

Михайлишин У. Б.*доктор психологічних наук, професор,
завідувач кафедри психології
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»
ORCID: 0000-0002-0225-8115***Юхименко І. В.***викладач кафедри психології
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»
ORCID: 0009-0004-6105-7390***Довжанин О. М.***магістр психології
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»*

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ ТА СТРЕСОСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ У РАНЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

THE RELATIONSHIP BETWEEN LEADERSHIP QUALITIES AND STRESS RESILIENCE OF PERSONALITY IN EARLY ADOLESCENCE

У статті здійснено дослідження проблеми взаємозв'язку лідерських якостей та стресостійкості особистості у ранньому юнацькому віці.

На основі теоретичного аналізу наукових підходів визначено, що поняття лідерства не має однозначного трактування. У загальному лідерство характеризується як складний соціально-психологічний феномен, розглядається як процес управління соціальною групою, детермінований суспільними відносинами. Лідер висувається для забезпечення ефективної організації спільної діяльності. Виокремлюють такі основні якості лідера як упевненість у собі, емоційну стійкість, активність, енергійність, компетентність та здатність впливати на інших.

Проаналізувавши основні наукові положення з'ясовано, що стресостійкість розглядають як інтегративну, динамічну властивість особистості, що забезпечує здатність зберігати ефективність діяльності в умовах значних інтелектуальних, емоційних і вольових навантажень. Стійкість до стресу виражається у вмінні особистості протистояти впливу стресогенних чинників та адаптуватися до складних ситуацій.

Проведено емпіричне дослідження взаємозв'язку лідерських якостей та стресостійкості особистості у ранньому юнацькому віці. Для діагностики обрано наступні методики: методика діагностики типів лідерства (М. Белбін); методика діагностики стійкості до стресу (Максименко С. Д., Карамушка Л. М., Зайчикова Т. В.); методика діагностики психологічного стресу «Шкала психологічного стресу PSM-25» (Л. Лемур, Р. Тесьє, Л. Філліон).

За допомогою зазначених методик виявлено, що у вибірці переважає прояв таких типів лідерства як «людина контактів», «людина групи» та «людина ідеї». Найменше проявляється тип лідерства «перфекціоніст». Визначено, що у переважній частині досліджуваних виражений високий рівень стійкості до стресу та низький рівень психологічного стресу.

За допомогою статистичної обробки даних (коефіцієнт кореляції Пірсона) встановлено взаємозв'язок між типами лідерства та стресостійкістю, рівнем психологічного стресу. В учнів з вираженими типами лідерства, такими як практичний організатор, природний лідер, людина дії, людина ідеї, людина контактів, суддя та людина групи помітний високий рівень стресостійкості та низький рівень психологічного стресу. В учнів із вираженим типом лідерства як перфекціоніст нижчий рівень стресостійкості та високий рівень психологічного стресу.

Ключові слова: лідерство, лідерські якості, лідер, стрес, стійкість до стресу, ранній юнацький вік.

The article examines the relationship between leadership qualities and an individual's stress resistance in early adolescence.

Based on a theoretical analysis of scientific approaches, it is concluded that the concept of leadership lacks an unambiguous definition. In general, leadership is characterized as a complex socio-psychological phenomenon, considered as a process of managing a social group, determined by social relations. A leader is nominated to ensure the effective organization of joint activities. The following basic qualities of a leader are distinguished: self-confidence, emotional stability, activity, energy, competence, and the ability to influence others.

Having analyzed the main scientific provisions, we found that stress resistance is considered an integrative, dynamic personality property, enabling the maintenance of activity effectiveness under significant intellectual, emotional, and volitional loads. Stress resistance is an individual's ability to withstand the effects of stressors and adapt to difficult situations.

An empirical study of the relationship between leadership qualities and an individual's stress resistance in early adolescence was conducted. The following methods were selected for diagnostics: a methodology for diagnosing leadership types (M. Belbin); a methodology for diagnosing stress resistance (Maksymenko S. D., Karamushka L. M., Zaychukova T. V.); a methodology for diagnosing psychological stress "PSM-25 Psychological Stress Scale" (L. Lemure, R. Tessier, L. Fillion).



