

КЗВО «ВІННИЦЬКА АКАДЕМІЯ БЕЗПЕРЕРВНОЇ ОСВІТИ»

**МАКОВЕЙ СЕРГІЙ ЮРІЙОВИЧ**

**УДОСКОНАЛЕННЯ МЕХАНІЗМІВ СИТУАЦІЙНОГО  
ЛІДЕРСТВА В ПУБЛІЧНОМУ УПРАВЛІННІ ТА  
АДМІНІСТРУВАННІ В УМОВАХ ДИСТРЕСУ**

**Науковий керівник:**

Києнко-Романюк Л.А., доцент кафедри  
управління та адміністрування,  
к. пед. н., доцент

Вінниця 2024

## **Актуальність дослідження**

Вдосконалення механізмів ситуаційного лідерства та впровадження копінг-стратегій в публічному управлінні є актуальним завданням, яке враховує сучасні реалії та сприяє формуванню лідерів, здатних ефективно протистояти викликам сучасного управлінського середовища

**Метою дослідження** є визначення та вдосконалення механізмів ситуаційного лідерства в умовах дистресу в контексті публічного управління та впровадження копінг-стратегій для підвищення стійкості й ефективності управлінської діяльності

**Об'єкт дослідження** – публічне управління в умовах дистресу

**Предмет дослідження** – механізми ситуаційного лідерства та копінг-стратегії в контексті публічного управління

# Завдання дослідження

1. Проаналізувати виклики, здійснити огляд сучасних підходів до ситуаційного лідерства. Проаналізувати та здійснити порівняння існуючих стратегій ситуаційного лідерства в контексті публічного управління.
2. Розробити програму курсу розвитку стресостійкості для публічних управлінців
3. Здійснити практичну перевірку курсу-інструктажу «ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТУРНІКЕТ» та здійснити апробацію розроблених копінг-стратегій

Для реалізації мети та розв'язанню поставлених завдань в магістерській роботі було застосовано комплекс методів наукового дослідження:

- **Теоретичні** (аналіз, синтез, узагальнення, порівняння) для конкретизації сутності базових понять дослідження.
- **Емпіричні** (спостереження, документальний аналіз, ранжування) для систематизації умов та механізмів управління розвитком психологічної компетентності службовців місцевої публічної влади.

## Новизна наукових результатів :

- уперше: – визначено механізми копінг-стратегії в контексті публічного управління; запропоновано авторську комплексну програму супроводу, яка враховує навколишнє середовище та соціокультурні особливості; втілено ідею додаткового елемента одягу / амуніції (індивідуального психоедукаційного засобу – ІПЗ), який використовується для психоедукаційного досупроводу публічного управлінця після навчального курсу / інструктажу;
- удосконалено: – понятійно-категоріальний апарат дослідження (а саме змістовні ознаки поняття «копінг-стратегії для управлінського персоналу»), що у сукупності став теоретичною основою висновку про те, що вдосконалення механізмів ситуаційного лідерства в умовах дистресу в контексті публічного управління та впровадження копінг-стратегій для підвищення стійкості та ефективності управлінської діяльності пов'язані з публічним управлінням як більш високою формою реалізації соціального управління.

# ПЕРЕВАГИ УПРАВЛІННЯ СТРЕСОМ В ОРГАНІЗАЦІЇ

Індивідуальні переваги	Переваги команди	Організаційні переваги
Збільшення задоволення від роботи	Покращена згуртованість команди	Зменшення плинності кадрів
Покращений баланс роботи та особистого життя	Краще вирішення конфліктів	Зменшення прогулів
Краще фізичне та психічне здоров'я	Виховує культуру підтримки праці	Покращений імідж бренду

# Рекомендації щодо розвитку стресостійкості в організаціях

- Проведення семінарів або майстер-класів з практик управління стресом, таких як уважність або йога
- Гнучкий графік роботи або можливість працювати віддалено
- Організація командоутворення для розвитку єдності та взаємної підтримки в команді
- Чіткість і системність у реалізації завдань, щоб уникнути непорозумінь і зайвого стресу.
- Консультаційні послуги для працівників, які мають справу зі значним стресом або особистими проблемами.



