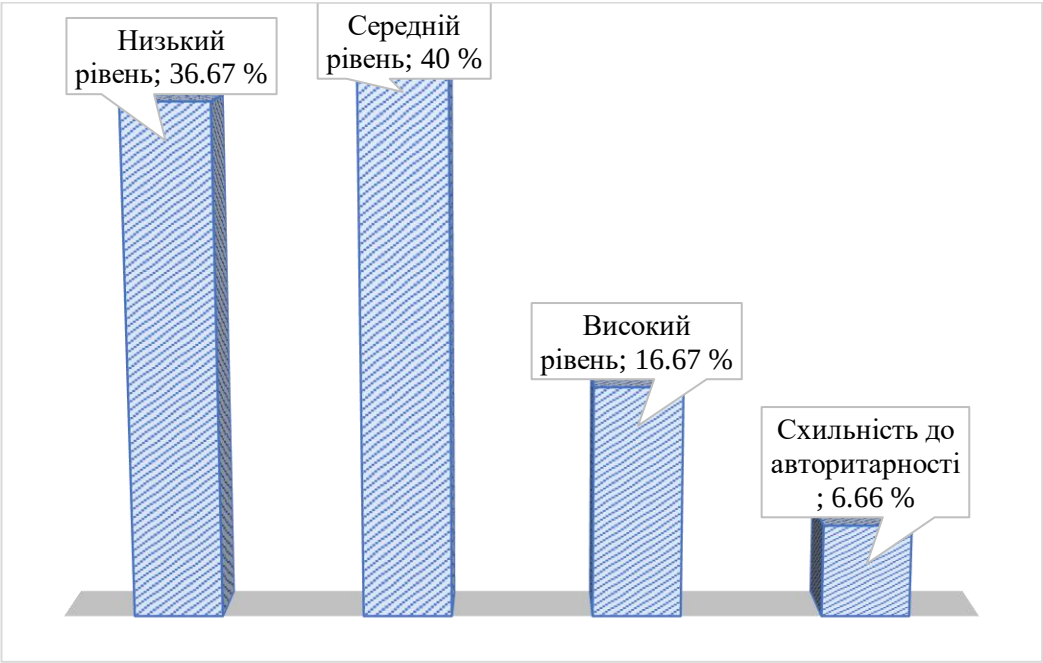


Рис. 2.1. Результати первинної діагностики рівня розвитку лідерських здібностей студентів (методика Є. Жарікова та Є. Крушельницького)

Отримані результати свідчать про недостатню сформованість окремих складових лідерського потенціалу у значної частини студентської молоді. У процесі діагностики встановлено, що учасники дослідження часто демонстрували невпевненість під час висловлення власної думки, уникали активної участі у груповій діяльності та не проявляли достатньої ініціативності під час вирішення колективних завдань.

Особливу увагу привернули результати дослідження комунікативних та організаторських здібностей. Частина студентів характеризувалася труднощами у встановленні міжособистісних контактів, недостатньою активністю у процесі командної взаємодії та низьким рівнем готовності брати відповідальність за організацію спільної діяльності. У процесі спостереження було виявлено, що окремі учасники уникають виконання ролі координатора групи, відчувають дискомфорт під час публічних виступів та схильні передавати відповідальність іншим членам колективу.

Аналіз результатів методики КОС (комунікативні та організаторські схильності) показав, що серед 30 досліджуваних студентів низький рівень комунікативних схильностей виявлено у 9 осіб (30 %), середній рівень – у 14 студентів (46,67 %), високий рівень – у 7 студентів (23,33 %). Отримані результати свідчать про те, що більшість учасників загалом здатна підтримувати міжособистісне спілкування, однак відчуває певні труднощі під час необхідності активно взаємодіяти у новому соціальному середовищі або брати участь у групових обговореннях.

Під час проведення дослідження встановлено, що студенти із низькими показниками комунікативних здібностей частіше демонстрували невпевненість у процесі спілкування, уникали публічного висловлення власної думки та менш активно брали участь у колективній роботі. Натомість учасники з високими показниками характеризувалися відкритістю до соціальної взаємодії, легкістю встановлення контактів та вищим рівнем комунікативної активності.

Аналіз організаторських схильностей показав дещо нижчі результати. Низький рівень організаторських здібностей виявлено у 11 студентів (36,67 %), середній – у 13 осіб (43,33 %), високий – лише у 6 студентів (20 %). Отримані дані свідчать про недостатню готовність частини студентів брати відповідальність за організацію діяльності групи та координування спільної роботи.

У процесі спостереження встановлено, що окремі учасники дослідження уникали виконання функцій організатора, демонстрували труднощі під час прийняття рішень та недостатньо активно проявляли ініціативу. Водночас студенти з високим рівнем організаторських схильностей частіше виявляли відповідальність, самостійність та здатність координувати діяльність інших учасників.

Результати дослідження самооцінки за методикою С. Будассі показали, що у 10 студентів (33,33 %) виявлено занижений рівень самооцінки, у 15 осіб (50 %) – адекватний рівень, у 5 студентів (16,67 %) – завищений рівень самооцінки.

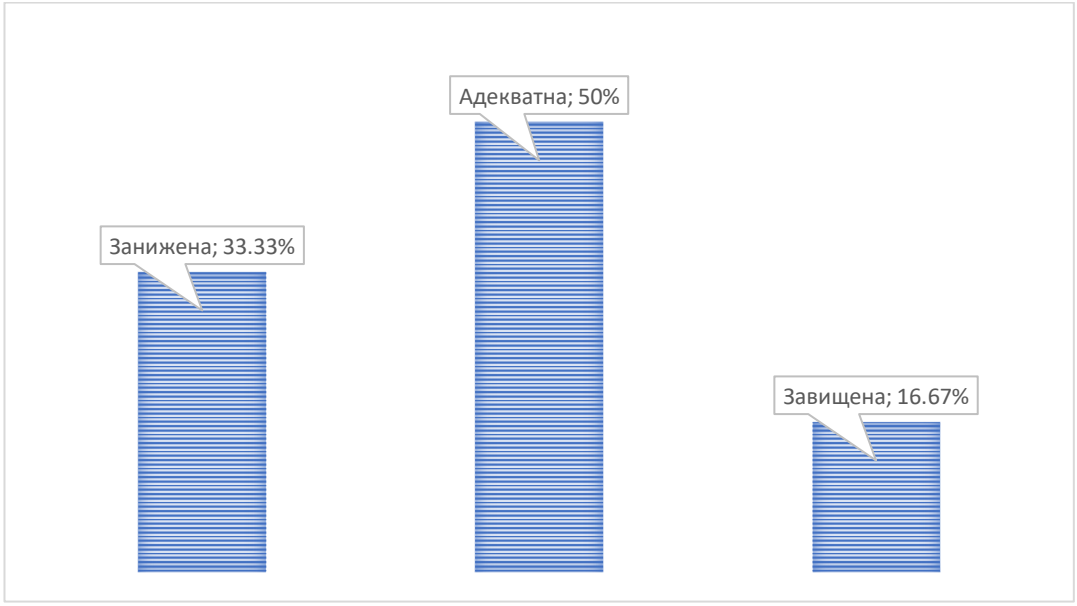


Рис. 2.2. Результати дослідження самооцінки студентів (методика С. Будассі)

Отримані результати дозволяють припустити, що третина учасників дослідження має недостатню впевненість у власних можливостях, що може негативно впливати на прояви лідерської поведінки. Студенти із заниженою самооцінкою частіше демонстрували труднощі під час публічних виступів, переживали хвилювання у ситуаціях оцінювання та менш охоче брали участь у виконанні організаторських функцій.