Using the above methods, it was established that the sample is dominated by leadership types such as "contact person", "group person", and "idea person". The "perfectionist" leadership type is least manifested. It was determined that the majority of the study subjects have a high level of stress resistance and a low level of psychological stress.

Using statistical data analysis (Pearson's correlation coefficient), a relationship was established between leadership types and stress resistance, as measured by psychological stress levels. Students with pronounced leadership types, such as practical organizer, natural leader, action person, idea person, contact person, judge, and group person, exhibit high stress resistance and low psychological and perceived stress. Students with a pronounced leadership type as a perfectionist have a lower level of stress resistance and a high level of psychological and perceived stress.

Key words: leadership, leadership qualities, leader, stress, stress resistance, early adolescence.

Вступ. Розвиток суспільства на сучасному етапі характеризується високою динамічністю соціальних, політичних, економічних та інших змін. Особистість знаходиться під дією багатьох стресогенних факторів. Зростає потреба у формуванні стресостійкості як інтегративної властивості особистості, що забезпечує ефективну адаптацію до складних життєвих обставин. Таким чином, важливим є дослідження основних способів підвищення рівня стійкості до стресу особистості. Зокрема, сформовані на високому рівні лідерські якості можуть мати позитивний взаємозв'язок із здатністю людини протистояти стресу.

Ранній юнацький вік є сензитивним періодом становлення особистісної ідентичності. У цей час активно розвиваються лідерські якості, ініціативність, готовність брати на себе відповідальність та приймати рішення, що набуває особливого значення в умовах соціальних викликів.

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю емпіричного вивчення взаємозв'язку лідерських якостей і стресостійкості особистості у ранньому юнацькому віці. Адже незважаючи на значну кількість досліджень, дана проблема залишається недостатньо розкритою у період ранньої юності.

Виклад основного матеріалу. Грищенко І.М. зазначає, що під лідерством звичайно розуміють один із процесів організації малої соціальної групи та управління нею, який сприяє досягненню групової мети в оптимальний термін і з оптимальним ефектом, детермінований панівними в суспільстві соціальними відносинами. Лідер – член групи, який спонтанно висувається на роль неофіційного керівника в умовах певної, специфічної та досить значущої ситуації, щоб забезпечити організацію спільної діяльності людей для найшвидшого та успішного досягнення спільної мети [1].

Характеризуючи лідера, А. Менегетті виділяє три основних якості: наявність неординарного вродженого потенціалу, що проявляється як талант координатора; глибоке пізнання і професіоналізм у галузях, найбільш затребуваних соціальною групою або суспільством в цілому; переваги результатів, отриманих у певному виді діяльності. Лідер, у першу чергу, вирізняється вмінням координувати діяльність колективу заради досягнення спільної мети.

Лі Цзіці наголошує, що функціональність лідера визначається вмінням знаходити і координувати для досягнення мети ті засоби, сукупність яких здатна задовольнити інтереси найближчої соціальної групи. Суб'єкт, який діє на користь суспільства, стає лідером у тій чи іншій мірі [3].

Д. Майєрс виділив такі лідерські якості, що припадати справжньому лідеру: упевненість у собі; наявність переконливих уявлень про бажаний стан справ і здатність донести інформацію колективу доступною мовою; оптимізм; непересічність; енергійність; сумлінність; поступливість та емоційна стійкість.

Р. Стогділл означив якості, що характеризують успішного лідера: розум, панування над іншими, упевненість у собі, активність, енергійність, знання справи [4].

Іванова О. С. зазначає, що визначення стресостійкості у цілому характеризується як: деяка сукупність особистісних якостей, що дозволяють людині переносити значні інтелектуальні, вольові та емоційні навантаження (перевантаження), зумовлені особливостями професійної діяльності, без особливих шкідливих наслідків для діяльності оточуючих і себе; здатність індивіда зберігати здоров'я та повну ефективність під час діяльності та у відносинах при сильних емоційних навантаженнях.

