

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ
Кафедра практичної психології та психодіагностики

На правах рукопису

ДМИТРЕНКО МАРІЯ БОРИСІВНА
АРТТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД СТИМУЛЮВАННЯ
СОЦІАЛЬНОЇ АКТИВНОСТІ ТА ЛІДЕРСЬКОГО
ПОТЕНЦІАЛУ У СТУДЕНТІВ

Спеціальність: 053 «Психологія»
Освітньо-професійна програма «Практична психологія»
Робота на здобуття освітнього ступеня «Бакалавр»

Науковий керівник:

ФЕДОРЕНКО РАЇСА ПЕТРІВНА

Кандидат психологічних наук, доцент
кафедри практичної психології та
психодіагностики

РЕКОМЕНДОВАНО ДО ЗАХИСТУ

Протокол №

засідання кафедри практичної психології

та психодіагностики

від ____ 2025 р.

Завідувач кафедри

Прізвище, ініціали _____

(ПІДПИС)

ЛУЦЬК – 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ АРТТЕРАПІЇ ТА ЛІДЕРСТВА	7
1.1. Основи та наукові засади арттерапії	7
1.2. Розвиток активності та лідерства у молоді засобами арттерапії.....	13
Висновок до першого розділу	21
РОЗДІЛ ІІ. ЕМПІРИЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ СТИМУЛЮВАННЯ ЛІДЕРСТВА ТА СОЦІАЛЬНОЇ АКТИВНОСТІ У МОЛОДІ МЕТОДАМИ АРТТЕРАПІЇ.....	23
2.1. Методологія проведення дослідження	23
2.2. Аналіз результатів загального емпіричного дослідження	27
Висновок до другого розділу	33
РОЗДІЛ ІІІ. ПРОГРАМА ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ «АРТТЕРАПІЯ ЯК КЛЮЧ ДО ЛІДЕРСЬКОГО ПОТЕНЦІАЛУ»	35
3.1. Програма психологічного тренінгу «Арттерапія як ключ до лідерського потенціалу»	35
3.2. Аналіз динаміки змін лідерського потенціалу та соціальної активності за результатами тренінгу.....	42
Висновок до третього розділу	45
ВИСНОВОК	47
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	50
ДОДАТКИ.....	Ошибка! Закладка не определена.

ВСТУП

Актуальність дослідження. Актуальність даного дослідження полягає у зростаючій потребі у розвитку емоційно зрілих та відповідальних лідерів, які можуть ефективно керувати командами та приймати рішення у сучасному світі, що швидко змінюється. Сучасні виклики вимагають від майбутніх фахівців не лише технічних знань, але й високого рівня емоційного інтелекту, креативності та вміння співпрацювати. На сучасному етапі суспільного розвитку психологи надають великого значення арттерапії у розвитку молоді в умовах реорганізації систем освіти та виховання. Помічено, що молоді люди все частіше страждають від ізоляції та невміння слухати, що ускладнює їхню взаємодію один з одним. Арттерапія (зцілення через творчість) дає можливість молодим людям розкрити свої таланти, розумові, емоційні, духовні та фізичні здібності. У сучасному світі особливого значення набувають люди, які формують компетентні, соціально активні та творчі особистості, здатні генерувати власні ідеї та приймати нестандартні рішення. Чим більше їх буде в суспільстві, тим сильнішою та життєздатнішою буде держава. Саме тому дуже важливо виявляти та підтримувати молодих людей, які беруть активну участь у громадському житті, мають організаторські здібності, усвідомлюють свій лідерський потенціал і готові використовувати свою енергію та вміння на благо суспільства.

Лідерство є однією з ключових і професійно важливих рис характеру в глобалізованому світі. Лідерство все частіше розглядається як сукупність якостей, що конкретизують цілеспрямовану діяльність людини, спрямовану на перетворення навколишньої дійсності та самої себе. Воно посідає особливе місце в освіті. Це є не лише важливою умовою для продовження освіти та побудови успішної кар'єри, а й слугує інструментом суспільного розвитку. Від навчальних закладів очікується не лише передача знань, а й розвиток майбутніх лідерів, здатних відповідати на виклики часу.

У зв'язку з цим особливо гостро постає проблема пошуку ефективних шляхів формування лідерських навичок у соціально активної молоді. Важливо

сформувати нове покоління ініціативних, відповідальних та креативних лідерів, здатних швидко та ефективно вирішувати соціальні та виробничі проблеми, не обмежуючись рамками здорового глузду. Актуальність цього дослідження полягає у зростаючій потребі у розвитку емоційно зрілих та відповідальних лідерів, здатних ефективно керувати командами та приймати рішення у сучасному світі, що швидко змінюється. Виклики сьогодення вимагають від майбутніх фахівців не лише технічних знань, але й високого рівня емоційного інтелекту, креативності та вміння співпрацювати.

Об'єкт дослідження: соціальна активність та лідерський потенціал студентів.

Предмет дослідження: арттерапія як метод стимулювання соціальної активності та лідерського потенціалу у студентів.

Мета дослідження: полягає в теоретико-методологічному обґрунтуванні та емпіричному дослідженні ефективності методів та прийомів арттерапії у процесі розвитку потенціалу студентства.

Завдання:

- Проаналізувати теоретичні аспекти соціальної активності, лідерського потенціалу та арттерапії.
- Визначити особливості прояву соціальної активності та лідерського потенціалу у студентів.
- Оцінити ефективність використання арттерапії як методу стимулювання соціальної активності та розвитку лідерського потенціалу у студентів
- Розробити та емпірично перевірити ефективність запропонованої арттерапевтичної програми та оцінити її вплив на розвиток досліджуваних характеристик.

Теоретико-методологічна основа дослідження. Це дослідження поєднує кілька ключових підходів, щоб краще зрозуміти, як арттерапія може вплинути на розвиток соціальної участі та лідерських навичок учнів. Оскільки важливо розглядати особистість учня як цілісну, творчу та здатну до саморозвитку, за

основу були взяті ідеї К. Роджерса та А. Маслоу, які зосереджуються на психології людської природи, зокрема на потребі самовираження, самоусвідомлення та самоактуалізації. Теоретико-методологічною основою дослідження стали гуманістичні концепції розвитку особистості, зокрема ідеї А. Маслоу про ієрархію потреб та самореалізацію людини.. З точки зору методології, ми зосередилась на системному, діяльнісному підході. Іншими словами, розглядали студентів як частину суспільства і вважали важливим, щоб вони не тільки мали лідерські якості, але й вміли застосовувати їх на практиці в конкретних ситуаціях. арттерапія створює простір для такого активного самовираження у формі тренінгів, вправ та групової роботи.

Методологічну основу дослідження складають: Методика «Чи здатні ви стати керівником?». Методика «КОС-2» (Б. Федоришин, В. Синявський) Методика діагностики особистості на мотивацію до успіху Т. Елерса

База дослідження: Дослідження проводилось на базі факультету психології у Волинському національному університеті імені Лесі Українки.

Новизна дослідження визначається такими результатами: Враховуючи практичну відсутність наукових праць, присвячених вивченню арттерапії як засобу стимулювання лідерства, тема цього дослідження знаходиться у сфері, де бракує наукового розгляду. Новизна дослідження полягає у комплексному підході до стимулювання соціальної активності студентів та розвитку їхнього лідерського потенціалу. Такий комплексний підхід не лише розвиває окремі здібності, а й сприяє цілісному розвитку особистості учня. Однак існує низка дослідників, практиків і теоретиків, які допомогли з'ясувати це, хоч і опосередковано: М. Андерсен-Уорен, Е. Келліш, А. Лоуен, Р. Мартін, Н. Роджерс, К. Росс, Г. Ферс, Г.Хульбут.

Практична значущість одержаних результатів: Практичне значення одержаних результатів полягає у можливості безпосереднього застосування у професійній діяльності практичних психологів, соціальних педагогів, викладачів та фахівців, які працюють зі студентською молоддю. Продемонстровано ефективність арттерапевтичного підходу як засобу стимулювання соціальної

активності та розвитку лідерського потенціалу, що уможливлює використання запропонованого методу в ході психопрофілактичної роботи. Отримані емпіричні дані можуть бути використані як основа для подальшої розробки програм психолого-педагогічного супроводу, спрямованих на підвищення соціальної компетентності студентів, навичок ефективної комунікації, прийняття рішень, почуття відповідальності та самореалізації в соціокультурному просторі.

Апробація результатів та публікації:

Результати дослідження були представлені на XVII Міжнародній науково-практичній конференції «Психологічні основи здоров'я, освіти, науки та самореалізації особистості: Клієнт-центрований підхід» (м. Луцьк, 15-30 березня 2024 року);

Структура роботи: дипломна робота складається з вступу, трьох розділів та додатків. Містить 5 рисунків та 8 таблиць, 27 джерел та 7 додатків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ АРТТЕРАПІЇ ТА ЛІДЕРСТВА

1.1. Основи та наукові засади арттерапії

В даний час не існує єдиного, загальноприйнятого визначення поняття «арттерапія». Щоб з'ясувати це конкретно, розглянемо спочатку зміст наукової категорії «арттерапія» в науковій літературі та довідкових виданнях. Українська енциклопедія визначає її як: підхід до психотерапії та психологічного консультування, що ґрунтується на використанні мистецтва та творчості як способу зцілення особистості (досягнення цілісності) через мистецтво та творче самовираження [1].

Термін «арттерапія» був введений А. Хілл у 1938 році для опису її роботи з хворими на туберкульоз, які лікувались у санаторіях. Згодом цей термін став позначати будь-який вид мистецтва, що практикується в лікарнях або центрах психічного здоров'я [25].

Дослідження арттерапії почалися в 1920-х роках. З фундаментальних праць Х. Прінцхорна у США наочні посібники вперше почали використовувати в психотерапії в 1925 році, вчасності коли Н. Льюїс аналізував сни своїх пацієнтів [25]. Перші спроби використовувати арттерапію для корекції особистісного розвитку датуються 1930-ми роками. Техніки арттерапії використовувалися з дітьми, які пережили стрес у нацистських таборах і були вивезені до США. Ранні розробки арттерапії відображають психоаналітичний погляд на те, що кінцевий продукт художньої діяльності клієнтів (малювання, живопис, моделювання) вважається вираженням несвідомого психічних процесів. Арттерапія часто застосовується в лікарнях та психіатричних клініках для лікування пацієнтів з емоційними розладами. У 1960 році Американська асоціація мистецтв була заснована в США. Подібні асоціації були створені у

Великобританії, Японії та Нідерландах, а арттерапія визнана у всьому світі та поширюється по всьому світу. Сотні професійних художніх терапевтів зараз працюють у психіатричних лікарнях та загальних медичних лікарнях, клініках, центрах, школах, в'язницях та університетах [26].

Ще до початку нашої ери священики, а пізніше лікарі, філософи, педагоги і психологи використовували мистецтво для зцілення людського тіла і душі. Вони розглядали приховані впливи живопису, театру, танцю і музики та намагалися визначити роль, яку вони відіграють у зціленні тіла і формуванні духовного світу людини. Першими західними авторами, які створили методики арттерапії для дітей, були Е. Кейн, В. Ловенфельд та інші. Ці автори розглядають дитячу художню діяльність як нерозривно пов'язану з розвитком когнітивної та емоційної сфер, а також як багатий потенціал для розвитку творчих здібностей людини [23].

Арттерапія – це метод психотерапевтичного втручання, заснований на творчому самовираженні, який допомагає клієнтам досягти внутрішньої цілісності. Однак в українському професійному середовищі цей термін іноді неправильно вживається, що призводить до применшення значення методу. Арттерапію часто сприймають як форму розваги чи дозвілля, тоді як насправді вона є потужним інструментом психотерапії. Водночас фахівці когнітивно-поведінкової та клієнт-центрованої терапії також використовують творчі техніки, такі як малювання, пластилін чи ліплення, але не називають їх арттерапією. Це свідчить про неповне розуміння потенціалу творчості як засобу психологічної підтримки та реабілітації.

