

Козакова Л. О.

Херсонський національний технічний університет

Фролова М. Е.

Херсонський національний технічний університет

Момоток О. М.

Херсонський національний технічний університет

ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТИВНІСТЬ ЛІДЕРА СТУДЕНТСЬКОЇ ГРУПИ ЩОДО УМОВ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

У статті розглянуто психологічну адаптивність лідера студентської групи до умов дистанційного навчання. В умовах воєнного стану та дистанційного навчання сучасні технології відкривають перед студентами безпрецедентні можливості для здобуття знань, спілкування та культурного обміну. Однак разом із цими перевагами приходить і ряд викликів для їхнього соціального життя та психологічного самопочуття. Дистанційна взаємодія та використання цифрових технологій може значно змінити спосіб, яким студенти спілкуються.

Основною метою наукової праці є опис ключових моментів, пов'язаних з студентської адаптацією лідера групи до навчального процесу в умовах дистанційного навчання. Визначено важливість ролі лідера в підтримці психологічного клімату групи та організації ефективної взаємодії в умовах віддаленого навчання. Автори проаналізували основні чинники, що впливають на адаптацію лідера, зокрема, необхідність розвитку нових комунікативних і організаційних навичок, здатність швидко реагувати на зміни та підтримувати моральний дух одногрупників

Роль лідера студентської групи в умовах дистанційного навчання стає надзвичайно важливою для збереження ефективної взаємодії, підтримки групової єдності та забезпечення продуктивності в умовах обмеженої комунікації. Відсутність фізичного середовища, до якого звикли студенти, ставить перед лідером завдання не лише координувати діяльність, а й стати емоційною підтримкою для однокурсників, які можуть відчувати ізоляцію, стрес або втрату мотивації. В умовах дистанційного навчання лідер виконує функцію містка між студентами та викладачами, забезпечуючи обмін інформацією, оперативне вирішення організаційних питань і збереження високого рівня взаємодії у групі. Автори приділили увагу аспектам стресостійкості, які є ключовими у подоланні труднощів дистанційного навчання. Стаття висвітлює стратегії, що сприяють успішній адаптації лідера до нових умов та забезпечують гармонійну роботу групи в умовах онлайн-освіти. Проаналізовано психологічні проблеми адаптивності лідера студентської групи щодо умов дистанційного навчання. Виокремлено, що перехід на дистанційне навчання в сучасних умовах створив нові вимоги до студентів, зокрема, до лідерів студентських груп. У статті представлено результати анкетування здобувачів вищої освіти Херсонського національного технічного університету щодо проблем, пов'язаних з процесом адаптації до умов дистанційного навчання у закладах вищої освіти в період воєнного стану в Україні та ролі лідерства у студентському середовищі

З'ясовано, що розвиток адаптивного лідерства є необхідним елементом підготовки майбутніх професіоналів.

Ключові слова: адаптивність, дистанційне навчання, лідер, студентська група, цифрова епоха, інформаційні технології, воєнний стан.

Постановка проблеми. Заміна традиційної форми навчання на онлайн-формат виявила не лише технічні та організаційні труднощі, але й висунула нові вимоги до психологічної готовності учасників освітнього процесу, зокрема здобувачів вищої

освіти. Значущу роль у цьому контексті відіграє лідер студентської групи, адже саме він сприяє згуртованості колективу, налагодженню ефективної комунікації та підтримці навчальної мотивації. Від рівня його адаптивності значною мірою зале-