Також, Іванова О. С. вказує, що стресостійкість можна розглядати, як складну динамічну характеристику людини, яка є здатністю, щоб протистояти впливу від стресу та долаючи стресові ситуації, пристосовуючись до них та знайти сили, щоб зберегти цілісність організму та адаптуватись під умови в стресогенній обстановці [2].

Емпіричне дослідження взаємозв'язку лідерських якостей та стресостійкості особистості у ранньому юнацькому віці проведено на базі Хустського багатопрофільного ліцею №1 ім. Івана Магули. Вибірку сформовано із учнів 10 та 11 класів загальною кількістю 45 осіб.

Для дослідження підібрано наступні методики: методика діагностики типів лідерства (М. Белбін); методика діагностики стійкості до стресу (Максименко С. Д., Карамушка Л. М., Зайчикова Т. В.); методика діагностики психологічного стресу «Шкала психологічного стресу PSM-25» (Л. Лемур, Р. Тесьє, Л. Філліон).

За методикою діагностики типів лідерства (М. Белбін) визначено, що тип лідерства «практичний організатор» яскраво виражений у 14 осіб. Дана кількість осіб складає 31% від загальної кількості учнів сформованої вибірки. Тип лідерства «природний лідер» яскраво виражений у 13 осіб. Дана кількість осіб складає 29% від загальної кількості учнів сформованої вибірки. Тип лідерства «людина дії» яскраво виражений у 14 осіб. Дана кількість осіб складає 31% від загальної кількості учнів сформованої вибірки. Тип лідерства «людина ідеї» яскраво

виражений у 17 осіб. Дана кількість осіб складає 38% від загальної кількості учнів сформованої вибірки. Тип лідерства «людина контактів» яскраво виражений у 18 осіб. Дана кількість осіб складає 40% від загальної кількості учнів сформованої вибірки. Тип лідерства «суддя» яскраво виражений у 12 осіб. Дана кількість осіб складає 27% від загальної кількості учнів сформованої вибірки. Тип лідерства «людина групи» яскраво виражений у 18 осіб. Дана кількість осіб складає 40% від загальної кількості учнів сформованої вибірки. Тип лідерства «перфекціоніст» яскраво виражений у 11 осіб. Дана кількість осіб складає 24% від загальної кількості учнів сформованої вибірки.

Визначено рівень прояву різних типів лідерства у досліджуваних учнів. Здійснивши кількісний аналіз помітно, що типи лідерства виражені не рівномірно. Таким чином, найчастіше у даній вибірці зустрічаються такі типи лідерства як «людина контактів», «людина групи» та «людина ідеї». Найменше осіб мають вираженим тип лідерства «перфекціоніст».

Отже, у проявах лідерства найчастіше в учнів помітні такі риси як комунікабельність, допитливість та відкритість. Часто учні демонструють поступливість та товариськість. Багато учнів здатні створювати нові та оригінальні ідеї. Завдяки набору даних рис досліджувані особи завойовують лідерські позиції у колективі, які також можуть проявлятися і ситуативно, в залежності від обставин.

Результати дослідження у відсотковому співвідношенні за даною методикою зображено на рисунку 1.

За методикою діагностики стійкості до стресу (Максименко С. Д., Карамушка Л. М., Зайчикова Т. В.) визначено, що високий рівень стійкості до стресу яскраво виражений у 33 осіб. Дана кількість осіб складає 73% від загальної кількості учнів сформованої вибірки. Середній рівень стійкості до стресу яскраво виражений у 9 осіб. Дана кількість осіб складає 20% від загальної кількості учнів сформованої вибірки. Низький рівень стійкості

до стресу яскраво виражений у 3 осіб. Дана кількість осіб складає 7% від загальної кількості учнів сформованої вибірки.

Визначено рівень прояву стійкості до стресу у досліджуваних учнів. Здійснивши кількісний аналіз помітно, що рівні стійкості до стресу виражені не рівномірно. Таким чином, найбільш часто в учнів виражений високий рівень стійкості до стресу. Низький рівень стресостійкості діагностовано лише у трьох учнів.