Однією з основи мистецтва, символічна мова – це спосіб людей висловити свої емоції та вивчати унікальні моделі спілкування та поведінки, які відображаються на зображеннях, які вони створюють. Нарешті, методи арттерапії засновані на проєкційних механізмах. Що створюють клієнти – це зовнішні прогнози частини цього внутрішнього світу, прогнози візуальних матеріалів та впровадження частини «Я» художнього живопису. Арттерапія – це метод зосередження уваги на відгуках клієнтів.

Основна мета арттерапії полягала в тому, щоб гармонізуватись через самооцінку та впевненість у собі через мистецтво, розвивати здатність діяти конструктивно з реальністю світу. Найважливішим принципом арттерапії є визначення всіх продуктів творчого мистецтва, незалежно від змісту, форми чи якості. Арттерапія як інструмент невербального спілкування може бути задокументована для людей, яким важко висловити переживання усно (ви знаєте, травма записана у фізичних та емоційних переживах). Творчі заходи спрямовують людей ближче та створюють умови взаєморозуміння та співчуття. Цей метод беззастережно приймає клієнтів будь-якого світогляду [2].

Творчий процес допомагає дослідникам відкрити нові, раніше приховані аспекти суб'єкта та міжособистісні характеристики. Існує два основні механізми психокорекційного впливу, характерні для арттерапії. Перший механізм полягає в тому, що через мистецтво можна знайти рішення, реконструювавши конфліктну або травматичну ситуацію в особливій символічній формі і реконструювавши цю ситуацію на основі творчих здібностей суб'єкта; другий механізм пов'язаний з характером естетичної реакції, яка може змінити емоційний вплив від болючого до задоволення.

Стимулювання уяви може вирішувати конфлікти і налагоджувати стосунки між членами групи. Незалежно від того, чи задоволення народжується глибоко в підсвідомості, чи є результатом свідомого усвідомлення можливості насолодитися, мистецтво приносить задоволення. Арттерапія дає вихід внутрішнім конфліктам і сильним емоціям, допомагає в інтерпретації пригнічених почуттів, дисциплінує групи, підвищує самооцінку клієнтів, покращує їхню здатність розпізнавати емоції та відчуття, розвиває артистичні здібності. Для арттерапії через малювання існують вікові обмеження. Рекомендується починати з 6 років, оскільки в цьому віці символічна діяльність тільки починає формуватися і діти тільки починають знайомитися з матеріалами та методами малювання. У цьому віці художня діяльність залишається в рамках ігрового експериментування і не може бути ефективно скоординована. Юнацький вік є сприятливим середовищем для застосування арттерапії, оскільки

це період, позначений самовираженням і набуттям образотворчих навичок. У закордонній психології арттерапія широко використовується для людей різного віку як форма корекції саморозвитку. Останнім часом він привернув особливу увагу як засіб корекції негативних особистісних тенденцій серед людей похилого віку та літніх людей [5].

Залежно від характеру творчої діяльності та її результату, арттерапія може бути таких видів: малюнкова терапія на основі образотворчого мистецтва; бібліотерапія як творче читання літературних творів або художніх творів; музикотерапія; хореографія; драматерапія; світлотерапія; терапія масками. Матеріали, які використовуються на заняттях з арттерапії, включають фарби, глину, клей і крейду. Розглянемо докладніше кожен з цих підвидів.

- Ізотерапія – це форма арттерапії, яка використовує візуальні мистецтва, такі як малювання та живопис, як засіб емоційного вираження, самопізнання та зцілення.
- Бібліотерапія (літературотерапія) – це читання літературних творів для покращення емоційного стану, саморозвитку та вирішення особистих проблем; може мати дві форми: перша - читання спеціально підібраних книг як літературних творів, які допомагають людині зрозуміти власні переживання; Другий - творче читання, під час якого текст аналізується, обговорюється його зміст і розглядається його значення в житті людини.
- Музикотерапія – це терапія, яка використовує музику для впливу на емоційний стан людини, сприяння самовираженню, розслабленню та зменшенню стресу, тривоги і депресії.
- Хореотерапія (хореографічна терапія) – це терапія, яка використовує рух і танець для вираження емоцій, подолання страхів, зменшення психологічного стресу та розвитку впевненості в собі.
- Драматерапія використовує театральні техніки, такі як рольова гра, імпровізація та режисура, для дослідження та подолання внутрішніх конфліктів, покращення комунікативних навичок та самоусвідомлення.

- Фототерапія – це методика, що використовує фотографію як засіб самопізнання, розвитку креативності та емоційного вираження. Завдяки створенню та аналізу зображень людина може глибше усвідомити свої переживання та почуття.

- Маскотерапія – це терапія за допомогою створення масок, що дозволяє людині дослідити різні сторони своєї особистості, виразити приховані емоції та внутрішні переживання, а також знайти нові способи комунікації зі світом [13].

Важливо зазначити, що методи та техніки арттерапії активно використовуються психологами, лікарями, соціальними працівниками та художниками. Завдяки своїй універсальності та широкому спектру арттерапії сфера застосування арттерапії в психології та педагогіці постійно зростає. Основна мета – це гармонізувати розвиток особистості через розвиток самовираження та впевненості в собі через мистецтво, а також розвивати здатність діяти конструктивно, де розглядається зовнішня реальність.

Арттерапія – це спосіб духовної гармонії та особистого розвитку, а також спосіб вирішити внутрішні конфлікти особистості через творчі можливості [8]. Переваги арттерапії щодо інших психологічних методів лікування та роботи включають:

- Арттерапія є універсальним підходом, яким можуть користуватися люди будь-якого віку, соціального статусу та культурного походження. Це особливо ефективно при роботі з людьми, які відчують труднощі у вербальному спілкуванні, оскільки це відкриває альтернативні шляхи для вираження почуттів і взаєморозуміння.

- Цей метод сприяє глибшому самоусвідомленню та дозволяє вільно виражати внутрішні переживання та почуття через творчість. Оскільки арттерапія фокусується на внутрішньому світі людини, вона створює безпечний простір довіри та підтримки, де клієнти можуть досліджувати себе, не боячись осуду.

- Крім того, художня діяльність стимулює позитивні емоції, допомагає подолати емоційну втому, відновити енергію та сформувати оптимістичне бачення світу. В основі цього підходу лежить ідея про те, що кожна людина має внутрішні ресурси для зцілення та розвитку, які можна активувати через творчість.

- Основною перевагою арттерапії є її заспокійливий і ненасильницький характер. Арттерапія особливо впливає на психоемоційний стан і сприяє гармонізації внутрішніх процесів без прямого тиску чи рішень. Виходячи з цього принципу, метою арттерапії як методу є гармонізація розвитку особистості через розвиток самовираження і самоусвідомлення через мистецтво та здатність розглядати і конструктивно діяти на реальність навколишнього світу [21]. Арттерапія виконує наступні функції для розвитку та розуміння особистості та її внутрішнього світу.

- Діагностика (сумісність внутрішнього світу, приховані несвідомі потреби, емоційні переживання, робота, важливі особистісні та професійні якості).

- Комунікативні навички (міжособистісне спілкування, ставлення до світу та оточення, засвоєння загальнолюдських цінностей).

- Регуляція (зменшення втоми та стресу).

- Пізнання (усвідомлення себе та поведінки, набуття емоційних переживань, розвиток психічної, емоційної мотивації та когнітивних областей).

- Корекція (відхилення в емоційних та оціночних сферах, таких як самовіддача, самоповага та агресія).

- Розвиток (Особистісне зростання, емоційне та поведінкове саморегуляцію, соціальні навички).

1.2. Розвиток активності та лідерства у молоді засобами арттерапії

У сучасних реаліях тема лідерства є однією з найпопулярніших. Аналіз різних наукових підходів до визначення лідерських якостей та самого лідерства показав, що єдиного визначення не існує. Тому ми зосереджуємо увагу на тому, що лідер повинен володіти певними особистісними якостями та навичками, вміти проявляти ці якості для досягнення цілей та організації соціальних груп, а також вміти правильно позиціонувати себе в навколишньому середовищі [18].

Розглянемо сучасну теорію, яка лежить в основі вивчення феномену молодіжного лідерства. Було розглянуто сучасні теорії та перспективи, що лежать в основі дослідження молодіжного лідерства: теорія рис характеру, теорія великої людини, емпатійне лідерство, проєктивне лідерство, афективне лідерство, харизматичне лідерство, демократичне лідерство, трансформаційне лідерство, ситуаційне лідерство та лідерство за участю. Як бачимо, всі існуючі програми розвитку ефективних лідерів базуються на одних і тих же гуманістичних концепціях. Іншими словами, лідер – це той, хто керується насамперед вищими духовними потребами і прагне до самореалізації. Часто підкреслюють, що лідерські якості включають як психологічні характеристики, так і характеристики, що визначають продуктивні стосунки, що виникають у процесі групової взаємодії.

Молодість, традиційно розглядається як епоха інтенсивного розвитку свідомості особистості. За цей час зміни соціального статусу, нові соціальні ролі, ситуації, розширення соціальних контактів та новий зміст соціальних вимог молоді сприяють соціальному самовизначенню та формуванню свідомого образу «я».

Важливо зазначити, що лідерство не обмежується однією людиною. Командне лідерство – це розподіл відповідальності та ролей між кількома лідерами в команді. Такий підхід спирається на унікальні сильні сторони кожного лідера і створює більше можливостей для інновацій та творчості.

Що стосується лідерських якостей, багато дослідників виявили, що сучасна молодь живе в умовах, які суперечать лідерським якостям. Сучасна молодь живе в епоху інформації, коли вона постійно підключена до Інтернету. Вплив соціальних мереж і блогерів настільки великий, що молоді люди часто втрачають інтерес до власного життя і втрачають самоідентичність. Далі є соціальні проблеми, проблеми лідерства, проблеми самозвинувачення, і всі вони загострюються унікальними характеристиками даного віку. Замість того щоб самі стати лідерами, вони вже йдуть за лідерами [14].

Лідерство можна розвинути в кожному, незалежно від рангу чи посади. Існує концепція «розподіленого лідерства», коли кожен член групи має можливість бути лідером у своїй сфері відповідальності. Це сприяє ефективності та інноваціям в організації. Типи лідерства багатогранні та різноманітні. Кожен тип має свої переваги і використовується в різних ситуаціях. Ефективне лідерство може сприяти розвитку та успіху в будь-якій сфері діяльності, тому важливо виховувати в собі лідерські якості незалежно від того, в якій сфері життя ви перебуваєте [27].

Лідерські здібності проявляються в здатності швидко і чітко встановлювати соціальні та ділові зв'язки з людьми, прагненні до їх розширення, прагненні брати участь у масштабних заходах, прагненні проявити розум, ініціативу та винахідливість. Дуже важливим є також уміння психологічного впливу на людей, вміння використовувати прийоми і методи позитивної взаємодії у спільній діяльності. Лідерські та комунікативні навички включають здатність впливати та надихати інших, практичний розум, ініціативу, критичне мислення, тактовність, вимогливість до себе та інших, самовладання та наполегливість. Лідерські навички розвиваються не будь-якою діяльністю, а лише діяльністю, яка змушує учнів розвивати певне ставлення до групи. Розвитку лідерських якостей сприяють різноманітні види діяльності, спрямовані на набуття лідерського досвіду.

Розвиток лідерських якостей студентів є важливим питанням, яке сприяє їх особистому розвитку та професійній підготовці. Існує багато методів, якими

ви можете скористатися для розвитку лідерських якостей у своїх учнів. Серед основних моментів: Наставництво: встановлення індивідуальних стосунків між студентами та досвідченими лідерами, які надають підтримку, консультації та навчання студентів. Рольові ігри та симуляція – цей метод передбачає створення ситуацій, коли учні виконують роль лідера або беруть участь у ситуації, коли необхідно прийняти важливі рішення. Тренінги та семінари: проводитимуться тренінги та семінари з лідерства, щоб озброїти студентів теоретичними знаннями та практичними навичками у сфері лідерства [9].

Це навчання комунікації, прийняттю рішень, управлінню конфліктами, командо-утворенню тощо. Лідерство – це безперервний процес саморозвитку. Участь у проєктах зі спільними цілями: коли студенти організовують проєкти, які мають спільні цілі та завдання, це допомагає розвинути лідерські якості. Студентів слід заохочувати до самостійного навчання, читання літератури про керівництво, відвідування конференцій і семінарів, використання онлайн-ресурсів і інструментів для самоосвіти. Студенти можуть розвивати свої лідерські навички, експериментуючи з новими підходами, ідеями та стратегіями [19].