Разом із тим половина досліджуваних продемонструвала адекватний рівень самооцінки, що свідчить про достатній рівень самосприйняття та психологічної стабільності. Такі студенти характеризувалися більшою впевненістю, активністю та готовністю до взаємодії з іншими людьми.

Узагальнюючи результати первинної діагностики, можна зробити висновок, що найбільш вираженими труднощами студентської молоді є недостатній розвиток організаторських здібностей, невпевненість у власних можливостях та недостатня готовність до виконання лідерських функцій. Встановлені особливості стали підґрунтям для подальшої розробки та реалізації психологічної тренінгової програми, спрямованої на формування лідерського потенціалу студентів.

Спостереження за поведінкою студентів у процесі міжособистісної взаємодії підтвердило результати психодіагностичного обстеження. У групових формах роботи окремі студенти демонстрували замкнутість, уникали активної участі в обговореннях та недостатньо ефективно взаємодіяли з іншими учасниками. Разом із тим частина респондентів проявляла організаторські здібності, відповідальність та готовність координувати діяльність групи.

Отримані результати первинної діагностики підтвердили необхідність проведення спеціально організованої психологічної роботи, спрямованої на розвиток комунікативних навичок, підвищення рівня самооцінки, формування організаторських здібностей та розвитку лідерського потенціалу студентської молоді.

Таким чином, результати первинного діагностичного етапу засвідчили переважання середнього та низького рівнів розвитку лідерських якостей серед студентів, що стало підґрунтям для розроблення та реалізації психологічної тренінгової програми, спрямованої на формування лідерських компетентностей та розвиток особистісного потенціалу учасників дослідження.

2.3. Зміст і структура психологічного тренінгу, спрямованого на розвиток лідерського потенціалу студентів

Формувальний етап емпіричного дослідження передбачав організацію та проведення психологічного тренінгу, спрямованого на розвиток лідерського потенціалу студентської молоді. Необхідність реалізації тренінгової програми обумовлювалася результатами первинної діагностики, які продемонстрували недостатній рівень розвитку окремих компонентів лідерських якостей студентів, зокрема організаторських здібностей, комунікативної активності та впевненості у власних можливостях.

Психологічний тренінг розглядався як спеціально організована форма групової психологічної роботи, спрямована на розвиток особистісного потенціалу учасників, удосконалення навичок міжособистісної взаємодії, формування відповідальності та розвитку здібностей до організації спільної діяльності. Тренінгова програма проводилася на базі Центру психологічного консультування та психокорекції МАУП та включала систему взаємопов’язаних вправ, рольових завдань і практичних занять.

Організація тренінгової роботи здійснювалася у групах по 10–12 осіб. Заняття проводилися двічі на тиждень відповідно до розробленої програми психологічного супроводу розвитку лідерських якостей студентської молоді. Тривалість одного заняття становила 60–90 хвилин. Загальна структура тренінгу передбачала десять послідовних занять, кожне з яких було спрямоване на розвиток окремих компонентів лідерського потенціалу.

Реалізація тренінгової програми здійснювалася відповідно до основних принципів психологічної групової роботи: добровільності участі, конфіденційності, активності учасників, партнерської взаємодії, психологічної безпеки та безоцінного прийняття особистості. Дотримання зазначених принципів сприяло формуванню довірливої атмосфери у групі та створювало умови для відкритого спілкування між учасниками.

Структура психологічного тренінгу передбачала три основні етапи: вступний, основний та завершальний.

Таблиця 3.1.

Програма психологічного тренінгу з розвитку лідерських якостей студентів

№	Тема тренінгового заняття	Мета заняття	Зміст вправ та завдань	Очікуваний результат
1	Знайомство та згуртування групи	Формування довірливої атмосфери серед учасників	Вправа «Спільні риси», знайомство у парах, групове обговорення	Зниження напруження, покращення спілкування між студентами
2	Розвиток комунікативних навичок	Покращення вміння слухати та висловлювати власну думку	Вправа «Активне слухання», робота у парах, обговорення ситуацій	Формування навичок ефективного спілкування
3	Формування впевненості у власних силах	Подолання скутості та страху публічного виступу	Вправа «Публічний виступ», презентація власних ідей	Підвищення рівня впевненості та активності
4	Розвиток організаторських здібностей	Формування навичок керівництва групою	Рольова гра «Організація студентського заходу», розподіл обов’язків	Розвиток відповідальності та навичок координації
5	Командна взаємодія	Формування навичок співпраці у колективі	Групове завдання «Спільне рішення», командні вправи	Покращення взаємодії між учасниками
6	Прийняття рішень у складних ситуаціях	Розвиток самостійності та відповідальності	Аналіз проблемних ситуацій, обговорення варіантів рішень	Формування навичок швидкого прийняття рішень
7	Розвиток емоційної стійкості	Зниження рівня тривожності та	Дихальні вправи, вправи на	Покращення емоційного стану студентів

№	Тема тренінгового заняття	Мета заняття	Зміст вправ та завдань	Очікуваний результат
		емоційного напруження	самоконтроль та саморегуляцію	
8	Самооцінка та самопрезентація	Формування позитивного ставлення до власних можливостей	Вправа «Мої сильні сторони», презентація особистих досягнень	Підвищення самооцінки та впевненості
9	Подолання конфліктних ситуацій	Формування навичок конструктивного спілкування	Рольові ситуації, аналіз конфліктів у групі	Розвиток уміння вирішувати суперечки
10	Підсумкове заняття	Аналіз отриманого досвіду та оцінювання результатів	Рефлексивне обговорення, анкетування, підведення підсумків	Усвідомлення особистісних змін та розвитку лідерських якостей

Вступний етап був спрямований на формування сприятливого психологічного клімату та створення атмосфери довіри між учасниками групи. На початковому занятті проводилося знайомство учасників, визначення правил групової взаємодії та формування позитивної мотивації до участі у тренінгу. З метою зниження психологічного напруження використовувалася вправа «Спільні інтереси», під час якої студенти об’єднувалися у пари та визначали спільні захоплення, життєві цілі або особистісні особливості. Дана вправа сприяла формуванню позитивного емоційного контакту між учасниками та покращенню комунікативної взаємодії.