Отже, у більшості досліджуваних учнів даної вибірки проявляється висока здатність протистояти різного роду факторам, що можуть спричинити стрес. Учні здатні у стресових ситуаціях зберігати спокій, вести себе стримано та приймати раціональні рішення для якомога ефективнішого розв'язання проблемної ситуації.

Результати дослідження у відсотковому співвідношенні за даною методикою зображено на рисунку 2.

За методикою діагностики психологічного стресу «Шкала психологічного стресу PSM-25» (Л. Лемур, Р. Тесьє, Л. Філліон) визначено, що високий рівень психологічного стресу яскраво виражений у 3 осіб. Дана кількість осіб складає 7% від загальної кількості учнів сформованої вибірки. Середній рівень психологічного стресу яскраво виражений у 8 осіб. Дана кількість осіб складає 17% від загальної кількості учнів сформованої вибірки. Низький рівень психологічного стресу яскраво виражений у 34 осіб. Дана кількість осіб складає 76% від загальної кількості учнів сформованої вибірки.

Визначено рівень прояву психологічного стресу у досліджуваних учнів. Здійснивши кількісний аналіз помітно, що рівні психологічного стресу виражені не рівномірно. Таким чином, найбільш часто в учнів виражений низький рівень психологічного стресу. У найменшій кількості осіб проявляється високий рівень.

Отже, у більшості досліджуваних учнів даної вибірки проявляється стан психологічної адаптованості. Учні можуть контролювати себе під впливом

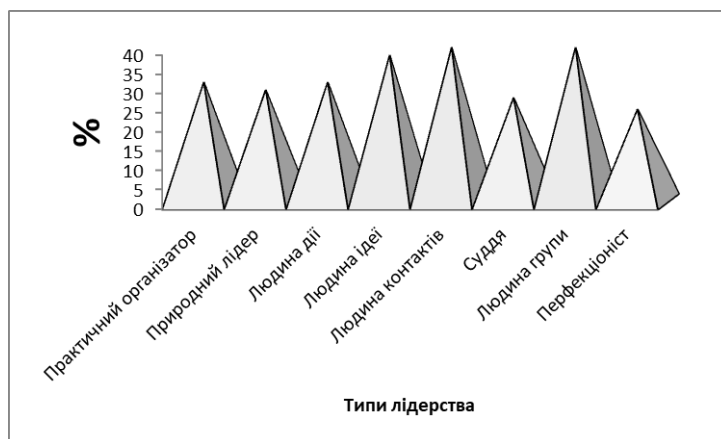


Рис. 1. Результати дослідження у відсотковому співвідношенні за методикою діагностики типів лідерства (М. Белбін)

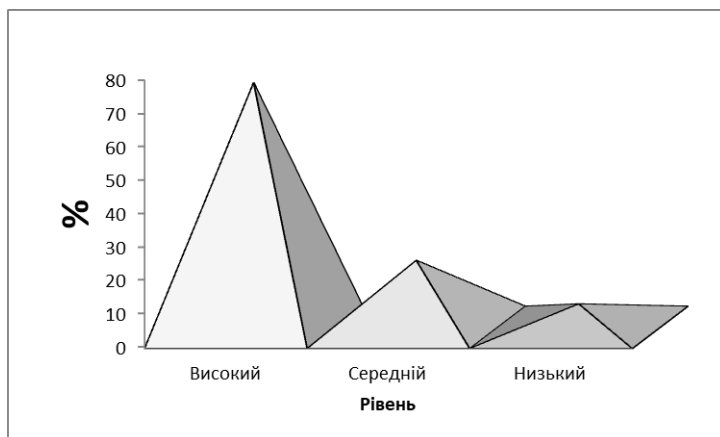


Рис. 2. Результати дослідження у відсотковому співвідношенні за методикою діагностики стійкості до стресу (Максименко С. Д., Карамушка Л. М., Зайчикова Т. В.)

різноманітних чинників, що викликають стресові реакції. Більшість учнів здатні приймати обмірковані та раціональні рішення у різноманітних стресових ситуаціях. Часто можуть ефективно долати стрес.