Ініціативність як риса особистості базується на природній активності індивіда і поєднує в собі елементи багатьох сфер особистості (емоційної, вольової, інтелектуальної) і, у свою чергу, є основою для формування інших інтегративних якостей особистості. Під час навчальної діяльності студенти часто виявляють ініціативу, яка є властивістю особистості, яка включає сфери інтелекту, мотивації та емоційної волі. Знання, навички та компетенції, які студенти отримують під час навчання, складають основу цієї діяльності. Вони визначають можливості студентів [20; 22].

Велике наукове і практичне значення мають загальні психологічні особливості молоді, особливо її креативність у момент вибору та планування майбутнього. Основними видами діяльності в цьому віці є набуття навичок обраної професії, розвиток лідерських якостей для пошуку нових можливостей та формування творчого ставлення до майбутнього. Як сучасник епохи, як

представник покоління, кожен член суспільства стоїть перед вибором власного шляху, бути активним чи пасивним щодо свого майбутнього, бути творцем власної реальності чи підкоритися долі обставин.

Спеціалізація певних типів діяльності вимірюється не тільки в розвитку навичок, але й у багатьох ознаках особистості, але більш ніж усе, це мотиваційний куля, тобто напрямок мотивації, його напрямок та ступінь активності. Індивідуальна ефективність особистої діяльності визначається насамперед мотивацією. Мотивація може компенсувати недоліки багатьох експертів, але вони не можуть компенсувати слабкіші мотивації [20].

Мотиваційні чинники можна розділити на три відносно самостійних класи за їх проявом і функціями регуляції поведінки.

1. Бажання та інстинкти як джерело дії.
2. Мотивація як причина вибору тієї чи іншої поведінки.
3. Емоції, суб'єктивні переживання, установки як механізми регуляції динаміки поведінки.

Найбільш повний перелік потреб людини визначив А. Маслоу. Потім у ній будується ієрархія, причому перша група утворює основу, а п'ята група утворює вершину ієрархії. Це важливо для розуміння справжніх мотивів діяльності, тим самим вказуючи на коло людських потреб і мотивацій і, головне, на їх відносну важливість і пріоритетність задоволення.

Необхідність успіху (або мотивації ефективності) може розглядатися як досить стійке прагнення молоді для досягнення високої продуктивності у своїй діяльності та знаходження свого місця в соціальних умовах. Вивчаючи мотивацію до досягнення молоді, особливу увагу слід звернути на поведінкові стратегії, такі як уникнення невдач. Загальні мотиви поведінки можна вважати трьома взаємопов'язаними ознаками: Бажаний результат (рейтинг ймовірності), винагорода (мотивація зменшується, коли результати та винагороди чи невідповідності чи невідповідності) та цінність (значення винагород, в яких людина визнає себе).

Успіх у будь-якій справі залежить не тільки від здібностей і знань, а й від мотивації-бажання самоствердитися, досягти високих результатів, наслідувати кумирів і т. д. Чим вищий рівень вашої мотивації, тим більше стимулів (мотиваторів) ви маєте діяти і тим більше зусиль ви, ймовірно, докладете. Це можна виразити у вигляді алгоритму: Мотивація – Активність – Успіх. Високо вмотивована людина більше працює і, як правило, досягає кращих результатів на шляху творчої професії.

Засоби художньої виразності в процесі арттерапії сприяють не лише відновленню психічного здоров'я та покращенню самопочуття, а й розкриттю творчого потенціалу та креативності особистості. Креативність в даному випадку є основою готовності людини змінюватися, знаходити нестандартні відповіді на складні завдання, не підлаштовуватися під стереотипи, і, звичайно, творча особистість більш приваблива в спілкуванні [4; 24].

Питання психологічної природи творчого потенціалу особистості слід розглядати через елементи творчої здібності та творчої активності. Рівень розвитку творчого потенціалу особистості. Традиційно їх поділяють на високі, середні та низькі.

- Наполегливо працювати та вивчати новий матеріал (нестандартні рішення, рішучість, впевненість у собі).

- Середній рівень креативності властивий людям, які мають достатній творчий потенціал, але не використовують його на повну (вони бачать творчий потенціал у собі, але не хочуть виділятися на тлі інших).

- Низька креативність характеризується вкрай слабкою креативністю особистості лише в окремих творчих завданнях (творчі роботи вирізняються оригінальністю, хорошою творчою уявою). При цьому така особистість постійно намагається пристосувати свою діяльність до вимог суспільства та виявляє конструктивну творчість [23].

Цікаво, що арттерапія може допомогти вам подолати творчі блокади та страх невдачі. Багато молодих людей уникають експериментів, боячись, що їх робота буде недосконалою. Завдяки арттерапії діти вчаться зосереджуватися на

самому творчому процесі, а не лише на кінцевому результаті. Цей підхід допомагає нам зрозуміти, що творчість – це не досконалість, а самовираження та відкриття нових можливостей. Крім того, арттерапія стимулює творче мислення за допомогою метафор і символів, дозволяючи учасникам передавати складні почуття та ідеї, які важко передати словами. Це сприяє розвитку асоціативного мислення та формуванню нових ідей, які є ключовими елементами інноваційного підходу [16].

Складовими творчої особистості є мотивація, інтелект, емоційність і комунікабельність. Для їх розвитку необхідно розширювати рольовий простір кожної особистості, залучати її до різних видів діяльності, які сприяють творчій самореалізації та формують досвід соціальних стосунків [3].

Складовими творчої особистості є мотивація, інтелект, емоційність і комунікабельність. Для їх розвитку необхідно розширювати рольовий простір кожної особистості, залучати її до різних видів діяльності, які сприяють творчій самореалізації та формують досвід соціальних стосунків. Вплив образотворчого мистецтва на розвиток людини вивчали філософи, психологи, педагоги та митці з різних країн (Б. Джефферсон, Е. Крамер, В. Лоунфельд, У. Ламберт, К. Роуланд).

Мистецтво не тільки дає людям щось матеріальне, на що можна подивитися, але й дозволяє їм виражати свою фантазію через фотографію, розвивати уяву, розуміти або змінювати своє ставлення до певних явищ чи подій. Творча діяльність також сприяє культурному розвитку особистості та має важливе значення для формування емоційного та інтелектуального розвитку та особистісної зрілості. За К. Юнгом, зорова діяльність являє собою внутрішні бажання, особливі інстинкти, які дозволяють людині виражати переживання колективного несвідомого. Індивідуальне і загальне взаємопроникають, конфлікт між індивідуальним і загальним долається, особистість соціально реалізує свій потенціал якомога повніше.

Методи арттерапії допомагають людям усвідомлювати та оцінювати своє минуле, уявляти своє сьогодення, створювати образи та перспективи

майбутнього через самовираження та самопізнання. Ви відчуєте позитивні зміни, глибше самопізнання, самоусвідомлення та гармонію в особистому розвитку, що є фундаментальною основою професійного самовизначення.

Методи арттерапії пропонують людям особливу можливість досліджувати несвідомі процеси, висловлювати та усвідомлювати приховані думки, стани, соціальні ролі, явища та форми поведінки, тим самим допомагаючи людям знайти нові шляхи реалізації своїх здібностей та потенціалу.

Хочемо звернути вашу увагу на користь групової роботи з використанням методів арттерапії. Ця групова робота розвиває цінні соціальні навички, формує самооцінку та зміцнює особисту ідентичність. Завдяки взаємній підтримці групова робота дозволяє людям спостерігати результати своїх дій і те, як вони впливають на інших. Ви вивчаєте нові ролі, розвиваєте навички прийняття рішень, а головне – розвиваєте комунікативні навички та вміння адаптуватися до «норм» групи [6].

Творчі можливості – це динамічні структури, які включають складні творчі тенденції, що проявляються в творчій діяльності людини та визначаються їх творчістю. Він має складні властивості і з'являється в особистості на всіх рівнях:

біопсихологічному, психологічному, соціальному та духовному. Як розвинене явище, творчі можливості мають конкретні підструктури, і їх взаємодія забезпечують стабільність та цілісність творчого прояву особистості, а саме загальної динаміки [15].

Це також створює найсприятливіші умови для особистісного зростання, змінює ставлення до «Я», знижує напруженість і тривожність, знижує гостроту переживань, підвищує рівень креативності та оригінальності. Творчі здібності особистості є синтезом її характерних і особистісних якостей, що характеризують ступінь відповідності вимогам конкретного виду навчально-творчої діяльності та визначають рівень ефективності цієї діяльності [23].

Питання психологічної природи творчого потенціалу особистості слід розглядати через елементи творчої здібності, креативності та творчої активності. Український дослідник психології креативності В. Моляко виділяє такі елементи

креативності: Оригінальність у рішеннях. Шукати щось нове; наполегливість у досягненні цілей. Самокритичність і критичність. Гнучкість думки; мужність і сила; енергії [15; 17].

Таким чином, творчий потенціал особистості є багатокомпонентним утворенням, яке проявляється на різних рівнях функціонування і забезпечує умови для реалізації творчих можливостей. Він формується в результаті взаємодії особистісних якостей, елементів креативності та творчої діяльності, що визначає ефективність творчої діяльності та сприяє розвитку особистості.

Висновок до першого розділу

Аналізуючи теоретико-методологічні аспекти арттерапії та лідерства, можна сказати, що дві дисципліни психотерапія та соціальна психологія мають великий потенціал для інтеграції з метою гармонійного особистісного зростання, включаючи розвиток лідерства. Арттерапія заснована на використанні творчого процесу для виявлення, розуміння та трансформації внутрішніх переживань як способу психологічного впливу. Вона пропонує людям безпечний простір для самовираження, емоційного звільнення та відновлення внутрішньої рівноваги.

Лідерство розглядається як складний соціально-психологічний феномен, який поєднує в собі особистісні якості, соціальні ролі, стратегії поведінки та взаємодії з іншими. Для розвитку лідерських якостей необхідно розвивати самосвідомість, емоційний інтелект, гнучкість у спілкуванні, здатність конструктивно впливати на інших. На цьому тлі арттерапія вважається ефективним засобом розвитку фундаментальних особистісних і психоемоційних характеристик лідерів. З методологічної точки зору інтеграція арттерапевтичних підходів у розвиток лідерства ґрунтується на принципах суб'єктивності, діалогу, креативності, рефлексивності та цілісної перспективи особистості. Художня практика активізує не лише творче мислення, а й процеси самопізнання, самоактуалізації та самореалізації, які є ключовими механізмами формування автентичного лідерства. Крім того, як міждисциплінарний феномен, арттерапія може включати елементи психології, педагогіки, соціології, культурології та бізнес-адміністрування, що робить її гнучкою методологією, яку можна адаптувати до різних контекстів, від освітнього середовища до корпоративних структур. Техніки арттерапії в поєднанні з такими сучасними моделями лідерства, як трансформаційна, орієнтована на послуги та адаптивна, є не лише засобом розвитку індивідуальних лідерських навичок, але й основою для створення нової культури взаємодії, заснованої на емпатії, відкритості та лідерстві, орієнтованому на цінності.

Таким чином, теоретико-методологічне осмислення взаємозв'язку між арттерапією та лідерством вказує на перспективи подальших досліджень у цій галузі та створює основу для розробки інноваційних психолого-освітніх програм, орієнтованих на розвиток лідерського потенціалу через творчість, рефлексію та особистісне зростання.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ СТИМУЛЮВАННЯ ЛІДЕРСТВА ТА СОЦІАЛЬНОЇ АКТИВНОСТІ У МОЛОДІ МЕТОДАМИ АРТТЕРАПІЇ

2.1. Методологія проведення дослідження

Першим етапом дослідження став ґрунтовний аналіз наукових та фактологічних досліджень, що зачіпають феномен лідерства та соціальної активності, зокрема серед молоді. Було розглянуто сучасні концепції лідерства, зокрема гуманітарний, поведінковий та трансформаційний підходи, а також особливості формування соціальної активності серед молоді. Крім того, було здійснено підбір відповідного психодіагностичного інструментарію. Для статистичної обробки результатів використовувалися методи кількісної оцінки на рівні управління, соціальної активності та інструментальної мотивації. Корисність використання конкретних психологів у навчальній програмі була обґрунтована на основі їхнього потенціалу стимулювати самовираження, рефлексію та емоційну активність.