життя як емоційний клімат у групі, так і загальна ефективність освітнього процесу. Це питання набуває особливої важливості в умовах постійних змін і викликів, які супроводжують освітню діяльність у цифрову епоху. Розуміння психологічних механізмів студентського лідерства та його впливу на групову динаміку дозволяє формувати ефективні стратегії підтримки молоді в дистанційному форматі. Таким чином, актуальність дослідження зумовлена необхідністю глибокого наукового аналізу ролі лідера студентської групи в умовах трансформації освітнього середовища, а також пошуку дієвих шляхів розвитку його психологічної стійкості та адаптивності в нових умовах навчання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Загальний аналіз останніх досліджень і публікацій вказує на те, що проблеми дистанційного навчання досліджують багато вітчизняних та зарубіжних науковців, зокрема, в управлінні освітою (П. Воловик, Т., В. Кремень, В. Луговий, Н. Ничкало, С. Сисоєва та ін.). У науковому просторі висвітлювалась тема феномену лідерства у цифрову епоху. Зокрема, цьому питанню присвячені праці таких вітчизняних авторів: А. Єрмоленко, Ю. Кращенко, В. Локшин, О. Дяків, О. Бойко, Н. Сушик, О. Уманський, В. Гладкова та ін. Особливе значення в контексті розробки методологічних засад розвитку лідерства мають праці В. Бондар, М. Діденко, О. Пилипчук, А. Корнійчук та ін. Дослідження системи формування лідерської компетентності в освітньому просторі здійснено С. Нестулею, О. Антонюк. Особлива увага приділена вивченню теорії лідерства як прояву особистісних якостей в працях Р. Сопівника.

Проблемі адаптації студентів до навчання в умовах воєнного стану приділяється багато уваги такими науковцями як Т. Алмазова, Ю. Бохонкова, Н. Герасімова, Н. Жигайло та ін.

Постановка завдання. Головною метою цієї роботи є висвітлення важливості психологічної адаптивності лідера студентської групи у сучасних умовах воєнного стану та дистанційного навчання.

Виклад основного матеріалу. В умовах дистанційного навчання лідери студентських груп стикаються з низкою нових викликів, які кардинально відрізняються від тих, що виникали в умовах традиційної очної освіти. Одним із найбільших викликів є зниження особистісного контакту, що ускладнює створення згуртованої команди та підтримання ефективної комунікації між студентами. Лідерам доводиться перебудовувати свої підходи до взаємодії, оскільки багато невербальних сигналів, які вони

використовували раніше для розуміння настроїв та емоцій членів групи, просто відсутні в онлайн-форматі. Це створює додаткові перешкоди для встановлення взаєморозуміння та емоційного зв'язку, що особливо важливо для підтримання групового духу. Заклади вищої освіти, здійснюючи підготовку студентів за різними напрямками і спеціальностями, все більше звертають увагу на проблему формування лідерської компетентності здобувачів вищої освіти, адже нині будь-який фахівець-професіонал, майстер своєї справи має бути командним гравцем, який володіє комплексом характеристик, в основі яких лежить здатність до колективної взаємодії та лідерства. [1. С. 501] Дистанційне навчання розглядається як альтернатива традиційного для регіонів України, де ведуться активні бойові дії. Спираючись на думку С. Макеєва, у деяких життєвих ситуаціях, а для мільйонів, які виїхали з країни в більшості, розпадається взаємна орієнтація інститутів та громадян [2. С. 40]. В умовах воєнного стану та дистанційного навчання зростає ризик виникнення почуття ізоляції та втрати мотивації, і роль лідера студентської групи набуває нового, більш важливого значення.

Адаптація лідера студентської групи до дистанційного формату навчання є складним процесом, який охоплює зміну його функцій, ролей та обов'язків у новому, неприродному для більшості студентів середовищі. Дистанційне навчання впливає на традиційну модель лідерства, яка базується на безпосередній взаємодії, фізичній присутності та психологічній близькості між лідером і групою. У нових умовах лідер стикається з необхідністю збереження своєї ролі та впливу, попри бар'єри фізичної віддаленості, і це потребує додаткових ресурсів та адаптивних зусиль. Одна з головних особливостей такого лідерства – розширення обсягу відповідальності, адже лідер стає основною ланкою, яка підтримує психологічну стабільність і організованість групи.