Результати дослідження у відсотковому співвідношенні за даною методикою зображено на рисунку 3.

За допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона встановлено взаємозв'язок між проявом лідерських якостей та стресостійкості досліджуваних учнів. Нижче наведемо детальну характеристику статистично значимих взаємозв'язків між показниками методик:

Негативний кореляційний зв'язок між типом лідерства «практичний організатор» (Методика діагностики типів лідерства М. Белбін) та рівнем стійкості до стресу (Методика діагностики стійкості до стресу Максименко С. Д., Карамушка Л. М., Зайчикова Т. В.) ($r = -0,516^{**}$; $p < 0,01$). Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше в учнів виражений тип лідерства «практичний організатор», тим вищий у них рівень стресостійкості.

Негативний кореляційний зв'язок між типом лідерства «практичний організатор» (Методика діагностики типів лідерства М. Белбін) та рівнем психологічного стресу (Методика діагностики психологічного стресу «Шкала психологічного стресу PSM-25» Л. Лемур, Р. Тесьє, Л. Філліон) ($r = -0,512^{**}$; $p < 0,01$). Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше в учнів виражений тип лідерства «практичний організатор», тим нижчий у них рівень психологічного стресу.

Негативний кореляційний зв'язок між типом лідерства «природний лідер» (Методика діагностики типів лідерства М. Белбін) та рівнем стійкості до стресу (Методика діагностики стійкості до стресу Максименко С. Д., Карамушка Л. М., Зайчикова Т. В.) ($r = -0,675^{**}$; $p < 0,01$). Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше в учнів виражений тип лідерства «природний лідер», тим вищий у них рівень стресостійкості.

Негативний кореляційний зв'язок між типом лідерства «природний лідер» (Методика діагностики типів лідерства М. Белбін) та рівнем психологічного стресу (Методика діагностики психологічного стресу «Шкала психологічного стресу PSM-25» Л. Лемур, Р. Тесьє, Л. Філліон) ($r = -0,612^{**}$; $p < 0,01$). Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим вищий у них рівень стресостійкості.

Негативний кореляційний зв'язок між типом лідерства «природний лідер» (Методика діагностики типів лідерства М. Белбін) та рівнем психологічного стресу (Методика діагностики психологічного стресу «Шкала психологічного стресу PSM-25» Л. Лемур, Р. Тесьє, Л. Філліон) ($r = -0,612^{**}$; $p < 0,01$). Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим вищий у них рівень стресостійкості.

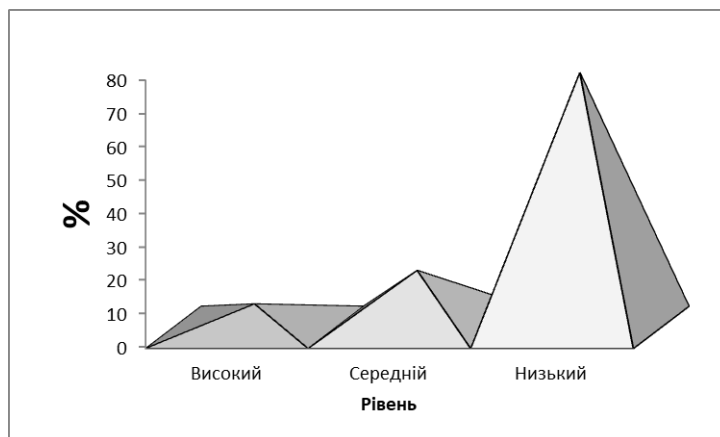


Рис. 3. Результати дослідження у відсотковому співвідношенні за методикою діагностики психологічного стресу «Шкала психологічного стресу PSM-25» (Л. Лемур, Р. Тесьє, Л. Філліон)

тим нижчий у них рівень стресостійкості та вищий рівень психологічного стресу.

Висновки. Здійснено аналіз сучасних наукових підходів щодо вивчення лідерських якостей та стресостійкості особистості. З'ясовано, що лідерство визначається як складний соціально-психологічний феномен, пов'язаний із процесом організації та координації групової діяльності, спрямованої на досягнення спільної мети. Лідерство розглядається як процес управління соціальною групою, детермінований суспільними відносинами, а лідер висувається у значущій ситуації для забезпечення ефективної організації спільної діяльності.