На початковому етапі нами проведено знайомство учасників та створено доброзичливу атмосферу у групі. Для зниження психологічного напруження запропоновано вправу «Спільні інтереси», під час якої студенти об’єднувалися у пари та знаходили спільні захоплення, риси характеру або життєві цілі. В окремих випадках студенти спочатку демонстрували скутість та уникали активного спілкування, проте після обговорення поступово включалися у

взаємодію з групою. Нами організовано колективне обговорення, під час якого учасники розповідали про власні очікування від тренінгових занять та труднощі, які виникають у спілкуванні з іншими людьми.

Особливе місце займали вправи на розвиток комунікативних навичок. Нами проведено заняття «Активне слухання», у межах якого студенти працювали у парах. Один учасник описував проблемну ситуацію з навчання або міжособистісного спілкування, інший мав уважно слухати, підтримувати розмову та ставити уточнювальні запитання. Після завершення вправи нами організовано обговорення, під час якого студенти зазначали, що часто не вміють уважно слухати співрозмовника та намагаються швидко висловити власну думку. У зв'язку з даним визначенням необхідно уточнити, що розвиток комунікативних навичок тісно пов'язаний із формуванням лідерських якостей, оскільки ефективне спілкування сприяє налагодженню взаємодії у колективі.

Для розвитку організаторських здібностей нами запропоновано рольову гру «Організація студентського заходу». Учасники отримували завдання підготувати благодійний ярмарок для студентів університету. Частина групи відповідала за інформаційне оформлення, інші учасники займалися розподілом обов'язків та плануванням заходу. Під час виконання вправи окремі студенти уникали відповідальності та не проявляли активності у прийнятті рішень. Після завершення гри нами проведено аналіз труднощів, які виникали під час спільної роботи. Точніше сказати, студенти відзначали труднощі у розподілі ролей, страх висловити власну позицію та невпевненість у правильності прийнятих рішень.

Зокрема, значну увагу приділено розвитку впевненості під час публічних виступів. Нами проведено вправу «Моя ідея», у межах якої кожен студент презентував власний студентський проєкт перед групою. На початку занять значна частина учасників говорила тихо, уникала зорового контакту та хвилювалася під час виступу. В окремих випадках студенти зупинялися через переживання або забували підготовлений текст. Після повторного виконання

вправи рівень впевненості помітно зріс. Студенти почали вільніше висловлювати думки, підтримувати дискусію та відповідати на запитання аудиторії.

Нами проведено вправи на розвиток навичок командної взаємодії. Учасникам запропоновано колективне завдання «Спільне рішення», під час якого група мала визначити порядок дій у змодельованій кризовій ситуації. Студенти обговорювали варіанти вирішення проблеми, розподіляли ролі та спільно приймали рішення. Тут, на наш погляд, необхідно встановити відмінність між індивідуальним виконанням завдань та командною взаємодією, оскільки під час групової роботи студенти вчилися домовлятися, враховувати думки інших людей та спільно нести відповідальність за результат.

Особливу актуальність мали вправи на розвиток емоційної стійкості та подолання внутрішньої напруги. Нами організовано заняття з елементами дихальних технік та психологічної саморегуляції. Студенти виконували вправи на зниження рівня тривожності, концентрацію уваги та контроль емоційного стану. Після виконання вправ частина учасників зазначала зменшення напруження та покращення емоційного самопочуття. Зміни в сучасному суспільстві обумовлюють високий рівень психоемоційного навантаження серед молоді, через що формування навичок самоконтролю набуває особливого значення.

Нами проведено обговорення конфліктних ситуацій, які часто виникають у студентському середовищі. Учасникам запропоновано декілька змодельованих ситуацій, пов’язаних із непорозуміннями у груповій роботі, труднощами спілкування та розподілом обов’язків. Студенти аналізували поведінку учасників конфлікту та пропонували варіанти мирного вирішення проблеми. Після обговорення учасники дійшли висновку, що відкритий діалог та взаємна повага значно покращують взаємодію у колективі.

На завершальному етапі нами проведено повторне анкетування та бесіди зі студентами. Більшість учасників повідомила про покращення навичок

спілкування, підвищення рівня впевненості та зменшення страху перед публічними виступами. Студенти активніше брали участь у групових обговореннях, частіше проявляли ініціативу та охочіше погоджувалися виконувати організаторські функції. Особливе місце займало формування позитивної атмосфери у групі, оскільки підтримка інших учасників сприяла подоланню внутрішньої невпевненості та психологічних бар'єрів.

Таким чином, реалізована тренінгова програма забезпечувала комплексний вплив на розвиток лідерського потенціалу студентської молоді та створювала умови для формування комунікативних, організаторських та особистісних характеристик, необхідних для ефективної соціальної та професійної діяльності.

Висновки до розділу 2

У другому розділі роботи було представлено організацію та результати емпіричного дослідження впливу психологічних тренінгів на розвиток лідерських якостей студентської молоді. Проведене дослідження дозволило комплексно проаналізувати особливості сформованості лідерського потенціалу студентів, визначити проблемні аспекти розвитку лідерських характеристик та оцінити ефективність психологічного тренінгу як засобу особистісного розвитку.

На першому етапі дослідження було обґрунтовано методологічні засади емпіричної роботи, визначено вибірку дослідження, підібрано психодіагностичний інструментарій та розроблено логіку дослідницького процесу. Базою дослідження виступив Центр психологічного консультування та психокорекції МАУП, а вибірку становили 30 студентів віком від 18 до 22 років. Для комплексного вивчення рівня розвитку лідерських якостей використано методику діагностики лідерських здібностей Є. Жарікова та Є.

Крушельницького, методику КОС (В. Синявський, Б. Федоришин) та методику дослідження самооцінки С. Будассі.

Результати первинної психодіагностики засвідчили переважання середнього та низького рівнів розвитку лідерських якостей серед студентської молоді. Встановлено недостатній рівень розвитку організаторських здібностей, труднощі у міжособистісній взаємодії, недостатню впевненість у власних можливостях та недостатню готовність частини студентів до виконання лідерських функцій. Виявлені особливості підтвердили необхідність проведення спеціально організованої психологічної роботи, спрямованої на формування лідерського потенціалу особистості.