У своїй фундаментальній праці про адаптивне лідерство Хейфец, Грашоу та Лінські стверджують, що адаптивне лідерство – це практика мобілізації групи людей для розв'язання складних проблем і процвітання в умовах змін [3]. Автори підкреслюють, що адаптивні лідери повинні вміти діагностувати проблеми, керувати увагою команди та створювати умови для колективного розв'язання проблем. Дистанційне навчання впливає на традиційну модель лідерства, яка базується на безпосередній взаємодії, фізичній присутності та психологічній близькості між лідером і групою. У нових умовах лідер стикається з необхідністю збереження своєї

ролі та впливу, попри бар'єри фізичної віддаленості, і це потребує додаткових ресурсів та адаптивних зусиль. Одна з головних особливостей такого лідерства – розширення обсягу відповідальності, адже лідер стає основною ланкою, яка підтримує психологічну стабільність і організованість групи. Роль лідера студентської групи в умовах дистанційного навчання є ключовою для забезпечення ефективного функціонування групи в умовах обмежених контактів. Він не лише відповідає за організаційні питання, але й стає емоційною опорою для інших, допомагаючи зберегти єдність, мотивацію та психологічний комфорт студентів у нових обставинах.

У контексті сучасної української освітньої реальності адаптивність лідера студентської групи можна інтерпретувати як:

– **психологічну стійкість**: вміння долати тривогу, стрес та реагувати на психологічні проблеми одногрупників. У сучасних умовах дистанційного навчання стрес і емоційне вигорання стають поширеними проблемами серед лідерів студентських груп. Психологічний тиск на них значно зростає, оскільки вони змушені одночасно долати особисті труднощі навчання та координувати діяльність своєї групи, забезпечуючи її функціонування та підтримку мотивації учасників. Така подвійна відповідальність створює додаткове емоційне навантаження, яке може з часом призводити до відчуття виснаження, тривоги, втрати ентузіазму та навіть відчуження від своєї ролі.

Однією з головних причин стресу у лідерів групи є неможливість повноцінного відпочинку від завдань та обов'язків. У дистанційному навчанні немає чіткого розмежування між навчальним і приватним часом, а через постійну доступність цифрових засобів комунікації лідери часто отримують повідомлення та запити на допомогу від своїх однокурсників навіть у позанавчальний час. Це створює ефект «постійної роботи», коли лідер завжди має бути на зв'язку і готовий до розв'язання проблем, що не дає можливості для повноцінного відновлення. У таких умовах психоемоційне напруження поступово накопичується і може перейти у стадію емоційного вигорання. Лідери стикаються з додатковим психологічним навантаженням, яке включає як особисті труднощі навчання в онлайн-форматі, так і відповідальність за групу. Як стверджує О. Антонюк, ефективність діяльності освітнього лідера значною мірою залежить від посилення психологічних та етичних основ, які ґрунтуються на позитивних цінностях і орієнтаціях, від його вміння знайти позитивні чинники, які сприяли би благополучному функці-

онуванню, ефективній роботі та розвитку [4].

Часто лідери намагаються одночасно справлятися з власними проблемами – від технічних труднощів до стресу, від постійного перебування вдома – і при цьому залишатися емоційною опорою для інших. Це може призводити до емоційного вигорання, оскільки на лідерах лежить відповідальність підтримувати позитивний настрій та надавати підтримку, що виснажує їх психологічні ресурси. Дистанційне навчання вимагає від лідера здатності контролювати власний емоційний стан і розвивати стійкість до стресу, що, в свою чергу, потребує навичок саморегуляції. «За яким чином ми адаптуємося до нової ситуації на особистісному рівні? За великим рахунком, переживаючи стрес, ми щоразу перебудовуємо свій життєвий світ, змінюємо його конфігурацію, переосмислюємо власну роль у тому, що трапилось. Термінове завдання, яке стоїть перед нами у стресовій ситуації, – по-новому побачити актуальну життєву ситуацію, переставити акценти, знайти нове пояснення тому, що відбувається» [8. С. 20].