Другий етап дослідження був емпіричним і включав підготовку необхідних матеріалів та інструктаж щодо процедур дослідження. Визначення критеріїв вибірки (вік, рівень зацікавленості громадською діяльністю) дозволило сформувати репрезентативну групу респондентів. Було проведено первинне психодіагностичне опитування з метою виявлення початкового рівня розвитку лідерських якостей та мотиваційної спрямованості на громадську діяльність. Діагностичний інструментарій використовувався в стандартизованих умовах, а інструкції були чітко дотримані, що забезпечило надійність та валідність отриманих даних.

Третій етап був присвячений програмі тренінгу, що складалася з кількох послідовних сесій. Перша сесія була присвячена ознайомленню учасників з основними поняттями лідерства, типами лідерської поведінки та проведенню

вступного тесту. Теоретична частина стала основою для подальшого осмислення та розуміння власного лідерського потенціалу. На наступній сесії були використані техніки арттерапії, такі як малювання метафор та асоціативне моделювання, що сприяли усвідомленню власної активності та внутрішніх ресурсів. Кожна техніка супроводжувалася груповим обговоренням, під час якого учасники ділилися своїми відчуттями, інтерпретаціями та спостереженнями. Це допомогло поглибити саморозуміння та розвинути комунікативні навички.

Остання сесія була присвячена узагальненню результатів, груповій рефлексії та ітерації діагностичних методик для виявлення динаміки змін. Завершальним етапом стало узагальнення, систематизація та аналіз емпіричних результатів. Для цього використовувалися математико-статистичні методи, такі як порівняння середніх, кореляційний аналіз та аналіз динаміки показників. Це дало змогу оцінити ефективність тренінгової програми та зробити висновки про доцільність використання арттерапевтичного підходу для розвитку лідерських якостей та соціальної активності молоді.

Вибірку дослідження склали 60 осіб. Досліджувані – студенти факультету психології, Волинського національного університету імені Лесі Українки віком від 17 до 25 років.

Наступні систематичні інструменти були використані для виявлення емпіричних досліджень для виявлення психологічних характеристик та мотиваційних якостей лідера:

1. «Чи здатні ви стати керівником?» [10]

Методика була розроблена О. Козловською, А. Романюком та В. Урумським і представлена у збірнику тестів для керівників закладів освіти. Її основна мета – визначення потенціалу управлінської діяльності педагогічних працівників. Методика оцінює такі ключові якості, як відповідальність, організаторські здібності, комунікативні навички, вміння приймати рішення в складних ситуаціях, аргументованість і впевненість у собі. Її можна розглядати не лише як тест на управлінську компетентність, але й як

тест на психологічну готовність до виконання лідерських ролей. Він об'єктивно оцінює управлінську компетентність і дозволяє визначити напрямки подальшого професійного розвитку співробітників. Аналізуючи результати, можна побачити, які сфери необхідно вдосконалити, щоб бути успішним в управлінській ролі (Додаток Д).

2. Методика КОС-2

Розроблена Б. Федришиним та В. Синявським, орієнтована на загальну оцінку соціальної зрілості особистості. Сюди входить вивчення таких компонентів, як рівень самооцінки, комунікативні навички, самостійність, почуття відповідальності та вміння адекватно діяти в соціальних ситуаціях. Ця методика особливо важлива для оцінки готовності до ефективної соціальної взаємодії та визначення рівня соціальної адаптованості. Методологія приділяє особливу увагу вмінню будувати та підтримувати продуктивні стосунки в команді, що є основою для розвитку організаційної спроможності. Комунікативні навички, визначені цією методологією, включають не лише вміння ефективно спілкуватися, але й здатність слухати інших, розуміти їхні почуття, правильно інтерпретувати соціальні сигнали та гнучко реагувати на зміну ситуації спілкування. Організаційна компетентність - це вміння планувати діяльність, розподіляти обов'язки, координувати зусилля учасників та брати на себе відповідальність за досягнення спільних цілей (Додаток Ж).

3. «Діагностика мотивації до успіху» Т. Елерса.

Дана методика є одним з найпоширеніших психодіагностичних інструментів для виявлення рівня мотивації до досягнення цілей у різних сферах діяльності. Методика дозволяє оцінити, наскільки людина внутрішньо орієнтована на досягнення високих результатів, наскільки вона прагне до успіху і чи готова вона долати труднощі заради досягнення поставлених цілей. Основна ідея методики полягає у виявленні особистісних установок, які визначають поведінку людини в ситуаціях вибору, конкуренції та самореалізації. Тест містить завдання, пов'язані з прагненнями, цілями, ставленням до роботи, труднощами та невдачами. Діагностика не тільки кількісно оцінює рівень

мотивації до успіху, а й допомагає виявити психологічні бар'єри (такі як страх невдачі або низька самооцінка), що перешкоджають її розвитку. Методика широко використовується в профорієнтації, психологічному консультуванні, кадровій роботі та підборі персоналу на посади, що вимагають високого рівня ініціативності та відповідальності. Тест також корисний у роботі з підлітками та молодими людьми, які перебувають на етапі навчання, для визначення своїх професійних планів і планування особистісного розвитку (Додаток Е).

Для арттерапевтичної програми було підібрано такі техніки:

1. Техніка «Двері»

Ця проекція, спрямована на усвідомлення індивідуальності людини та її ролі в житті. Мета цієї технології дати можливість учасникам висловити можливості, перспективи розвитку, вибір та альтернативи через образ дверей. Малюючи та описуючи власні «двері», вони символічно розкривають себе, свої навички та ставлення до перешкод. Двері можуть бути зачиненими, напіввідчиненими, такими, що важко відчиняються, або такими, що легко відчиняються. Це свідчить про відкритість психолога до нового, готовність діяти, самовиражатися та контролювати своє життя. Дана техніка використовується для особистого консультування, тренінгів особистісного розвитку, роботи з підлітками та молодими людьми. Вона допомагає людям усвідомити свої внутрішні ресурси, страхи, бар'єри та позитивний досвід, а також розвиватися і досягати своїх цілей (Додаток А).

2. Техніка «Ріка життя»

Це метафоричний інструмент для самопізнання, який допомагає людям побачити свій життєвий шлях у символічний спосіб. Мета техніки – глибше зрозуміти власного досвід. Уявляючи життя як річку, люди віддзеркалюють свої злети і падіння, часи спокою і бурі, перешкоди і досягнення. Важливим є також джерело річки, що символізує базові цінності, сімейні впливи та фактори соціалізації, які сформували особистість людини. Ця техніка дозволяє учасникам переосмислити свої життєві цілі та оцінити, як пройдені етапи вплинули на їхню особистість, цінності та цілі. Використовується в психологічному

консультуванні, тренінгах з саморозвитку, коучингових сесіях та роботі зі студентами і дорослими, які перебувають на етапі кризи або змін у своєму житті. Його сила полягає в здатності глибоко занурювати людей у їхній досвід і допомагати їм побудувати цілісне бачення свого життєвого шляху (Додаток Б).

3. Техніка «Велика картина мого життя»

Мета цієї техніки – побачити своє життя цілісно. Малюючи «картину», людина визначає важливі для неї сфери (кар'єра, сім'я, друзі, хобі, духовний розвиток тощо), оцінює своє ставлення до кожної з них і виявляє домінуючі життєві стратегії та життєвий баланс або його відсутність. Методика виявляє внутрішній потенціал життєтворчості – здатність реагувати на ситуації та активно творити власне життя. Цю техніку часто використовують у тренінгах з життєвого розвитку, психологічному консультуванні та при створенні планів особистого розвитку. Дана методика підходить для людей, які перебувають на роздоріжжі, відчують потребу в переоцінці своїх пріоритетів і прагнуть до більш усвідомленого і гармонійного життя (Додаток В).

2.2. Аналіз результатів загального емпіричного дослідження

У межах опитування всі учасники пройшли тест Т. Елєрса «Мотивація до успіху». Після обробки даних результати варіювалися від 5 до 22 балів. Середній бал мотивації до успіху учасників склав 14,76. Це свідчить про те, що в цілому готовність групи досягати поставлених цілей знаходиться на середньому рівні.

Відповідно до запропонованої інтерпретації результатів, респондентів було поділено на групи з низьким (1-10 балів), середнім (11-16 балів), помірно високим (17-20 балів) та надмірно високим (21 бал і вище) рівнями мотивації успіху. Така градація дозволяє не тільки чітко визначити загальну динаміку мотиваційної свідомості респондентів, але й виявити крайні прояви як недостатньої, так і надмірної орієнтації на успіх.

Аналіз даних показує, що деякі учасники (приблизно 12% вибірки) мають низький рівень мотивації (від 5 до 10 балів). Ця група є невеликою, але важливою і потребує подальшої уваги, оскільки їхня внутрішня спрямованість на досягнення успіху є недостатньо розвиненою. Ці респонденти можуть зіткнутися з труднощами у постановці цілей, підтримці амбіцій та внутрішньої дисципліни «Рис.2.1».

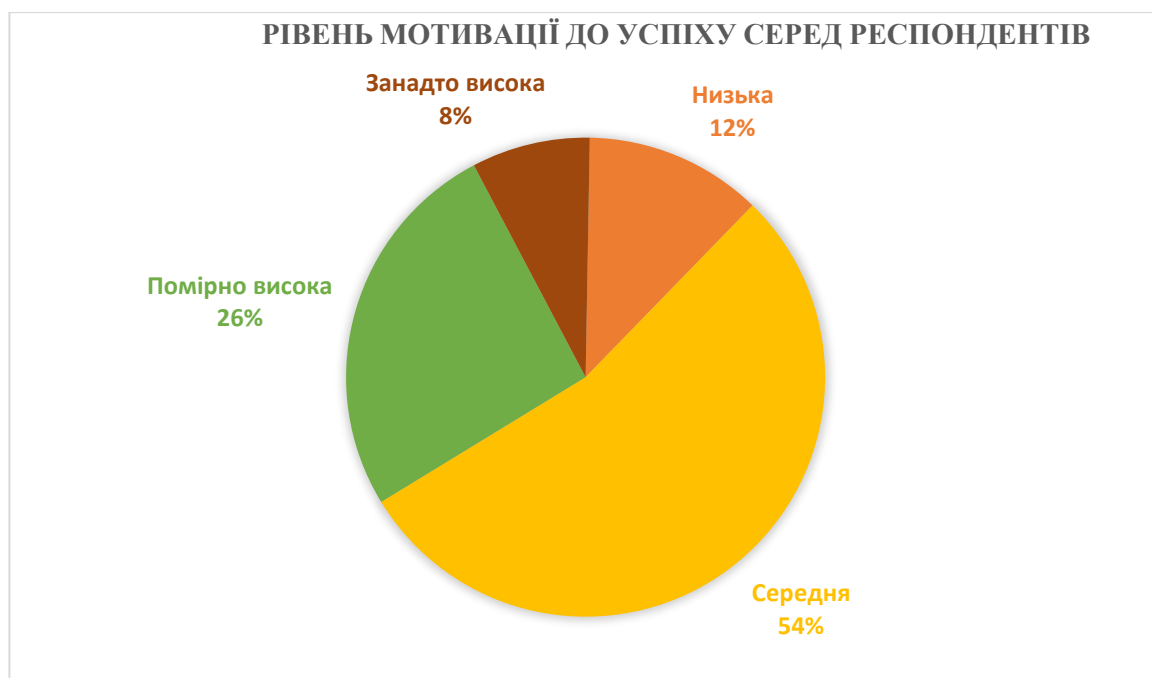


Рис.2.1.Відсоткове співвідношення показників «Рівень мотивації до успіху серед респондентів»

Більшість вибірки (близько 54% респондентів) показали середній рівень прагнення до успіху (11-16 балів). Це свідчить про те, що бажання досягти результату є, але ця мотивація не проявляється без сприятливих зовнішніх умов і підтримки. Учасники цієї категорії можуть досягати поставлених цілей, але потребують регулярної інтенсифікації своїх зусиль та зовнішніх стимулів «Рис.2.1».