У межах формувального етапу дослідження було реалізовано психологічну тренінгову програму, яка включала систему групових вправ, рольових завдань та практичних методів роботи. Зміст тренінгу був спрямований на розвиток комунікативних здібностей, організаторських навичок, навичок командної взаємодії, відповідальності, емоційної стійкості та впевненості у власних силах. Використання інтерактивних форм роботи сприяло активному залученню студентів до процесу саморозвитку та формуванню позитивного психологічного клімату в групі.

Результати проведеної роботи підтвердили доцільність використання психологічного тренінгу як ефективного інструменту розвитку лідерських якостей студентської молоді. Організація системної психологічної підтримки та створення умов для розвитку особистісного потенціалу студентів сприяють формуванню важливих професійно значущих характеристик, необхідних для подальшої успішної соціальної та професійної реалізації особистості.

РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ У РОЗВИТКУ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ

3.1. Динаміка змін лідерських якостей студентів у процесі участі у тренінговій програмі

Оцінювання ефективності психологічного тренінгу передбачало проведення повторної психодіагностики після завершення формувального етапу дослідження. Основною метою контрольного етапу стало визначення змін у рівні розвитку лідерських якостей студентської молоді та аналіз результативності впровадженої тренінгової програми. Для забезпечення об’єктивності оцінювання використовувалися ті самі психодіагностичні методики, які застосовувалися на етапі первинного обстеження: методика діагностики лідерських здібностей Є. Жарікова та Є. Крушельницького, методика КОС (В. Синявський, Б. Федоришин) та методика дослідження самооцінки С. Будассі.

Порівняльний аналіз результатів діагностики до та після проведення психологічного тренінгу дозволив встановити позитивну динаміку розвитку лідерських якостей студентів. Зміни були зафіксовані як у загальному рівні сформованості лідерського потенціалу, так і в окремих його компонентах: комунікативних здібностях, організаторських навичках та рівні самооцінки.

Результати повторного дослідження за методикою діагностики лідерських здібностей продемонстрували суттєве покращення показників розвитку лідерських якостей.

Результати емпіричного дослідження демонструють суттєві зміни у структурі рівнів розвитку лідерських якостей студентської молоді після участі у психологічних тренінгах. Порівняння первинної та вторинної діагностики дає можливість простежити динаміку сформованості лідерських характеристик у межах досліджуваної вибірки.

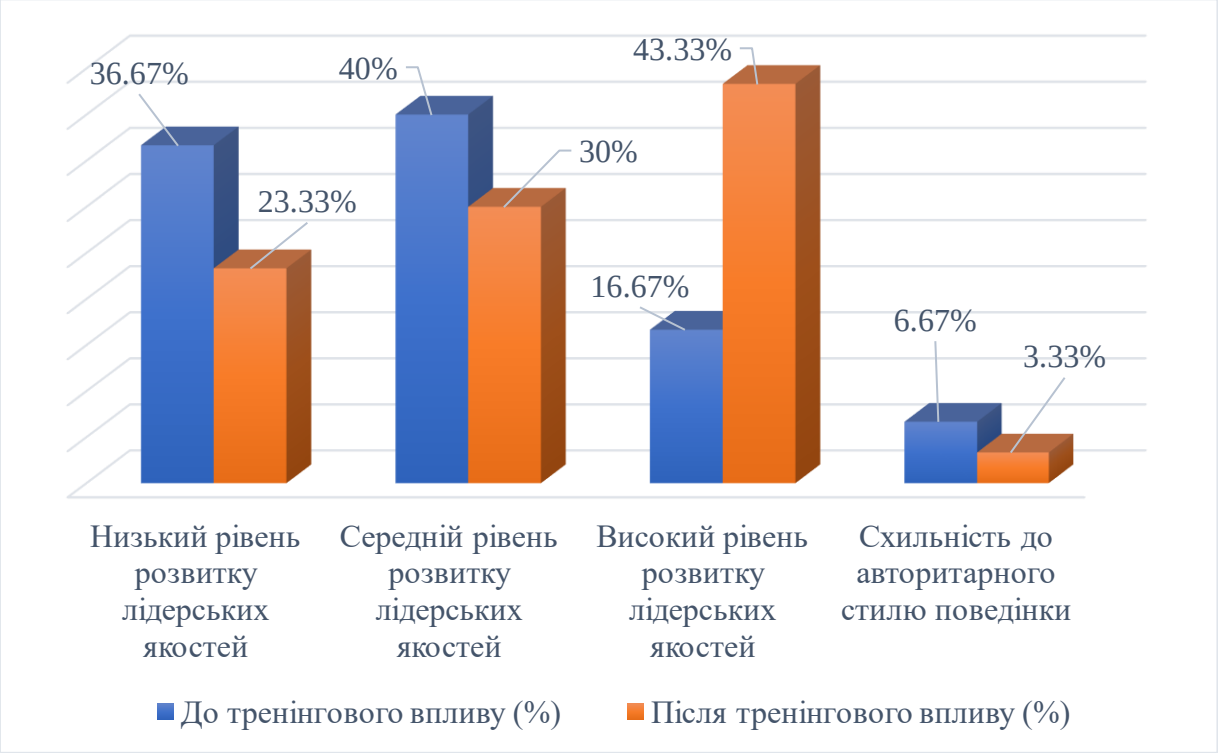


Рис. 3.1. Динаміка рівня лідерських якостей студентів (до та після тренінгового впливу)

Найбільш помітні зміни зафіксовано за результатами методики діагностики лідерських здібностей Є. Жарікова та Є. Крушельницького. До початку тренінгової роботи низький рівень розвитку лідерських якостей спостерігався у 11 студентів (36,67 %). Після завершення формувального етапу кількість таких студентів зменшилася до 7 осіб (23,33 %). Зниження показника на 13,34 % свідчить про позитивний вплив психологічного тренінгу на формування відповідальності, активності та готовності до міжособистісної взаємодії.

Кількість студентів із середнім рівнем розвитку лідерських здібностей також зменшилася. Якщо до початку роботи ця категорія становила 12 осіб (40 %), то після завершення тренінгової програми показник знизився до 9 осіб (30 %). Зменшення на 10 % пояснюється переходом частини студентів до категорії з високим рівнем розвитку лідерських якостей.

Найбільш виражені зміни відбулися у групі студентів із високим рівнем сформованості лідерського потенціалу. До участі у тренінгу лише 5 студентів (16,67 %) демонстрували високі показники розвитку лідерських здібностей. Після завершення формувального експерименту кількість таких учасників збільшилася до 13 осіб (43,33 %). Приріст становив 26,66 %, що є найбільш значущим результатом проведеної психологічної роботи.