Встановлено, що серед основних лідерських якостей виокремлюють впевненість у собі, емоційну стійкість, активність, енергійність, компетентність та здатність впливати на інших.

На основі узагальнення наукових підходів щодо вивчення стресостійкості виявлено, що її розглядають як інтегративну, динамічну властивість особистості, що забезпечує здатність зберігати ефективність діяльності, психічне та фізичне здоров'я в умовах значних інтелектуальних, емоційних і вольових навантажень. Визначено, що стресостійкість проявляється у здатності протистояти впливу стресогенних чинників, адаптуватися до складних обставин.

Високий рівень стресостійкості може бути основою для ефективної реалізації лідерського потенціалу, тоді як сформовані лідерські якості сприяють підвищенню здатності конструктивно долати стресові ситуації.

Здійснивши емпіричне дослідження взаємозв'язку лідерських якостей та стресостійкості особистості у ранньому юнацькому віці за методикою діагностики типів лідерства (М. Белбін) визначено, що у даній вибірці переважає прояв таких типів лідерства як «людина контактів», «людина групи» та «людина ідеї». Найменше виражений тип лідерства «перфекціоніст». Таким чином, найчастіше у досліджуваних проявляються такі лідерські якості як комунікабельність, допитливість та відкри-

тість. Учні часто можуть демонструвати поступливість та товариськість. Також, у багатьох ситуаціях вони здатні створювати нові та оригінальні ідеї.

За методикою діагностики стійкості до стресу (Максименко С. Д., Карамушка Л. М., Зайчикова Т. В.) з'ясовано, що у переважній частині учнів виражений високий рівень стійкості до стресу. Більшість досліджуваних даної вибірки демонструють здатність протистояти різного роду стресовим факторам. У стресових ситуаціях учні можуть зберігати спокій, вести себе стримано та приймати раціональні рішення.

За методикою діагностики психологічного стресу «Шкала психологічного стресу PSM-25» (Л. Лемур, Р. Тесьє, Л. Філліон) визначено, що у переважній частині учнів виражений низький рівень психологічного стресу. Більшість досліджуваних даної вибірки знаходяться у стані психологічної адаптованості. Під впливом різноманітних чинників, що викликають стресові реакції, більшість учнів здатні до самоконтролю, прийняття обміркованих та раціональних рішень.

Здійснено статистичну обробку даних за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона. Встановлено взаємозв'язок між типами лідерства та стресостійкістю, рівнем психологічного стресу. З'ясовано, що в учнів з вираженими типами лідерства, такими як практичний організатор, природний лідер, людина дії, людина ідеї, людина контактів, суддя та людина групи помітний високий рівень стресостійкості та низький рівень психологічного стресу. Чим на вищому рівні в учнів проявляється такий тип лідерства як перфекціоніст, тим нижчий у них рівень стресостійкості та високий рівень психологічного стресу.

Питання щодо визначення взаємозв'язку лідерських якостей та стресостійкості особистості у ранньому юнацькому віці, розглянуті у даній статті, не розкривають усі аспекти досліджуваної проблеми. Перспективними напрямками подальшого вивчення даної проблематики є теоретичні та емпіричні дослідження у різних вікових групах із урахуванням гендерних характеристик.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Грищенко І.М. Лідерство як феномен управління групою. *Державне управління. Інвестиції: практика та досвід*. 2015. № 10. С. 116-119.
2. Іванова О. С. Взаємозв'язок рівня стресу та самооцінки стресостійкості з копінг стратегіями поведінки. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2022. №2. С.109-116.
3. Лі Цзіці Лідерські якості як вектор успішної професійної підготовки фахівця. *Innovative solutions in modern science*. 2016. № 8(8). С.1-9.
4. Луценко Б. В. Природа й сутність лідерських якостей. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2020. № 68, Т. 1. С. 90-93.

Дата першого надходження статті до видання: 10.02.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 12.03.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 09.04.2026