Помірно високу мотивацію (від 17 до 20 балів) зафіксували 26% респондентів. Представники цієї групи демонструють досить виражене прагнення до успіху, високу ініціативність, орієнтацію на результат і готовність

долати труднощі. Ці люди зазвичай активні, наполегливі та здатні підтримувати власну внутрішню мотивацію. Близько 8% респондентів набрали 21 і більше балів, що свідчить про занадто високу мотивацію до успіху. Ці респонденти можуть бути надмірно мотивовані бажанням досягти успіху, що може бути занадто домінуючим мотивом їхньої поведінки. У деяких випадках надмірна мотивація може призводити до підвищеної тривожності, страху невдачі та перфекціонізму, що може потребувати психологічної корекції та підтримки. Це свідчить про існування двох чітко виражених груп: із середнім рівнем мотивації та з дуже високим рівнем мотивації. Водночас невелика кількість відповідей у діапазоні низьких балів свідчить про те, що низька мотивація для цієї групи не є типовою.

Результати тесту «Чи здатні ви стати керівником?» варіювалися від 13 до 49 балів. Найвищий бал учасники набрали 49, а найнижчий - 13. Середній бал за всіма відповідями склав 33,92, що свідчить про середній рівень розвитку управлінських навичок серед респондентів.

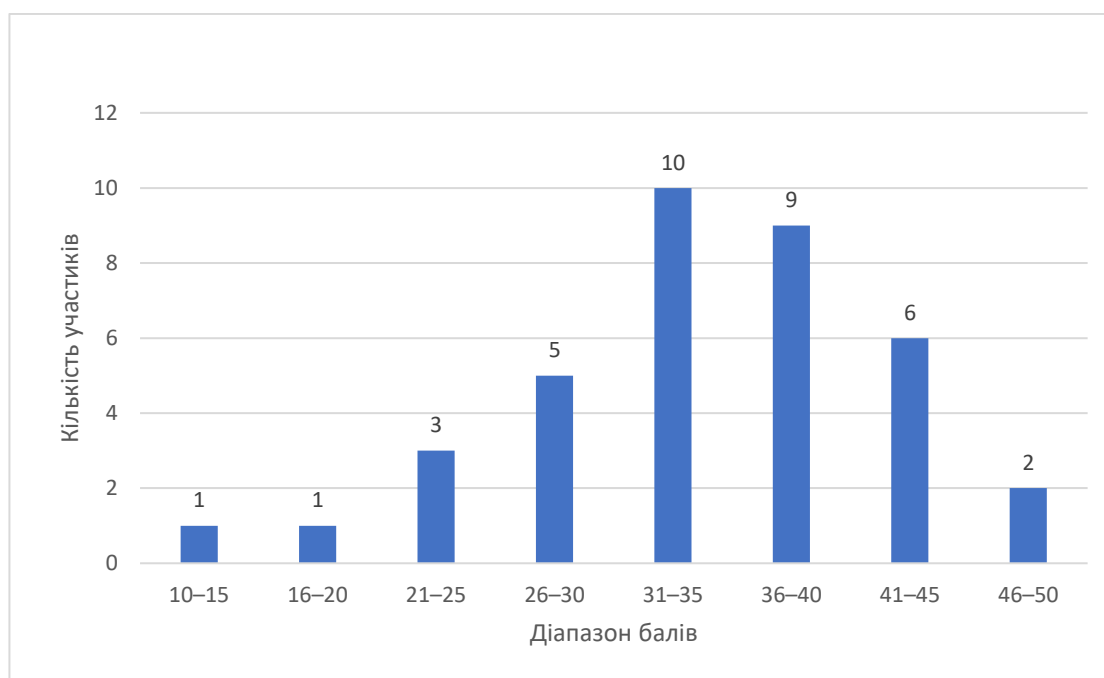


Рис. 2.2. Кількісний розподіл балів за методикою «Чи здатні ви стати керівником?»

Медіанний результат склав 35 балів, тобто половина учасників набрала менше 35 балів, а інша половина – більше 35 балів. Розподіл балів показує, що більшість учасників набрали від 30 до 40 балів; кількість осіб, які набрали понад 40 балів, значно менша; нижче 10 балів взагалі не було жодної вибірки; 4 медіанний результат склав 35 балів; і медіанний результат склав 35 балів «Рис.2.2».

Як видно з діаграми, більшість респондентів (78%) належать до вікової категорії молоді «Рис.2.3». Це свідчить про те, що вони володіють базовими лідерськими якостями, такими як відповідальність, ініціативність, вміння організовувати власну діяльність та взаємодіяти з іншими. Однак ці якості ще не є повністю сформованими і потребують розвитку та зміцнення.

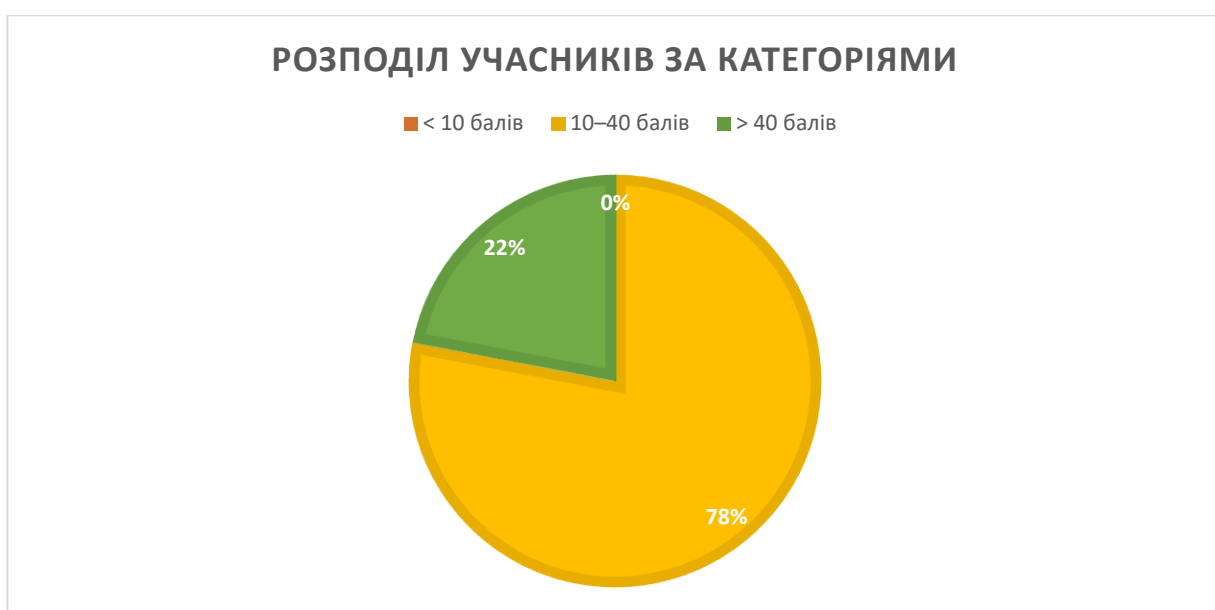


Рис. 2.3. Рівень сформованості лідерських якостей серед учасників за результатами тесту. %

Цікаво, що 22% респондентів набрали більше 40 балів, що свідчить про високий рівень лідерської компетентності. Ці респонденти, швидше за все, володіють такими характеристиками, як впевненість, здатність впливати на інших, вміння приймати рішення в складних ситуаціях, почуття відповідальності

та вміння вести за собою команду. Вони вже готові брати на себе лідерські ролі і можуть слугувати прикладом для інших.

При цьому жоден з респондентів не набрав менше 10 балів. Це свідчить про те, що жоден з респондентів взагалі не мав лідерських навичок або не був здатний до лідерства. Це позитивний сигнал про те, що всі учасники мають певний лідерський потенціал, деякі вже розвинули його, а деякі продовжують розвивати.

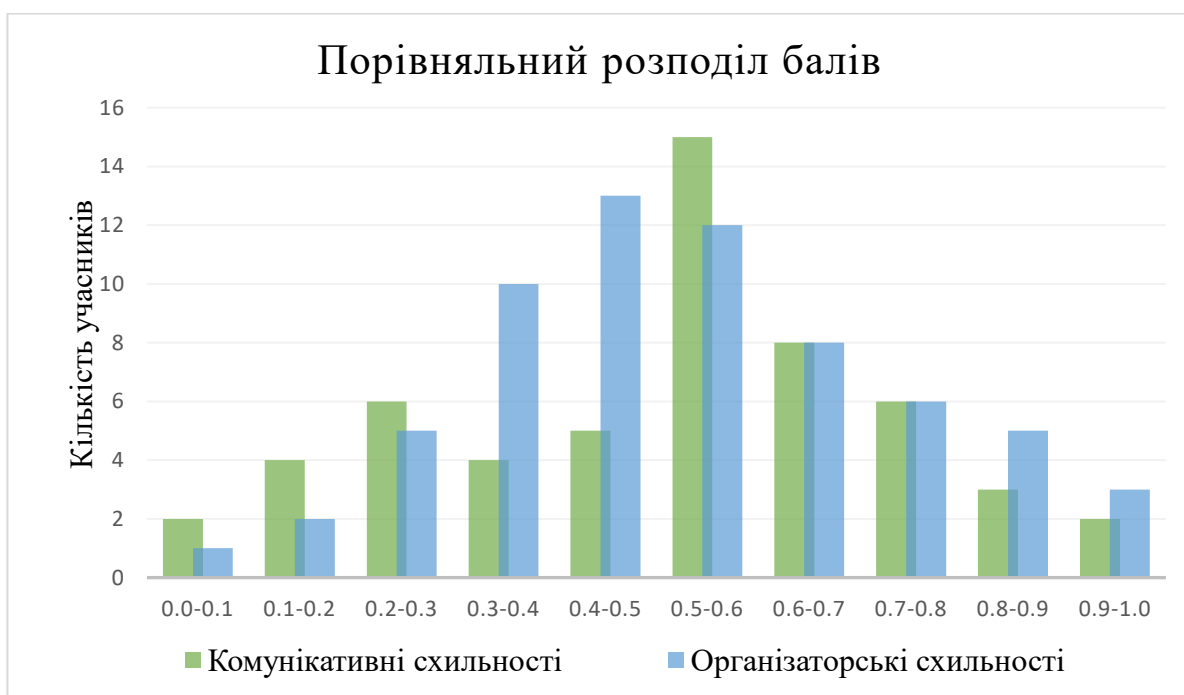


Рис. 2.4. Кількісний розподіл балів учасників за рівнем лідерських навичок

За результатами методики КОС-2 (Б. Федоришин, В. Синявський) отримано показники комуникативних та організаторських схильностей для конкретної вибірки учасників. Цей аналіз дозволяє визначити загальні тенденції розвитку цих двох важливих соціально-психологічних тенденцій.

Горизонтальна вісь показує інтервали балів (0,0-1,0), а вертикальна вісь - кількість учасників у кожному інтервалі «Рис. 2.4». Аналіз цього графіка показує, що більшість учасників (16) мали середній рівень організаційних навичок між 0,5 та 0,6 балами. Це свідчить про те, що навички організації, координації та контролю дуже добре виражені в деяких частинах вибірки.

Комунікативні навички також були найпоширенішими на рівні 0,5-0,6, але в деяких випадках досягали 12 балів. Серед нижчих значень (0,0-0,2) дуже невелика кількість учасників має як комунікаційні, так і організаторські навички, що свідчить про загальну тенденцію до того, що ці якості у вибірці є принаймні на базовому рівні. Загалом обидві характеристики симетрично розподілені навколо середнього значення, що свідчить про збалансованість досліджуваної групи за цими соціально важливими якостями. Більш високі значення (0,8-1,0) спостерігаються у відносно невеликій кількості учасників і є типовими для розподілу в генеральній сукупності.