Окремої уваги заслуговує показник схильності до авторитарного стилю поведінки. До початку тренінгової програми авторитарні тенденції були виявлені у 2 студентів (6,67 %). Після завершення психологічної роботи цей показник знизився до 1 особи (3,33 %). Отримані результати можуть свідчити про розвиток більш конструктивних моделей міжособистісної взаємодії та підвищення здатності студентів до партнерського стилю спілкування.

Позитивні зміни простежуються також за результатами методики КОС. До проведення психологічного тренінгу низький рівень розвитку комунікативних здібностей спостерігався у 9 студентів (30 %). Після завершення формувального етапу цей показник знизився до 5 осіб (16,67 %). Одночасно кількість студентів із високим рівнем комунікативних здібностей зросла з 7 осіб (23,33 %) до 12 осіб (40 %). Отримані зміни свідчать про розвиток навичок міжособистісного спілкування, підвищення впевненості під час взаємодії та покращення здатності до конструктивного обговорення спільних завдань.

Аналіз результатів організаторських здібностей також засвідчив позитивну динаміку. До участі у тренінговій програмі низький рівень організаторських схильностей виявлено у 11 студентів (36,67 %), після завершення роботи показник зменшився до 6 осіб (20 %). Водночас кількість студентів із високим рівнем організаторських здібностей збільшилася з 6 осіб (20 %) до 12 студентів (40 %).

Отримані результати свідчать про формування у студентів більшої готовності до організації діяльності колективу, координації спільної роботи та прийняття відповідальних рішень. У процесі групових вправ учасники почали

активніше проявляти ініціативу, брати на себе відповідальність та ефективніше взаємодіяти з іншими членами групи.

Позитивна динаміка спостерігається також за результатами дослідження самооцінки за методикою С. Будассі. До початку тренінгової роботи занижена самооцінка була виявлена у 10 студентів (33,33 %), після завершення програми кількість таких учасників зменшилася до 5 осіб (16,67 %). Водночас кількість студентів із адекватним рівнем самооцінки зросла з 15 осіб (50 %) до 20 осіб (66,67 %).

Підвищення показників адекватної самооцінки свідчить про розвиток упевненості у власних можливостях, зниження страху оцінювання та підвищення психологічної готовності до виконання лідерських функцій. У процесі тренінгової роботи студенти почали демонструвати більшу активність, самостійність та готовність до соціальної взаємодії.

Таким чином, результати повторної діагностики підтвердили ефективність психологічного тренінгу як засобу розвитку лідерських якостей студентської молоді. Найбільш виражені позитивні зміни відбулися у розвитку лідерських здібностей, організаторського потенціалу, комунікативної активності та рівня самооцінки студентів. Отримані результати підтверджують результативність запропонованої тренінгової програми та доцільність її використання у системі психологічного супроводу студентської молоді.

3.2. Оцінка ефективності тренінгового впливу на розвиток лідерських компетентностей

Оцінка ефективності психологічного тренінгу є важливим етапом емпіричного дослідження, оскільки дозволяє визначити результативність застосованих методів психологічного впливу та встановити ступінь позитивних змін у розвитку лідерських компетентностей студентської молоді.

У межах дослідження оцінювання ефективності тренінгової програми здійснювалося шляхом порівняння результатів первинної та повторної психодіагностики, а також аналізу поведінкових змін учасників у процесі групової взаємодії.

Проведений формувальний експеримент був спрямований на розвиток ключових складових лідерського потенціалу студентів: комунікативних здібностей, організаторських навичок, упевненості у власних можливостях, відповідальності, емоційної стійкості та здатності до ефективної взаємодії у колективі. Ефективність реалізованої програми оцінювалася на основі результатів методики діагностики лідерських здібностей Є. Жарікова та Є. Крушельницького, методики КОС (В. Синявський, Б. Федоришин) та методики самооцінки С. Будассі.

Аналіз результатів повторної діагностики засвідчив позитивний вплив тренінгової програми на рівень розвитку лідерських компетентностей студентів. Одним із найбільш значущих результатів стало зростання частки учасників із високим рівнем розвитку лідерських здібностей. Якщо до початку тренінгової роботи високий рівень був виявлений у 5 студентів (16,67 %), то після завершення формувального етапу цей показник зріс до 13 осіб (43,33 %). Приріст склав 26,66 %, що свідчить про результативність застосованих психологічних методів розвитку лідерського потенціалу.

Одночасно спостерігалося суттєве зменшення кількості студентів із низьким рівнем розвитку лідерських якостей. До реалізації психологічного тренінгу низький рівень був характерний для 11 студентів (36,67 %), після завершення програми кількість таких учасників скоротилася до 7 осіб (23,33 %). Встановлена позитивна динаміка свідчить про підвищення рівня соціальної активності, розвитку відповідальності та готовності студентів до виконання лідерських функцій.

Особливу увагу привертають зміни у розвитку комунікативних компетентностей. За результатами методики КОС низький рівень комунікативних здібностей до тренінгової роботи виявлено у 9 студентів (30

%), після завершення програми — у 5 осіб (16,67 %). Одночасно високий рівень комунікативних здібностей зріс із 7 студентів (23,33 %) до 12 осіб (40 %). Приріст високих показників становив 16,67 %.

Отримані результати підтверджують, що використані тренінгові вправи сприяли розвитку навичок міжособистісного спілкування, уміння підтримувати конструктивний діалог, аргументовано висловлювати власну позицію та налагоджувати ефективну взаємодію з іншими людьми. Під час проведення групових занять студенти стали активніше брати участь в обговореннях, частіше проявляти ініціативність та демонструвати вищий рівень комунікативної впевненості.

Позитивна динаміка встановлена також у розвитку організаторських компетентностей. До участі у тренінгу високий рівень організаторських схильностей було виявлено у 6 студентів (20 %), після завершення психологічної програми цей показник зріс до 12 осіб (40 %). Кількість студентів із низьким рівнем організаторських здібностей зменшилася з 11 осіб (36,67 %) до 6 студентів (20 %).

Отримані результати дозволяють стверджувати, що психологічний тренінг позитивно вплинув на розвиток здатності студентів до планування діяльності, координації роботи групи, прийняття відповідальних рішень та організації колективної взаємодії. Учасники почали активніше брати на себе відповідальність за результати спільної діяльності та демонструвати вищий рівень самостійності.

Аналіз результатів дослідження самооцінки також підтвердив ефективність тренінгового впливу. Кількість студентів із заниженим рівнем самооцінки зменшилася з 10 осіб (33,33 %) до 5 осіб (16,67 %). Одночасно показник адекватної самооцінки зріс із 15 студентів (50 %) до 20 осіб (66,67 %).