– **соціальну адаптацію**: пристосування до нових форм комунікації, вміння розв'язувати конфлікти та налагоджувати співпрацю. Одним із важливих аспектів адаптації є здатність лідера до організаційної саморегуляції та нових форм координації. Відсутність живих зустрічей та безпосередньої участі в групових процесах створює психологічну напругу, яка супроводжується почуттям ізоляції та невпевненості в ефективності власних дій. Лідер має знаходити ефективні способи організації дистанційного навчального процесу та координування групової роботи, залучаючи учасників через онлайн-зустрічі, групові чати та інші цифрові інструменти. Ця адаптація вимагає від лідера швидкого опанування навичок управління через цифрові канали комунікації, де необхідна підвищена увага до деталей, здатність сприймати невербальні сигнали і аналізувати настрої та емоційний стан членів групи через текстові повідомлення чи відеозв'язок. Ефективність такої взаємодії залежить від рівня розвитку емоційного інтелекту лідера, який дозволяє йому вчасно розпізнавати психологічний стан інших, враховувати культурні та індивідуальні особливості. Сучасні керівники-лідери повинні мати все, що приносить їм їхній діяльності успіх. Умовами для цього є трансформація комунікацій; зміна ставлення до людських ресурсів; зміна мотивації; зміна ставлення до команди. Саме трансформація комунікацій та зміна взаємин між людьми є провідними [5. С. 155]. Підтримка мотивації серед студентів

під час дистанційного навчання є однією з найбільших проблем. Залученість студентів може знижуватись через монотонність навчального процесу, перевантаження від постійної роботи з екраном, а також через індивідуальні психологічні чинники, зокрема тривожність і стрес від невизначеності. Лідер може допомагати подолати ці труднощі, організовуючи зустрічі з обговоренням спільних проблем, плануванням цілей і підтримкою позитивного настрою в групі. Завдяки цьому студенти відчують підтримку й розуміння, що допомагає їм зберегти мотивацію;

– **технологічну гнучкість та креативність:** швидке опанування нових цифрових інструментів для ефективної організації навчального процесу та комунікації. Із збільшенням темпів росту цифрових технологій, впровадженням інноваційних рішень у всіх сферах суспільного життя виникає необхідність у формуванні комунікативної компетентності майбутніх фахівців, розвитку навичок у групі, володіння різними соціальними ролями [7]. Технологічні виклики є ще однією значною перешкодою для лідерів студентських груп. Використання різних платформ для навчання, комунікації та обміну матеріалами може викликати плутанину серед студентів, особливо якщо вони мають різний рівень цифрових навичок. Лідер часто бере на себе роль координатора цих процесів, допомагаючи студентам освоювати нові інструменти, налаштовувати їх та вирішувати технічні проблеми. Окрім того, він має забезпечувати регулярність комунікації, контролювати виконання завдань і своєчасно передавати інформацію від викладачів, що потребує додаткових організаційних здібностей і часу. Лідер студентської групи має бути ініціативним у створенні нових способів комунікації, адаптованих до онлайн-формату. Це включає організацію регулярних зустрічей у віртуальних кімнатах, створення групових чатів та використання цифрових платформ для обміну навчальними матеріалами та завданнями. Лідер також може взяти на себе організацію додаткових неформальних зустрічей, які допомагають членам групи підтримувати зв'язок та почуття єдності. Усі ці ініціативи допомагають формувати віртуальний простір, де студенти почуваються залученими до навчального процесу і менше відчують соціальну ізоляцію. Крім цього, лідерам доводиться стикатися з проблемою невизначеності та постійних змін, які характерні для дистанційного навчання. Зміни у розкладі, вимоги до завдань, оновлення програмного забезпечення або технічні збої можуть ставати причиною зривів у навчаль-

ному процесі та викликати тривогу серед студентів. Лідери змушені виявляти гнучкість і швидко адаптуватися до таких змін, одночасно заспокоюючи групу та зберігаючи структуру навчання.

У дистанційному навчанні надзвичайно важливою є здатність лідера адаптувати стиль комунікації до особливостей онлайн-середовища. Замість особистих зустрічей та невербальних сигналів, лідер має спиратися на чітке формулювання завдань, оперативність у відповідях та емпатійність, щоб бути уважним до психологічного стану учасників групи. У цьому контексті важливим стає розвиток емоційної інтелігентності, що дозволяє лідеру вчасно помічати можливі тривожні сигнали серед членів групи, такі як зниження активності чи інтересу, і оперативно реагувати, надаючи моральну підтримку або допомогу у вирішенні проблем. Студент-лідер повинен також усвідомити й визнати все те, що віддаляє його від лідерства, як ідеального образу професійної досконалості, соціальної зрілості. Створювальна рефлексія, на думку І. Беха, передбачає духовно-моральний розвиток і саморозвиток особистості [6].