Середній коефіцієнт комунікативних тенденцій учасників становить приблизно 0,51, що відповідає рівню нижче середнього за методичною рейтинговою шкалою. Це означає, що в середньому учасники опитування мають помірні труднощі з міжособистісним спілкуванням. Вони почуваються дещо скуто в новому колективі, їхнє коло знайомств звужується, вони відчують тривогу під час виступів перед аудиторією або в незнайомих ситуаціях. Водночас частина вибірки демонструє високі результати, що свідчить про певну прогалину в розвитку комунікативних навичок у респондентів. Результати варіюються від дуже низького (0,05) до дуже високого (0,95), як показано на діаграмі «Рис. 2.4».

Таблиця 2.1

Середні показники розвитку потенціалу соціального лідерства.

Тип навичок	Середнє значення
Комунікативні навички	0,51
Організаторські навички	0,56

Для організаційних схильностей середній коефіцієнт становить приблизно 0,56, що трохи вище за показник комунікації і загалом відповідає середньому рівню організаційних навичок. Це свідчить про те, що учасники опитування загалом здатні планувати власну діяльність, приймати рішення, організовувати роботу в команді, брати участь у вирішенні суспільних питань та проявляти ініціативу. Як видно з таблиці, результати розподілені більш рівномірно, але є

помітний зсув у бік середніх та високих значень. Індивідуальні значення також варіюються в широкому діапазоні - від мінімального 0,05 до максимального 1, що свідчить про значні відмінності в розвитку цих якостей між людьми «див. табл. 2.1».

Порівняння цих двох показників показує, що організаторські тенденції в середньому більш розвинені, ніж комунікативні. Це може свідчити про те, що більшість учасників можуть ефективно організовувати спільну діяльність, брати на себе відповідальність, розподіляти завдання та контролювати їх виконання, незважаючи на труднощі у встановленні першого контакту.

Висновок до другого розділу

Аналіз результатів особистісного тесту Т. Елерса показав, що більшість респондентів мають помірний та середній рівень прагнення до успіху. Це свідчить про внутрішню цілеспрямованість, прагнення до самореалізації та готовність долати труднощі в процесі досягнення поставлених цілей. Такий рівень мотивації сприяє особистісному та професійному зростанню. Невелика кількість учасників з низьким рівнем мотивації свідчить про потребу в додатковій підтримці, зокрема в частині стимулювання впевненості в собі, розвитку позитивної самооцінки та постановки реалістичних цілей. Водночас особливу увагу слід звернути на наявність респондентів із занадто високим рівнем мотивації. Це пов'язано з тим, що надмірні досягнення можуть призвести до тривожності, схильності до перфекціонізму та ризику емоційного вигорання. Загалом, отримані результати можна розглядати як позитивні. Тобто вони свідчать про наявність особистісних ресурсів, необхідних для ефективної самореалізації в академічному, професійному та соціальному контекстах.

Результати діагностики за методикою «Чи здатні ви стати керівником?» показали, що більшість учасників мають потенціал для ефективного управління. Виділяються їхня довіра до людей, почуття справедливості, вимогливість до себе та підлеглих, вміння надавати підтримку у складних ситуаціях та створювати

здорову атмосферу в колективі. Однак деякі учасники, хоча й здатні керувати окремими процесами та проєктами, можуть зіткнутися з труднощами як лідери, особливо коли йдеться про збереження балансу та об'єктивності в стресових або складних міжособистісних ситуаціях. Невелика кількість респондентів не повністю розвинули в собі якості, необхідні для ефективного лідерства, і тому потребують особистої поглибленої роботи над ними, перегляду своїх поглядів та розвитку лідерських навичок. Загалом ця група показує, що вони мають великий потенціал як управлінці, який, за умови належного розвитку, може бути реалізований у їхній майбутній професійній діяльності.

Аналіз результатів методики КОС-2 показує, що середній рівень організаторських схильностей у досліджуваній вибірці є вищим, ніж рівень комунікативних схильностей. Учасники загалом демонструють вміння планувати та організовувати діяльність, брати на себе відповідальність, але водночас мають певні труднощі у побудові міжособистісних стосунків, адаптації до нового колективу та впевненому самовираженні. Результати варіюються, що свідчить про різний рівень розвитку цих якостей у респондентів. Основним напрямком подальшого розвитку є вдосконалення комунікативних навичок, що дозволить більш ефективно працювати в команді та організовувати спільну діяльність на найвищому рівні.

РОЗДІЛ 3

ПРОГРАМА ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ «АРТТЕРАПІЯ ЯК КЛЮЧ ДО ЛІДЕРСЬКОГО ПОТЕНЦІАЛУ»

3.1. Програма психологічного тренінгу «Арттерапія як ключ до лідерського потенціалу»

Сучасне студентське середовище вимагає не лише високого рівня знань, а й розвитку особистісних якостей, серед яких особливого значення набувають соціальна активність та лідерський потенціал. Уміння налагоджувати контакти, ефективно взаємодіяти в команді, ініціювати зміни – це ті навички, які стають запорукою успішної самореалізації молодой людини.

Однак не кожен студент почувається впевнено у соціумі, не всі готові проявляти ініціативу або брати на себе відповідальність. Саме тому я пропоную звернутися до інноваційного підходу – арттерапія як інструменту м'якого впливу на розвиток внутрішнього потенціалу особистості.

Арттерапія – це не про художні таланти. Це про самовираження, самопізнання та розкриття внутрішніх ресурсів через творчість. Вона допомагає зняти напругу, активізує емоційну сферу, покращує комунікацію та сприяє особистісному зростанню.

Цей тренінг спрямований на створення безпечного простору для творчого самовираження, де кожен учасник зможе відкрити нові грані себе, зміцнити впевненість у власних силах та відчувати себе частиною активної, підтримувальної спільноти. Ми не просто працюватимемо з фарбами чи образами – ми досліджуватимемо себе, свою взаємодію з іншими та розвиватимемо навички, необхідні справжньому лідеру.

Мета тренінгу: Створити умови для розвитку соціальної активності та лідерських якостей студентів засобами арттерапії. Сприяти підвищенню самосвідомості, самопізнанню та розкриттю внутрішнього потенціалу учасників.

Завдання:

- Ознайомлення з поняттями: «соціальна діяльність», «лідерство», «внутрішній потенціал».
- Самооцінка лідерських якостей та рівня соціальної дії.
- Активізація внутрішніх ресурсів учасників через проєктивні артехніки.
- Створення безпечного простору для самовираження та поглиблення довіри до себе та інших.

Принципи тренінгової роботи

- Активна участь – важливо, щоб кожен учасник був включений у процес через вправи, обговорення, взаємодію.
- Добровільність – участь у тренінгу та виконання завдань мають бути за бажанням, без примусу.
- Психологічна безпека – створюю атмосферу довіри, де можна відкрито висловлювати думки та почуття.
- Конфіденційність – інформація, якою діляться учасники, залишається в межах групи.
- Гнучкість – готова змінювати план тренінгу відповідно до потреб та емоційного стану групи.
- Актуальність («тут і тепер») – фокусуємось на реальних переживаннях і ситуаціях, які виникають під час зустрічі.
- Зворотний зв'язок – важливо як надання, так і отримання зворотного зв'язку для покращення процесу.
- Індивідуальний підхід – враховую особливості кожного учасника, його темп і потреби.
- Практична орієнтованість – навички та знання мають бути застосовними в реальному житті.

- Групова динаміка – використовую потенціал групи як ресурсу для підтримки та розвитку.

Тривалість: 1- 1,5години

Структура тренінгу: тренінг розділений на 3 частини, кожне з яких має свою мету та відповідні завдання.

Формат: Очний, групова робота

Кількість учасників: 10-15 осіб

Цільова аудиторія: Студенти 1–4 курсу ЗВО

Таблиця 3.1

Структура тренінгу «Арттерапія як ключ до лідерського потенціалу»

Номер заняття	Назва	Мета	Види роботи
1.	Старт шляху: знайди лідера в собі	Допомогти учасникам усвідомити власний потенціал лідера, ознайомити з поняттям лідерства та його проявами, провести початкову діагностику лідерських якостей і налаштувати учасників на подальшу роботу над собою.	
2.	Твори себе: арттерапія як ресурс сили	Активізувати внутрішні ресурси учасників через арттерапевтичні методики, сприяти емоційному розкриттю, самопізнанню та розвитку соціальних навичок як основи лідерської взаємодії.	
3.	Формування лідерських якостей: інтеграція досвіду	Закріпити набуті знання й навички, сприяти усвідомленню особистих змін, активізувати лідерський потенціал та підвести учасників до практичного застосування отриманого досвіду в реальному житті.	

Заняття 1. «Старт шляху: знайди лідера в собі»

Мета:

- Ознайомити учасників із поняттям лідерства.
- Провести початкову діагностику лідерських якостей.
- Створити атмосферу довіри та натхнення.

1. Вітальне коло – «Моє ім'я та якість лідера»

Кожен учасник називає себе й додає одну рису, яку вважає лідерською (наприклад: «Я – Марія, і я рішуча»).

Тренер записує риси на фліп чарті, потім до записів можна повернутися.

2. Очікування учасників (метод «Долонька»)

Учасники малюють на аркуші свою долоню й у кожному пальці пишуть одне очікування від тренінгу.

Обговорення в групі: хтось добровільно ділиться.

3. Міні-лекція

4. Психодіагностика

Перед тестування (індивідуальна робота)

Методика 1: Методика діагностики особистості на мотивацію до успіху Т.

Елерса

Методика 2: Методика «КОС-2»

Методика 3: Методика «Чи здатні ви стати керівником?».

Учасники працюють індивідуально, результати зберігаються для подальшого аналізу. Ведучий не обговорює результати публічно, лише дає загальні коментарі.

Заняття 2. «Твори себе: арттерапія як ресурс сили»

1. «Мій внутрішній лідер»

Мета: Усвідомити власні лідерські якості та ресурси.

Формат: Індивідуальна робота (10 хв) + за бажанням – обмін у парах або колі.

Інструкція: Запропонуй учасникам письмово відповісти на запитання:

Перелічіть якості, які є важливими для вас.

- Коли я був лідером раніше?
- Що допомагає мені бути лідером?
- Моя суперсила як лідера
- Що я зроблю завтра, щоб стати кращим лідером?

За бажанням, поділіться однією відповіддю з групою або намалуйте свій символ лідерства.

2. «Двері» [7]

Мета: Реалізація власного потенціалу, усвідомлення своєї ролі в житті та розвиток самовираження.

Цільова вікова група: 16 років і старше.

Обладнання: аркуші А4, олівці, фарби, пензлі

Форма проведення: індивідуальна

Вид арттерапії: ізотерапія

Хід роботи: Намалуйте двері на аркуші А4. Дайте письмові відповіді на запитання (наприклад, «Куди ведуть ці двері?», «Що або хто знаходиться за дверима?», «Чи хотіли б ви відчинити двері?»). На окремому аркуші паперу намалуйте те, що знаходиться за дверима. Поміркуйте та проаналізуйте малюнок і відповіді.

«Ріка життя» [7]

Мета: Метафоризація життєвих перспектив, уявлень про життєві позиції та цінності, оцінка основних етапів розвитку особистості, чинників формування особистості соціуму.

Вікові обмеження: 20 +

Обладнання: папір А4 або А3, олівці, фарби, пензлики.

Форма роботи: індивідуальна.

Вид арттерапії: ізотерапія.

Інструкція:

Клієнту дають великий аркуш паперу (або кілька аркушів) і просять намалювати на ньому горизонтально значущі періоди свого життя від народження до сьогодення. Наступне завдання - закрити очі та уявити, як

народилася річка (льодовик, гора, ліс). Річка починає свій шлях, навколо неї багато пейзажів, вода змінюється, підводний світ стає багатшим, зустрічаються перешкоди.

Розплющивши очі, клієнти описують все, що бачать в уяві.

3. «Велика картина мого життя» [7]

Мета: Розуміння власного життя, його основних сфер, ставлення до життя, основних життєвих стратегій та життєтворчих можливостей.

Вікові обмеження: 16 +

Обладнання: папір А4, олівці, фарби, пензлики.

Форма роботи: індивідуальна.

Вид арттерапії: ізотерапія.

Інструкція: Клієнтам пропонують уявити себе великими художниками, заздалегідь вибрати тему і спробувати намалювати картину свого життя:

- Природа
- Портрет
- Абстракція
- Сцени з життя

Клієнта просять уявити себе великим художником і, вибравши заздалегідь тему, намалювати картину зі свого життя.