Позитивні зміни рівня самооцінки мають важливе значення для розвитку лідерських компетентностей, оскільки впевненість у власних можливостях виступає однією з базових передумов ефективного лідерства. Студенти стали

більш активними під час виконання колективних завдань, меншою мірою уникали відповідальності та демонстрували вищий рівень психологічної готовності до соціальної взаємодії.

Окрім кількісних показників, ефективність тренінгового впливу підтверджувалася результатами спостереження за поведінкою учасників. У процесі проведення групових занять було зафіксовано підвищення рівня активності студентів, покращення навичок командної взаємодії, зростання відповідальності та формування більш конструктивних моделей поведінки.

Таким чином, результати дослідження підтвердили високу ефективність психологічного тренінгу як засобу розвитку лідерських компетентностей студентської молоді. Реалізована програма сприяла розвитку комунікативних і організаторських здібностей, підвищенню рівня впевненості у власних силах, покращенню міжособистісної взаємодії та формуванню важливих компонентів лідерського потенціалу особистості. Отримані результати підтверджують доцільність використання психологічних тренінгів у системі психологічного супроводу студентської молоді та створюють підґрунтя для подальшого впровадження подібних програм у практику закладів вищої освіти.

3.3. Практичні рекомендації щодо впровадження психологічних тренінгів у систему підготовки студентів-лідерів

Результати проведеного емпіричного дослідження підтвердили ефективність психологічних тренінгів як засобу розвитку лідерських компетентностей студентської молоді. Встановлено, що цілеспрямована тренінгова робота позитивно впливає на формування комунікативних навичок, організаторських здібностей, відповідальності, упевненості у власних можливостях та готовності до конструктивної взаємодії у колективі. Отримані результати обумовлюють необхідність удосконалення системи

психологічного супроводу студентів та впровадження програм розвитку лідерського потенціалу у практику закладів вищої освіти.

Одним із першочергових напрямів удосконалення освітнього середовища є систематичне впровадження психологічних тренінгів у процес професійної підготовки студентів. Формування лідерських якостей потребує тривалої та послідовної роботи, тому проведення окремих короткотривалих занять не завжди забезпечує стійкий результат. Доцільним є включення тренінгових програм до системи позааудиторної діяльності студентів або впровадження окремих навчально-практичних модулів, спрямованих на розвиток лідерських компетентностей [19].

Важливим напрямом удосконалення тренінгової роботи є розширення змісту програм психологічного супроводу студентської молоді. Тренінгові заняття повинні охоплювати не лише розвиток комунікативних навичок та організаторських здібностей, а й формування емоційного інтелекту, навичок управління конфліктами, розвитку стресостійкості та психологічної саморегуляції. У сучасних умовах особливого значення набуває розвиток здатності до прийняття рішень в умовах невизначеності, уміння працювати у команді та ефективно взаємодіяти з різними соціальними групами [6].

Доцільним є використання інтерактивних форм психологічної роботи, які забезпечують активне залучення студентів до освітнього процесу. Найбільш ефективними методами розвитку лідерських компетентностей можуть виступати рольові ігри, аналіз проблемних ситуацій, командні проєкти, моделювання професійних ситуацій, дискусійні методи роботи та вправи на розвиток навичок самопрезентації. Практична спрямованість тренінгових занять сприяє кращому засвоєнню соціального досвіду та формуванню стійких моделей поведінки.

Особливу увагу необхідно приділяти розвитку комунікативної компетентності студентів. Ефективне лідерство передбачає здатність до конструктивної взаємодії, переконливого висловлення власної позиції, уміння слухати співрозмовника та враховувати потреби інших учасників колективної

діяльності. У зв’язку з цим доцільним є включення до тренінгових програм вправ на розвиток навичок активного слухання, міжособистісного спілкування, публічного виступу та групової взаємодії.

Важливим напрямом удосконалення психологічного супроводу студентської молоді є формування навичок організації діяльності та прийняття відповідальних рішень. Доцільно використовувати практичні завдання, пов’язані з розподілом ролей, плануванням спільної діяльності, управлінням груповими процесами та координацією командної роботи. Подібні вправи створюють умови для формування відповідальності, самостійності та організаторського потенціалу студентів [11].

Не менш важливим компонентом підготовки студентів-лідерів є розвиток упевненості у власних можливостях та позитивного самосприйняття. Результати дослідження показали, що недостатній рівень самооцінки може виступати чинником, який обмежує прояви лідерської активності. У зв’язку з цим до тренінгових програм доцільно включати вправи на розвиток позитивного образу «Я», формування впевненості у власних силах та подолання страху оцінювання.

Окрему увагу доцільно приділяти розвитку навичок психологічної стійкості студентської молоді. Зростання психоемоційного навантаження в умовах сучасного освітнього середовища потребує формування здатності ефективно долати стресові ситуації, контролювати власний емоційний стан та підтримувати продуктивну взаємодію у складних умовах діяльності. Використання технік саморегуляції, вправ на розвиток емоційної стійкості та психологічної гнучкості може суттєво підвищити результативність тренінгової роботи[24].

З метою підвищення ефективності програм розвитку лідерського потенціалу доцільним є проведення систематичного психологічного моніторингу. Періодичне психодіагностичне обстеження дозволяє визначати рівень розвитку ключових компетентностей, оцінювати результативність впроваджених програм та своєчасно коригувати зміст тренінгової роботи.

Таким чином, удосконалення системи психологічної підготовки студентів-лідерів повинно передбачати комплексний підхід, який поєднує розвиток комунікативних, організаторських та особистісних характеристик майбутніх фахівців. Впровадження психологічних тренінгів у систему професійної підготовки студентської молоді сприятиме розвитку їхнього лідерського потенціалу, підвищенню рівня соціальної активності та формуванню важливих компетентностей, необхідних для подальшої професійної діяльності.

Висновки до розділу 3

У третьому розділі роботи здійснено аналіз результативності психологічного тренінгу як засобу розвитку лідерських якостей студентської молоді та оцінено ефективність формувального впливу на розвиток основних компонентів лідерського потенціалу. Проведене дослідження дало можливість визначити позитивні зміни, які відбулися у структурі лідерських компетентностей студентів після проходження тренінгової програми.

Результати повторної психодіагностики засвідчили позитивну динаміку розвитку лідерських якостей учасників дослідження. Встановлено зменшення кількості студентів із низьким рівнем розвитку лідерських здібностей та одночасне зростання частки студентів із високими показниками сформованості лідерського потенціалу. Позитивні зміни були виявлені також у розвитку комунікативних та організаторських здібностей, що підтверджує ефективність використаних тренінгових технологій.