З метою моніторингу деяких психологічних стресів та значення ролі лідера у студентському середовищі серед здобувачів вищої освіти Херсонського національного технічного університету було проведено анкетування студентів. В опитуванні взяли участь 104 студенти таких спеціальностей: 121 – Інженерія програмного забезпечення; 122 – Комп'ютерні науки; 123 – Комп'ютерна інженерія.

Результати моніторингу представлені у вигляді діаграм.

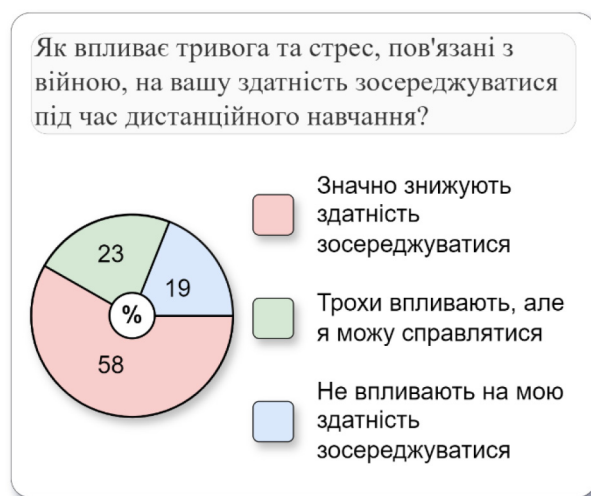


Рис. 1. Результати опитування «Як впливає тривога та стрес, пов'язані з війною, на вашу здатність зосереджуватися під час дистанційного навчання?»

Наскільки важливо для вас особисте спілкування з одногрупниками та друзями? Як ви компенсуєте його відсутність під час дистанційного навчання?

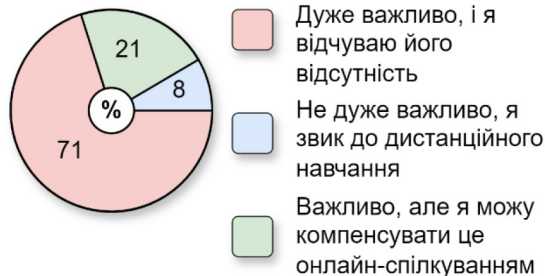


Рис. 2. Результати опитування «Наскільки важливо для вас особисте спілкування з одногрупниками та друзями? Як ви компенсуєте його відсутність під час дистанційного навчання?»

Чи вважаєте ви, що лідерство є важливим у студентському середовищі?



Рис. 3. Результати опитування «Чи вважаєте ви, що лідерство є важливим у студентському середовищі?»

Якими якостями, на вашу думку, має володіти лідер у студентському середовищі?

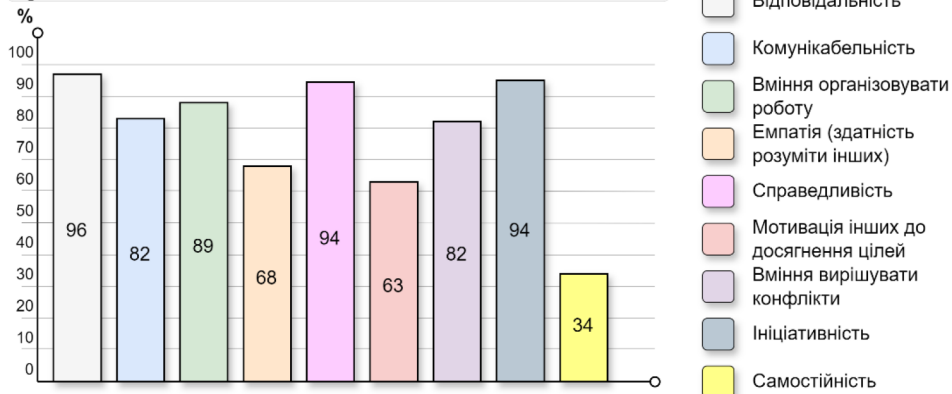


Рис. 5. Результати опитування «Якими якостями, на вашу думку, має володіти лідер у студентському середовищі?»