Заняття 3. Формування лідерських якостей: інтеграція досвіду

1. «Привітайся з компліментом» [11]

Мета: підняття емоційного настрою учасникам.

Інструкція для учасників: «Тепер ви всі повинні встати і привітатися один з одним. Кожен повинен привітатися з кожним. Не просто привітатися, а з компліментами. Завжди добре використовувати незвичайні компліменти. Просто придумайте комплімент для першої людини, яка вас привітає. Потім послухайте комплімент і запам'ятайте його, а коли будете вітатися з наступною людиною, скажіть їй комплімент. Потім знову послухайте комплімент, який був сказаний, і скажіть його наступній людині. Продовжуйте так, поки не привітаєте всіх членів групи. Таким чином, вони зможуть відповісти на комплімент».

2. Повторне тестування

Ті самі методики – для виявлення змін після артопрацювання.

3. «Джерело»

Мета: Розвивати навички саморегуляції та саморозвитку, формувати внутрішню стабільність і впевненість.

Зміст.

Учасники занурюються в коротку релаксаційну візуалізацію:

Уявіть собі джерело, що б'є з гранітної скелі. Прозора вода, що б'є з гранітної скелі, виблискує в сонячних променях, а довкола тиша і спокій. Ви чуєте приємне дзюрчання і відчуваєте, як вона з часом наповнює вас ясністю, спокоєм і енергією. Ви п'єте цю воду, і її цілюща сила проникає в вас, очищаючи ваші емоції та думки. Вода проходить крізь кожну клітину вашого тіла, змиваючи втому, напругу, розчарування і тривогу. Ви відчуваєте, як вода очищає вас від психологічного «сміття» і дає вам нову життєву силу. Нарешті, ви відчуєте, що ви є власним джерелом - чистим, сильним і невичерпним. Ви можете створювати, оновлювати і нести цю енергію далі у своє життя.

4. «Похвали себе» [12]

Мета: створити відчуття завершеності процесу та особистого досягнення.

Учасники сідають у коло. Фасилітатор просить кожного письмово відповісти на такі запитання:

- Чого ви навчилися під час тренінгу?
- Яким чином ви удосконалили себе?
- Які нові моделі поведінки ви випробували?
- Які нові емоції ви відчули?
- Що ви готові перенести в реальне життя?
- Після запису учасники по черзі діляться своїми висновками, хвалять себе за досягнення та діляться емоціями. Тренінг завершується емоційним обміном, подякою та прощанням.

3.2. Аналіз динаміки змін лідерського потенціалу та соціальної активності за результатами тренінгу

Тренінгова програма з розвитку лідерських якостей складалася з кількох послідовних сесій, спрямованих на мотивацію людей до успіху, розвиток їхніх комунікативних та організаційних навичок, а також розуміння власного лідерського потенціалу. Спочатку учасники пройшли первинну діагностику за трьома основними методиками: особистісний тест мотивації успіху Т. Елерса, методика «Чи здатні ви бути лідером?» та тест комунікативних та організаторських здібностей КОС-2 (Б. Федоришин, В. Синявський). Після цього відбулася теоретична сесія та арттерапевтична сесія з використанням техніки асоціативного малювання, яка супроводжувалася груповими дискусіями, спрямованими на осмислення власної діяльності та внутрішніх ресурсів. Наприкінці програми було проведено повторне опитування для оцінки змін (Додаток 3).

Аналіз даних показав чітку позитивну динаміку за всіма ключовими показниками: готовність до успіху за методикою Т. Елерса зросла в учасників майже у всіх випадках. Спочатку більшість показників були в межах від 8 до 17 балів, а після тренінгу – від 12 до 22 балів «Рис.3.1». Це свідчить про зростання внутрішньої рішучості та готовності досягати поставлених цілей.

Готовність бути лідером також значно покращилася. Початкові бали коливалися від 21 до 30, але після тренінгу вони зросли з 30 до 42. Це свідчить про зростання впевненості у власних лідерських здібностях та готовності брати на себе відповідальність за інших.

За методикою КОС-2 комунікативні тенденції також значно покращилися. З початкових 0,15-0,70 до 0,34-0,92 при повторній діагностиці «Рис.3.1». Учасники стали кращими комунікаторами, що важливо для ефективної групової взаємодії, вирішення конфліктів та створення здорової атмосфери в колективі. Організаційні навички також покращилися. з початкових 0,35-0,80 до 0,56-1. Це

свідчить про розвиток навичок планування, вміння координувати поведінку інших, почуття відповідальності та стратегічного мислення.

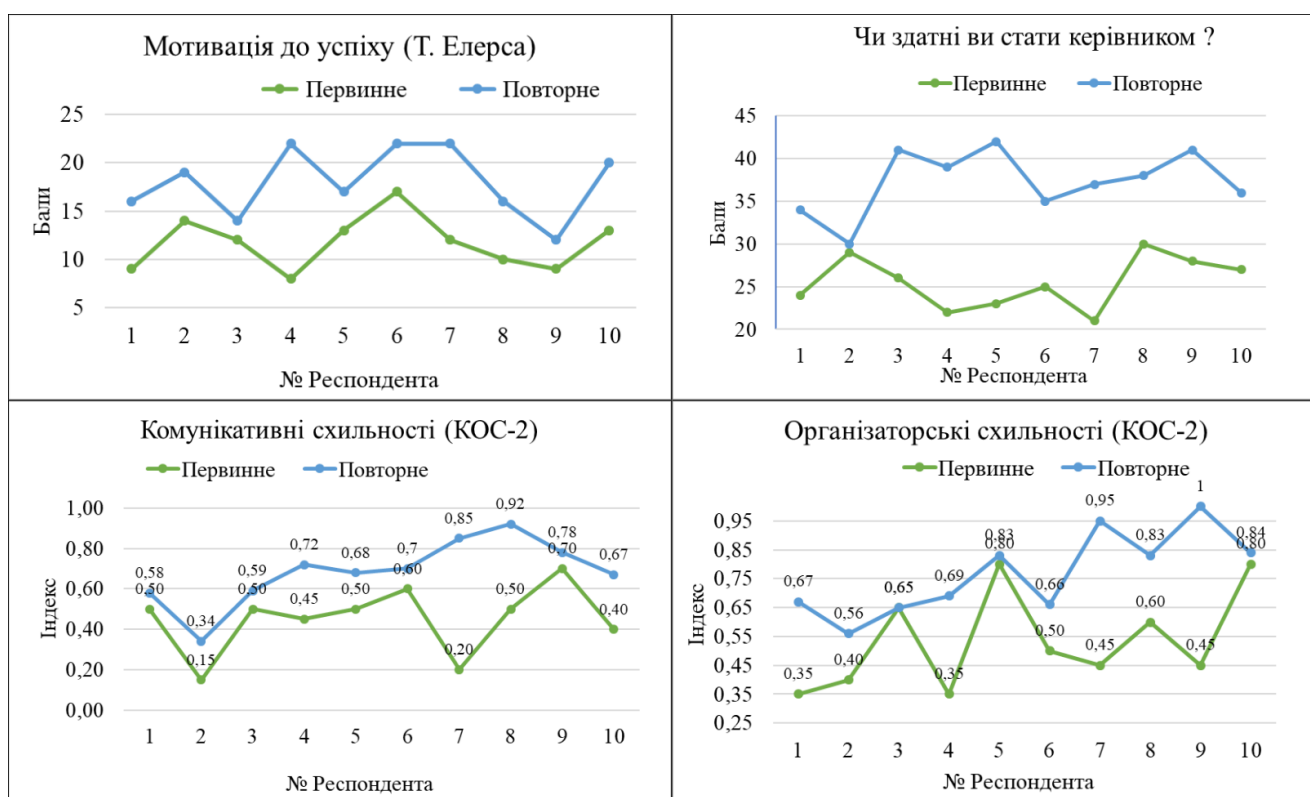


Рис.3.1. Об'єднання діаграм для порівняльного аналізу до та після тренінгу з розвитку молодіжного лідерства.

Статистичний аналіз підтвердив значущість цих позитивних змін. Кореляційний аналіз виявив тісний зв'язок між зростанням мотивації до успіху та розвитком комунікативних і організаційських навичок. Це доводить, що внутрішня мотивація є одним з ключових факторів розвитку лідерського потенціалу.

Позитивна динаміка була зафіксована у всіх без винятку респондентів, хоча ступінь змін у різних людей був різним. Початкова діагностика показала, що показник готовності до успіху мало корелює з готовністю до лідерства ($r = 0,073$), що свідчить про відсутність прямого зв'язку між готовністю до успіху та готовністю до лідерства. Комунікативні та організаційські здібності на початку тренінгової програми також мали лише слабкий позитивний зв'язок ($r = 0,137$), а

між мотивацією та організаторськими здібностями існував помірний кореляційний зв'язок ($r = 0,357$), що вказує на те, що організаторські навички частково залежать від внутрішньої мотивації особистості «див. табл. 3.2».

Позитивна динаміка була зафіксована у всіх без винятку респондентів, хоча ступінь змін у різних людей був різним. Початкова діагностика показала, що показник готовності до успіху мало корелює з готовністю до лідерства ($r = 0,073$), що свідчить про відсутність прямого зв'язку між готовністю до успіху та готовністю до лідерства. Комунікативні та організаторські здібності на початку тренінгової програми також мали лише слабкий позитивний зв'язок ($r = 0,137$), а між мотивацією та організаторськими здібностями існував помірний кореляційний зв'язок ($r = 0,357$), що вказує на те, що організаторські навички частково залежать від внутрішньої мотивації особистості.

Структура взаємозв'язків суттєво змінилася після тренінгової програми. Зокрема, комунікативні та організаторські тенденції показали дуже сильний позитивний зв'язок ($r = 0,745$). Це свідчить про те, що розвиток комунікативних навичок через арттерапевтичні техніки та групову взаємодію сприяв значному підвищенню організаційної компетентності. Таким чином, після тренінгу комунікація та організація стали майже нерозривно пов'язаними елементами в соціальній діяльності учасників.

Ще однією важливою тенденцією є те, що після тренінгу готовність стати керівником почала чітко корелювати як із комунікативними ($r = 0,559$), так і з організаторськими схильностями ($r = 0,536$). Це означає, що ефективні комунікатори та організатори стали більш готовими брати на себе лідерські функції. Такий результат демонструє правильність обраної методики розвитку лідерського потенціалу через формування практичних навичок взаємодії в групі.

Водночас спостерігалось послаблення зв'язку мотивації до успіху з іншими характеристиками. Зокрема, після тренінгу мотивація до успіху мала навіть помірний негативний зв'язок із готовністю стати керівником ($r = -0,420$) та слабкий негативний зв'язок з організаторськими схильностями ($r = -0,216$). Це може свідчити про те, що в процесі глибокої рефлексії учасники переосмислили

власні мотиваційні установки: не завжди прагнення до особистого успіху співпадає з бажанням організовувати інших або брати на себе відповідальність за групу.

Таблиця 3.2

Таблиця коефіцієнтів кореляційні зв'язки, r-Пірсона

Пара змінних	Первинна кореляція (r)	Повторна кореляція (r)
Мотивація – Лідерство	0,073	-0,420
Комунікація – Організація	0,137	0,745
Мотивація – Організація	0,357	-0,216
Лідерство – Комунікація	-	0,559
Лідерство – Організація	-	0,536

Примітка: рівні значущості: * $p \leq 0,1$. ** $p \leq 0,01$. *** $p \leq 0,001$

Використання математико-статистичних методів аналізу даних, таких як порівняння середніх та аналіз динаміки, підтвердило ефективність тренінгової програми. З огляду на отримані дані, можна стверджувати, що запропонована програма є ефективною і може бути в подальшому використана в освітніх та психологічних проєктах, спрямованих на розвиток активних, відповідальних та ініціативних молодих людей.