Аналіз результатів дозволив встановити, що після проходження психологічного тренінгу студенти стали більш активними під час колективної взаємодії, частіше проявляли ініціативність, упевненіше висловлювали власну позицію та демонстрували вищий рівень готовності до виконання організаційних функцій. Спостерігалося покращення навичок командної

роботи, розвиток відповідальності та підвищення рівня міжособистісної взаємодії.

Позитивні зміни були зафіксовані також у показниках самооцінки студентів. Учасники продемонстрували більшу впевненість у власних можливостях, готовність до прийняття рішень та зниження рівня психологічної скутості під час виконання колективних завдань. Виявлена динаміка підтверджує важливу роль психологічного тренінгу у формуванні особистісних ресурсів, необхідних для ефективного лідерства.

Окрему увагу приділено практичним рекомендаціям щодо вдосконалення системи підготовки студентів-лідерів у закладах вищої освіти. Встановлено доцільність систематичного впровадження психологічних тренінгів у структуру професійної підготовки студентської молоді, використання інтерактивних методів роботи та створення умов для розвитку комунікативних, організаторських та емоційно-вольових характеристик особистості.

Таким чином, результати проведеного дослідження підтвердили ефективність психологічного тренінгу як засобу розвитку лідерських компетентностей студентів. Реалізація тренінгових програм у системі підготовки майбутніх фахівців сприяє формуванню відповідальності, комунікативної активності, організаторських здібностей та готовності студентської молоді до ефективної соціальної й професійної діяльності.

ВИСНОВКИ

Проблема розвитку лідерських якостей студентської молоді набуває особливої актуальності в умовах сучасних суспільних змін, оскільки професійна підготовка майбутніх фахівців передбачає не лише засвоєння спеціальних знань і навичок, але й формування особистісних характеристик, необхідних для ефективної взаємодії, прийняття відповідальних рішень, організації колективної діяльності та успішної професійної самореалізації. Одним із дієвих інструментів розвитку зазначених якостей виступають психологічні тренінги, які створюють умови для активного особистісного зростання, розвитку комунікативної компетентності та формування лідерського потенціалу студентської молоді.

У процесі виконання дослідження було здійснено теоретичний аналіз наукових підходів до розуміння феномену лідерства та визначено його роль у розвитку особистості студента. Встановлено, що сучасні концепції лідерства розглядають його як складне соціально-психологічне явище, яке поєднує індивідуально-психологічні характеристики особистості, особливості соціальної взаємодії та здатність впливати на інших людей. Аналіз теоретичних джерел дозволив визначити основні підходи до класифікації лідерства, з’ясувати особливості розвитку лідерських якостей у студентському віці та обґрунтувати необхідність створення умов для їх цілеспрямованого формування у процесі професійної підготовки.

У межах теоретичного дослідження також було проаналізовано психологічний тренінг як форму активного соціально-психологічного навчання. Встановлено, що тренінгові технології забезпечують сприятливі умови для розвитку комунікативних навичок, організаторських здібностей, емоційної стійкості, упевненості у власних можливостях та навичок конструктивної взаємодії. Визначено основні структурні компоненти психологічного тренінгу, його функції та педагогічний потенціал у процесі формування особистісного ресурсу студентської молоді.

Проведений аналіз особливостей розвитку лідерських якостей у студентському середовищі дозволив встановити, що процес формування лідерського потенціалу залежить від сукупності психологічних та соціально-педагогічних чинників. Важливу роль відіграють рівень мотивації, особливості міжособистісної взаємодії, комунікативна активність, самооцінка, здатність до відповідальності та особливості групової динаміки. Отримані теоретичні положення стали підґрунтям для побудови емпіричного дослідження.

У межах емпіричної частини роботи було організовано дослідження впливу психологічного тренінгу на розвиток лідерських якостей студентів. Базою дослідження виступив Центр психологічного консультування та психокорекції МАУП. У дослідженні взяли участь 30 студентів віком від 18 до 22 років. Для оцінювання рівня розвитку лідерських якостей використовувався комплекс психодіагностичних методик: методика діагностики лідерських здібностей Є. Жарікова та Є. Крушельницького, методика КОС (В. Синявський, Б. Федоришин) та методика дослідження самооцінки С. Будассі.

Результати первинної психодіагностики засвідчили недостатній рівень розвитку окремих компонентів лідерського потенціалу студентської молоді. Значна частина учасників дослідження демонструвала труднощі у міжособистісному спілкуванні, недостатню впевненість у власних можливостях, обмежений рівень організаторських здібностей та недостатню готовність до виконання лідерських функцій. Встановлені особливості підтвердили необхідність проведення спеціально організованої психологічної роботи.

На формувальному етапі було реалізовано психологічну тренінгову програму, спрямовану на розвиток комунікативних компетентностей, організаторських здібностей, емоційної стійкості, відповідальності та навичок командної взаємодії. Зміст тренінгу включав групові вправи, рольові ігри, практичні ситуаційні завдання, вправи на розвиток самопрезентації та техніки психологічної саморегуляції.

Результати повторної діагностики підтвердили ефективність проведеної психологічної роботи. Встановлено позитивну динаміку розвитку лідерських якостей студентів. Кількість студентів із низьким рівнем розвитку лідерських здібностей зменшилася з 36,67 % до 23,33 %, тоді як частка учасників із високим рівнем розвитку лідерського потенціалу збільшилася з 16,67 % до 43,33 %. Виявлено покращення показників комунікативних та організаторських здібностей, підвищення рівня самооцінки та впевненості у власних можливостях.

У процесі реалізації тренінгової програми студенти почали демонструвати вищий рівень соціальної активності, відповідальності та готовності до організації колективної діяльності. Спостерігалося покращення навичок командної взаємодії, підвищення рівня міжособистісного спілкування та зростання психологічної готовності до виконання лідерських функцій.

На основі отриманих результатів було розроблено практичні рекомендації щодо вдосконалення системи підготовки студентів-лідерів у закладах вищої освіти. Встановлено доцільність систематичного впровадження психологічних тренінгів у систему професійної підготовки студентської молоді, розширення програм розвитку комунікативних компетентностей та використання інтерактивних методів психологічної роботи.

Отже, результати проведеного дослідження підтвердили гіпотезу про те, що психологічний тренінг виступає ефективним засобом розвитку лідерських якостей студентської молоді. Реалізація спеціально організованої тренінгової програми сприяє формуванню важливих особистісних характеристик, необхідних для подальшої професійної діяльності, підвищує рівень соціальної компетентності студентів та створює умови для розвитку їхнього лідерського потенціалу. Перспективою подальших досліджень може стати вивчення впливу окремих тренінгових технологій на розвиток різних компонентів лідерської компетентності студентської молоді.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Анохіна А. О., Ігнатюк О. А. Соціально-психологічний тренінг з розвитку лідерських якостей студентів-психологів. Харків : КПІ, 2024.