Які переваги ви бачите у наявності сильного лідера в студентському середовищі?

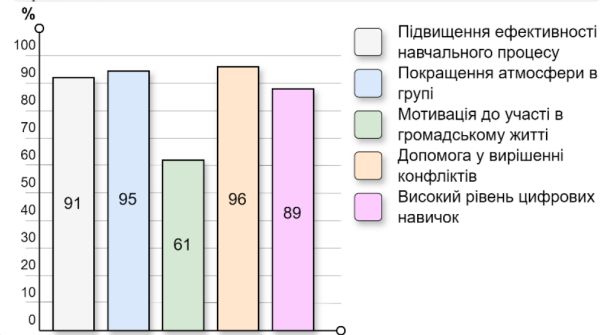


Рис. 4. Результати опитування «Які переваги ви бачите у наявності сильного лідера у студентському середовищі?»

Висновки. Проведене нами дослідження виявило, що виклики дистанційного навчання для лідерів студентських груп охоплюють широкий спектр проблем – від емоційного вигорання та труднощів у підтриманні групової мотивації до необхідності розвивати цифрові навички та вміння працювати в умовах невизначеності. Для ефективного виконання своєї ролі лідери мають розвивати навички комунікації, саморегуляції, адаптивності та управління стресом, що дозволить їм краще підтримувати свої групи і створювати продуктивне середовище для навчання.

Нова, значуща обставина для студентів ХНТУ – це майже повна втрата можливості особистого спілкування з однокурсниками та викладачами. Ці обставини вимагають від лідера, старости студентської групи не лише високий рівень гнучкості та здатність швидко реагувати на зміни, а й уміння ефективно організовувати роботу своїх одногрупників: надавати практичну допомогу в розв'язанні технічних і навчальних проблем; забезпечувати



Рис. 6. Результати опитування «Які ролі можуть виконувати лідери у студентському середовищі?»

емоційну підтримку; створювати безпечне віртуальне середовище, де кожен член групи почувається почутим і підтриманим. Психологічна адаптивність лідера студентської групи є ключовим фактором успіху дистанційного навчання. У сучасному світі, де зміни стають нормою, а не винятком, розвиток адаптивного лідерства серед студентів є необхідним елементом підготовки майбутніх професіоналів, здатних ефективно функціонувати в умовах постійних змін і викликів.

Перспективи подальших досліджень ми вбачаємо у розробці стратегії психологічної підтримки

для здобувачів вищої освіти, спрямовані на підтримку збоку університету, зокрема, забезпечення доступу до інформаційних ресурсів, організація психологічної допомоги, регулярні зустрічі (онлайн або офлайн) дозволяють обговорювати актуальні проблеми та надавати взаємну емоційну підтримку.

Для ефективної адаптації у воєнний період лідерам рекомендується налагоджувати відкриту комунікацію з адміністрацією навчального закладу та іншими групами, адже це сприяє вирішенню організаційних і психологічних питань.

Список літератури:

1. Нестуля О.О., Нестуля С.І., Кононец Н.В. Підготовка лідерів-управлінців в умовах дистанційного навчання. *Соціально-трудові відносини: проблеми науки та практики*: монографія / С.І. Бандур, Т.А. Костишина, О.О. Нестуля [та ін.]; за ред. Т.А. Костишиної. Полтава, 2020. С. 501–502.
2. Макеєв С. Інституційний ландшафт воєнного стану. *Українське суспільство в умовах війни*: монографія / С. Дембіцький, О. Злобіна, Н. Костенко та ін.; за ред. Член.-кор. НАН України, д.філ.н. Є. Головахи, д.соц.н. С. Макеєва. Київ: Інститут соціології НАН України, 2022. С. 35–46.
3. Хейфец, Р., Грешоу, А., Лінські, М. Адаптивне лідерство: інструменти і тактики для зміни вашої організації та світу. URL: <https://surl.li/jdeqkd> (дата звернення 03.10.2024).
4. Антонюк О. Позитивна психологія як важлива складова освітнього лідерства. *Український Педагогічний журнал*. 2023. № 4. С. 121–130. <https://doi.org/10.32405/2411-1317-2022-4-121-130>
5. Сергєєва Л.М., Кондратьєва В.П., Хромей М.Я. за Лідерство: навч.посіб.за наук.ред. Л.М. Сергєєвої. Івано-Франківськ. «Лілея-НВ». 2015. 296 с.
6. Бех І.Д. Психологічні механізми сходження особистості до духовних цінностей. Сучасний виховний процес: сутність та інноваційний потенціал: матеріали наук.-практ. конф. (за результатами науково-дослідної роботи Інституту проблем виховання НАПН України у 2010 році) / За ред. І.Д. Бека, О.В. Мельника. Івано-Франківськ: В-тво «Тіповіт». 2011. № 1. С. 3–19.
7. Ляшенко О.М., Чинова А.В., Киричук Д.Л. Проектування та розроблення програмної системи для центру вивчення іноземних мов на базі Java-технологій. *Вісник Херсонського національного технічного університету*. 2023. № 2(85). С. 174–180.
8. Профілактика порушень адаптації молоді до повсякденних стресів і кризових життєвих ситуацій: навч.посіб. / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології; за наук.ред. Т.М. Титаренко. К.: Міленіум, 2011. 272 с.
9. Стеценко Н.М., Фролова М.Е., Дорогань О.І. Проблеми адаптації студентів-першокурсників до дистанційного навчання в умовах воєнного стану. *Вісник науки та освіти, Серія: Педагогіка*. 2023. № 11(17). С. 1105–1121.

Kozakova L. O., Frolova M. E., Momotok O. M. PSYCHOLOGICAL ADAPTABILITY OF STUDENT GROUP LEADERS UNDER DISTANCE LEARNING CONDITIONS

The article explores the psychological adaptation of a student group leader to the conditions of distance learning. In the context of martial law and distance learning, modern technologies provide students with unprecedented opportunities for acquiring knowledge, communication, and cultural exchange. However, these advantages come with significant challenges for their social life and psychological well-being. Digital interaction and the use of technology can profoundly change the ways students connect and communicate.

The main objective of the study is to describe the key aspects related to the adaptation of a student group leader to the educational process under distance learning conditions. The importance of the leader's role in maintaining the psychological climate of the group and organizing effective interaction in a remote learning environment has been determined. The authors analyzed the key factors influencing the leader's adaptation, including the need to develop new communication and organizational skills, the ability to respond quickly to changes, and the capacity to support the morale of group members.

The role of a student group leader during distance learning becomes crucial for maintaining effective communication, fostering group cohesion, and ensuring productivity despite restricted interaction. The absence of a familiar physical environment presents the leader with the challenge of not only coordinating group activities but also offering emotional support to groupmates who may feel isolated, stressed, or demotivated. In distance learning settings, the leader serves as a bridge between students and instructors, facilitating information exchange, resolving organizational issues, and maintaining a high level of group interaction. The authors focused on resilience aspects that are key to overcoming the challenges of distance learning. The article highlights strategies that facilitate the leader's successful adaptation to new conditions and ensure the harmonious functioning of the group in an online education setting. The psychological issues of the student group leader's adaptability to distance learning conditions were analyzed. It was found that the transition to distance education in modern circumstances has created new demands on students, particularly on student group leaders. This work presents the results of a survey conducted among students of Kherson National Technical University regarding the challenges associated with adapting to distance learning in higher education institutions during martial law in Ukraine and the role of leadership in the student community.

It was determined that the development of adaptive leadership is an essential element in preparing future professionals.

Key words: *adaptability, distance learning, leader, student group, digital era, information technologies, martial law.*