Висновок до третього розділу

Результати дослідження підтверджують високу ефективність запропонованих тренінгових програм для розвитку лідерських якостей серед молоді. Аналіз показав позитивну динаміку змін за всіма досліджуваними параметрами: мотивація до успіху, лідерські якості, комунікативні навички та організаторські здібності. Значне зростання середніх балів після тренінгу свідчить про успішну інтеграцію теоретичного матеріалу з практичними арттерапевтичними техніками. Учасники продемонстрували підвищену

впевненість у собі, готовність брати на себе відповідальність, покращили соціальну взаємодію та здатність ефективно організовувати діяльність.

Кореляційний аналіз результатів первинної та повторної діагностики показав, що структура взаємозв'язку між мотивацією, комунікацією, організаційними характеристиками та лідерською готовністю учасників тренінгу суттєво змінилася. На початкових етапах зв'язки між цими показниками були від слабких до помірних, що свідчило про фрагментарність розвитку лідерських навичок та слабку інтеграцію ключових соціальних навичок.

Після завершення тренінгу, що базувався на техніках арттерапії та рефлексивних практиках, зв'язок між комунікативною компетентністю, організаційною компетентністю та лідерською готовністю посилювався. Зокрема, спостерігалася сильна позитивна кореляція між комунікативною та організаційною компетентністю і помірна кореляція між цими компетентностями та лідерським потенціалом, що свідчить про ефективність такого підходу.

Водночас, слабкий або навіть негативний зв'язок між мотивацією до успіху та лідерським та організаційним мисленням свідчить про те, що необхідно докласти більше зусиль для розвитку внутрішнього почуття мети та свідомої мотивації учасників. Це підкреслює важливість комплексного підходу до розвитку лідерства, який поєднує комунікацію, організацію, рефлексію та розвиток внутрішньої мотивації.

Таким чином, навчальна програма продемонструвала високу ефективність у розвитку ключових соціальних навичок та лідерського потенціалу, але вказала на необхідність подальшої підтримки саморозвитку учасників для їхньої мотивації.

ВИСНОВОК

Проведене дослідження дозволило комплексно підійти до вивчення ефективності методів арттерапії в контексті розвитку потенціалу студентської молоді, зокрема, у розвитку лідерських якостей та соціальної активності. У цьому дослідженні арттерапія розглядається як ефективний метод психологічного розвитку особистості. Було показано, що вона сприяє активізації внутрішніх ресурсів молоді, формуванню мотивації, розвитку емоційного інтелекту, комунікативних здібностей та лідерських якостей. Теоретичний аналіз та емпіричні дані дозволили виявити механізми та динаміку впливу арттерапевтичного втручання на ці аспекти розвитку особистості.

Теоретичний компонент дослідження виявив важливу схожість між поняттями лідерства, соціальної дії та творчої самореалізації. Аналіз класичних та сучасних підходів до феномену лідерства показав, що його трактування давно вийшло за межі понять влади та контролю. Сучасна психологічна наука схиляється до розуміння лідерства як багатогранного процесу соціальної взаємодії, в якому центральну роль відіграють емпатія, рефлексивність, здатність мотивувати інших та інтеграція цінностей у поведінкові стратегії.

У цьому дослідженні було логічним перейти від теоретичного аналізу до емпіричної перевірки. Методологія дослідження включала первинну діагностику рівнів мотивації до успіху, лідерського потенціалу та соціальної компетентності. Використання трьох валідованих психодіагностичних інструментів дозволило отримати картину психологічного профілю учасників. Попередні результати діагностики показали, що більшість учнів мали середній рівень мотивації та лідерської готовності, але комунікативний компонент часто був низьким.

Позитивна динаміка була зафіксована за всіма досліджуваними показниками після проведення тренінгової програми, що включала арттерапевтичні техніки. Аналітичне порівняння результатів до і після втручання показало статистично значуще підвищення рівня мотивації до успіху. Це свідчить про те, що учасники стали краще усвідомлювати свої цілі, що посилювало їхню внутрішню рішучість та здатність долати труднощі.

За результатами методики «Чи можете ви бути лідером?» у більшості учасників також підвищився рівень лідерського потенціалу. Аналіз якісних даних показує, що зміни проявилися у підвищенні впевненості в собі, здатності брати на себе відповідальність та управлінському мисленні. Після тренінгу значна кількість учасників виявила готовність брати на себе лідерські ролі в навчальному середовищі, брати участь у студентській профспілці та створювати власні проекти.

Найбільш показовими були результати методики КОС-2. Комунікативні та організаційні навички значно покращилися. До тренінгу багато респондентів демонстрували обмеження у соціальній взаємодії, уникали публічних виступів та мали вузьке коло друзів. Після тренінгу вони стали більш відкритими та здатними до ефективної міжособистісної взаємодії. Аналіз даних показав, що розвиток організаційної компетентності значною мірою залежав від зростання мотивації до успіху, що підтверджується середнім рівнем кореляції між відповідними показниками.

Аналіз змін не обмежувався кількісними даними. Якісний зворотний зв'язок, отриманий через групові рефлексії, відкриті запитання та описи учасниками свого досвіду, показав, що арттерапія не лише змінила їхнє ставлення до себе, а й когнітивне ставлення до лідерства. Вони навчилися пов'язувати творчість і відповідальність, інтуїцію та аналітичне мислення, індивідуальність і соціальну інтеграцію.

Таким чином, аналіз показує, що використання методів арттерапії в контексті розвитку креативності та лідерського потенціалу студентів є дуже перспективним напрямком. Однак, щоб бути максимально ефективним, це вимагає комплексного поєднання розвитку зовнішніх навичок людини та внутрішньої мотивації.

На основі теоретико-методологічного обґрунтування та емпіричних досліджень можна сформулювати загальні висновки. Цілі дослідження, спрямовані на теоретико-методичне обґрунтування та емпіричне дослідження ефективності методів і технік арттерапії в процесі розвитку творчого потенціалу

студентів, були успішно виконані. Як показує теоретичний аналіз, соціальна активність проявляється в таких якостях, як співпраця, участь у суспільно корисній діяльності, ініціативність, відповідальність та гнучкість у спілкуванні. Формування цих якостей є надзвичайно важливим у швидкозмінному соціокультурному середовищі, де молодь часто стикається з такими викликами, як інформаційне перевантаження, емоційне вигорання та фрагментація ідентичності.

Таким чином, встановлено та доведено на теоретичному та емпіричному рівнях ефективність використання методів арттерапії для стимулювання соціальної активності учнівської молоді та розвитку її лідерського потенціалу. Проведено ґрунтовний теоретичний аналіз основних понять, виявлено особливості прояву досліджуваних якостей у учнівської молоді, розроблено та апробовано психокорекційну програму, результати якої підтвердили її ефективність. Дослідження має науково-практичний потенціал і може бути використане для подальшої розробки програм особистісного зростання в освітніх закладах, спрямованих на адаптацію до потреб молоді та формування відповідальних, активних і соціально відповідальних громадян. У сучасному світі, де робота в команді, вміння змінюватися та навички емоційного самовираження набувають все більшого значення, такі впровадження є необхідністю, що дозволяє молодим людям не лише адаптуватися до зовнішнього середовища, а й максимально розкрити свій внутрішній потенціал.

Емпіричні дослідження підтверджують, що молоді студенти мають великий потенціал для розвитку лідерських здібностей, а інтеграція методів арттерапії в освітні та навчальні програми ефективно підвищує мотивацію до успіху, розвиває комунікативні та організаторські навички, формує соціальну активність.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Арттерапія. *Велика українська енциклопедія*. URL: <https://vue.gov.ua/арттерапія>
2. Вознесенська О. Л. Арттерапія як засіб психосоціального відновлення особистості. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. Київ: КНУ імені Тараса Шевченка, 2015. Вип. 3 (29). С. 40-47.
3. Вознесенська О. Л., Мова Л. В. *Арттерапія в роботі практичного психолога: використання арттехнологій в освіті*. Луцьк : Шкільний світ, 2007. 120 с.
4. Замелюк М. І., Магдисюк Л. І., Ольхова Н. В. Арттерапія як засіб творчої самореалізації особистості. *Психологія: реальність і перспективи*. Рівне: РДГУ, 2018. Вип. 10. С. 50-57.
5. Захарова О. П. Основи арттерапії для психологів. Київ : Академія, 2019. С. 89-133.
6. Злочевська Л. С. Арттерапія як метод розвитку мотивації до творчої праці у профорієнтаційній роботі з учнівською молоддю. *Творча розмаїтість простору арттерапії*. 2007. Вип. 1.1. С. 114-124.
7. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арттерапії: навч.-метод. посіб. Частина 1. Львів : ЛьвДУВС, 2020. 232 с.
8. Карапетрова О. В. Використання методів арттерапії у роботі психолога з корекції тривожних станів особистості. *Вісник Університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2020. № 2 (20). С. 34-39.
9. Коберник О. Виховний потенціал студентського самоврядування у формуванні особистості майбутнього педагога. *Збірник наукових праць Уманського державного університету імені Павла Тичини*. 2015. Частина 1. С. 151-158.
10. Козловська О. В., Романюк А. Й., Урумський В. І. Діагностика професійної компетентності педагогічних працівників: збірник тестів для керівників закладів освіти. Тернопіль, 1999. С. 14-17.

11. Кузікова С. Б. Теорія і практика вікової психокорекції: навч. посіб. Суми: Університетська книга, 2020. 304 с.
12. Максименко С. Д., Прокоф'єва О. О., Царькова О. В., Кочкурова О. В. *Практикум із групової психокорекції: підручник*. Мелітополь: Видавничо-поліграфічний центр «Люкс», 2015. 414 с.
13. Мороз В. П. Організаційно-педагогічні умови формування лідерських якостей студентів вищих навчальних закладів у процесі діяльності органів студентського самоврядування: дисертація кандидата педагогічних наук: 13.00.07. 2015. 305 с.
14. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії: навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
15. Науковий вимір соціально-педагогічних проблем сьогодення: / за ред. О. В. Лісовця, С. О. Борисюк. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2022. 175 с.
16. Николаєнко Н. В., Плаксименко І. Л. Творчість, духовність, гуманізм в просторі освіти. *Збірник доповідей науково-практичної конференції КНУ*. 2010. Т. 54. № 3. С. 26-279.
17. Орлів М. С. Розвиток лідерського потенціалу керівника сфери державного управління: навч. посіб. Київ: ДП «НВЦ «Пріоритети», 2017. 40 с.
18. Орлянський В. С. *Практична психологія: навч. посіб.* Київ: Центр навчальної літератури, 2007. 360 с.
19. Особливості формування лідерських якостей в учнів основної школи. *Науковий вісник МНУ імені В. О. Сухомлинського. Педагогічні науки*. Одеса: МНУ ім. В. О. Сухомлинського, 2015. С. 964-976.
20. Романенко Н. І., Кудояр Л. М. Керівництво та лідерство. *Матеріали науково-теоретичної конференції викладачів, аспірантів, співробітників та студентів гуманітарного факультету*. Суми: СумДУ, 2009. Частина 1. С. 126-129.
21. Савельєва О. О. Оцінка лідерського потенціалу студентів як майбутніх управлінців. *Вісник Хмельницького національного університету. Серія: Економічні науки*. 2010. № 4. С. 81-84.

22. Сорока О. В. Арттерапевтична компетенція як складова професійної компетентності фахівців соціальної сфери. *Вісник Університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2016. № 2 (12). С. 301-306.
23. Старинська О. В. Інтелектуальна ініціативність молодших учнів та засоби її розвитку. *Психологія*. 2005. № 1. С. 26-38.
24. Титаренко О. І., Каткова Т. А. Арттерапія як засіб розвитку творчого потенціалу підлітків. *Теорія і практика сучасної психології: збірник наукових праць*. 2019. № 2. С. 19-23.
25. Троцько Г. В. Студентське самоврядування як засіб розвитку особистості. *Педагогічні і психологічні науки в Україні: збірник наукових праць до 15-річчя АПН України: у 5 томах*. Київ : АПН України, 2007. С. 296-307.
26. Цимбалюк І. М. Психологічне консультування та корекція: навч. посіб. 2-ге вид., випр. і доп. Київ: Професіонал, 2007. 544 с.
27. Ященко В. Лідерство як психологічний феномен. *Вісник Тернопільської академії народного господарства*. 2002. №4. С. 62-66.