2. Афанасьєва Н. Є., Перелигіна Л. А. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу : навч.-метод. посібник. Харків : НУЦЗУ, 2015. 251 с.

3. Бальцежик Р., Матерак Я., Голубник О. Теоретичні аспекти дослідження лідерства // Формування ринкової економіки в Україні. 2019. Вип. 42. С. 174–185.

4. Брукховецька О. Розвиток лідерських якостей майбутніх фахівців // Вісник ПО. 2025. № 33 (62). С. 174–185.

5. Горецька О. В., Сердюк Н. І., Цимбалюк К. Р. Розвиток лідерських якостей студентів-психологів як важливий складник їхньої особистісної підготовки // Габітус. 2023. Вип. 51. С. 23–29. https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.23

6. Гриньова М. В. Поняття «лідерські якості» у сучасному дискурсі лідерології // Педагогічна наука і освіта у сучасному вимірі: проблеми та перспективи розвитку : матеріали VI Всеукраїнської науково-практичної конференції, 17 травня 2024 р. Одеса, 2024. С. 28–31.

7. Данчук Ю. П. Теоретико-методологічні засади психологічного тренінгу // Наукові праці Кам’янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. 2022. Вип. 21. С. 204–205.

8. Жукова А. Тренінг як засіб формування лідерської компетенції у студентів коледжу // Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського. 2022. № 1 (138). С. 17–24.

9. Жукова А. Педагогічний коучинг у контексті трансформації вищої військової освіти // АПН-журнал. 2025. Вип. 90. С. 48.

10. Жукова А. Р. Коучинг у педагогічній діяльності для формування лідерських компетентностей // Плекаємо особистість : наук.-метод. альманах. 2024. Вип. 7. С. 31–35.

11. Зеленов Є. А. Формування лідерських якостей як завдання планетарного виховання студентської молоді // Духовність особистості: методологія, теорія і практика. 2017. № 5 (80). С. 70–78.

12. Зеленська Л. Формування лідерських якостей у студентів вищих навчальних закладів // ТіПУС. 2023. № 294724.

13. Ілліч Л. Коучингові компетенції в управлінні персоналом закладів освіти // Journal.eae. 2025.

14. Кайдалова Л. Г., Кайдалова А. В. Коучинг як технологія індивідуального навчання у професійній підготовці майбутніх фахівців // Інноваційна педагогіка. 2025. № 80, т. 2. С. 55–58.

15. Карпенко І. С. Місце і роль освітньо-професійного коучингу у системі практичної лідерської підготовки // Філософсько-соціологічні та психолого-педагогічні проблеми. 2024. С. 15–156.

16. Ковальова В. І. Розвиток лідерських якостей студентів через тренінгові форми навчання // Економічний розвиток і спадщина Семена Кузнеця: зб. матер. міжнар. наук.-практ. конф. Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2018. С. 298–299.

17. Кошіль О., Спіріна Т. Особливості формування лідерських якостей у студентів в умовах фахового коледжу // Ввічливість. Humanitas. 2023. № 3. С. 47–52. https://doi.org/10.32782/humanitas/2023.3.6

18. Куниця Т. Ю. Формування та розвиток лідерських якостей у старшокласників // Педагогічна наука. 2023. № 27 (1). С. 271–281. https://doi.org/10.32405/2308-3778-2023-27-1-271-281

19. Майданюк М. О., Тернопільська В. І. Формування соціальної ініціативності студентської молоді засобами коучинг-технологій // Інноваційна педагогіка. 2025. № 79, т. 1. С. 204–207.

20. Мірошниченко О. Соціально-психологічний тренінг як ефективний інструмент формування у здобувачів лідерських якостей, навичок самоменеджменту та мотивації до саморозвитку. 2024.

21. Нікіцький А. Ю. Формування лідерських компетентностей молоді засобами використання коучинг-технологій. Кривий Ріг, 2023.

22. Олійник І., Грушка В., Радченко О. Соціально-психологічний тренінг як технологія активізації лідерського потенціалу майбутніх фахівців // Педагогічна Академія: наукові записки. 2025. № 25. https://doi.org/10.5281/zenodo.17968827

23. Похилюк О. Особливості тренінгових технологій у формуванні лідерських якостей майбутніх фахівців // Молодий вчений. 2023. № 11 (5734). С. 5612.

24. Пшенична І. Педагогічні стратегії розвитку лідерських компетентностей майбутніх фахівців // Український освітній журнал. 2025.

25. Сидорук М. В. Розвиток лідерських якостей у студентів вищих навчальних закладів // Евнуір. 2024. С. 298–299.

26. Слюсаренко О. О. Поняття «лідер» і «лідерство» в сучасній науковій літературі // Науковий вісник Ужгородського національного університету. Сер. Педагогіка. Соціальна робота. 2016. Вип. 2 (39). С. 244–246.

27. Собченко Т. М. Коучинг в освіті : навч.-метод. матеріали. 2023.

28. Стельмах О. І. Психологічні умови розвитку лідерських якостей у студентів // Елар. 2023.

29. Стрельбицька С. М. Формування лідерських якостей здобувачів освіти засобами коучинг-технологій // Вісник науки та освіти. 2024. № 2 (20). С. 1191–1205.

30. Темненко Н. І. Розвиток лідерських якостей в рамках професійної підготовки майбутніх фахівців // Ір. 2023. С. 298–299.

31. Тесленко В. Формування лідерських якостей у студентів вищого навчального закладу // Педагогічні інновації: ідеї, реалії, перспективи. 2025. Вип. 1. С. 42–51.

32. Tymkiv O. O. Розвиток лідерських компетенцій у керівників IT-компаній в умовах війни та цифровізації // Eco-science. 2025. № 9. С. 20–33.

33. Федосєєва Г. С. Коучинг в розвитку лідерства серед жінок-підприємниць. 2024.

34. Філатова Л. С., Новохацька Л. В. Теоретичні аспекти теорій лідерства крізь призму ефективного лідерства // Економіка: реалії часу. 2014. № 3 (13). С. 64–69.

35. Чернякова О., Гришко О., Палій А. Коучинг і тренінг як інструменти розвитку лідерських якостей // Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія. 2025. № 1. С. 106–111. https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2025.1.19

36. Чернишова Л. І., Жовта Д. В. Тенденції розвитку коучингу в Україні // Сучасний менеджмент економічних систем в координатах парадигми сталого розвитку : матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції. Дніпро : Середняк Т. К., 2020. С. 164–166.

37. Штанько Н. А. Лідерство як соціально-психологічний феномен // Юридична психологія та педагогіка. 2013. № 2. С. 50–61.