# Навчальна програма курсу - інструктажу «ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТУРНІКЕТ»

Послідовне і повне впровадження навичок і знань курсу в життєві процеси респондентів цільової аудиторії призводить до стабільної тренованості навичок психологічної самостабілізації та перешкоджанню переходу представників цільових аудиторій (під дією травматичних подій) в стани ступору, втечі, агресії. Практика навичок і знань даного тренінг-курсу на впротязі 30-60 діб після завершення навчання суттєво підвищує психологічну стійкість та адаптивну здатність особистості

# Призначенням/особливістю курсу є :

- 1) Короткостроковість по часу підготовки - 180 хвилин для викладення основного матеріалу, що важливо при зайнятості людей/службовців основною діяльністю за призначенням
- 2) Поєднання психоедукації в напрямках технік – вони направлені як на стабілізацію психічних, фізіологічних процесів людини, так і на саморефлексію емоцій, думок, станів в процесі самостабілізації
- 3) Використання , в наказовому порядку, після проходження курсу , на впротязі 14-21 дня носимого індивідуального психоедукаційного засобу( далі ІПЗ), як нагадувача про стабілізаційні техніки , і – послідовність дій по самостабілізації.

# Цільова аудиторія

- підприємці, управлінці середньої/вищої ланки
- державні службовці, соціальні працівники
- військовослужбовці
- цивільне населення (вік – від 18 років)
- викладачі, волонтери, психологи
- працівники МНС, МВС, прикордонної служби
- медичні працівники, тощо

# Програма курсу

1. Знайомство. Очікування від курсу – 15 хв
2. Результати дії в людині постійного/хронічного дистресу – що у цьому позитум?- 5 хв
3. Необхідність щоденної практики по самостабілізації і саморефлексії – як натренування індивідуальних/ службових автоматизмів використання технік - 10 хв
4. Що є травмуючою подією, тригером? - 5 хв
5. Дихання для самостабілізації, техніка «РУКИ в БОКИ» – 15 хв
6. Балансування 5 сенсорів – техніка СЕНСОРИ + скриптування на позицію «в тут і зараз» – 10 хв
7. Назвати емоції – опанувати емоції через прийняття, техніка метафори «КОЛО ЕМОЦІЙ» – 10 хв
8. Проговорення емоцій, станів – 10 хв
9. Аудит думок – Хто я? Де я? Хто навколо був/є? Контроль цілісності/простору ліворуч, праворуч, позаду, попереду. Що можу/не можу /планування реальних дій – 10 хв
10. Техніка «Тривога-стоп» . Проговорення події, думок/5-10 прогнозованих варіантів подальших дій/подій – 15 хв
11. Експрес-план на найближчі 1-2 години дій - 10хв
12. Дії по плану, фокус на дієвість під час дій, тактичний СЕНС – на дії по плану, рекогносцирування через 2 години і знову повтор п 1-12. – 10 хв
13. Ітогова консолідована експрес-практика групи – 2 спроби підряд (2 по 4 хв) – 10 хв
14. Відповіді на запитання – 10 хв
15. Передача у користування ІПЗ (індивідуальних психоедукаційних засобів) – 10 хв

# Техніки курсу

1. Техніка дихання «РУКИ в БОКИ»
2. Техніка «СЕНСОРИ»
3. Техніка метафори «КОЛО ЕМОЦІЙ»
4. Техніка «ТРИВОГА-СТОП»
  - Індивідуальний психоедукаційний засіб-манжета
  - «ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТУРНІКЕТ»



# Висновки

- Надавати перевагу підтримці керівників у їхньому нинішньому стані. Керівники повинні навчитися керувати своїм емоційним станом та консультувати своїх підлеглих, щоб ті застосовували копінг-стратегію, коли стикаються зі стресовими факторами.
- Підтримка колективу має позитивний ефект, коли вже надається підтримка з боку керівника, тому працівники, які працюють на «передовій», повинні бути обізнані з найкращими способами підтримки своїх колег.
- При прийомі на роботу варто розглянути можливість включення профілю особистісних рис для оцінки сумлінності та нейротизму потенційних керівників та працівників.

Наші результати вказують на необхідність враховувати весь профіль особистості, а не зосереджуватися на окремих рисах. Відповідно, при підборі керівного складу слід орієнтуватися як на дуже сумлінних, так і на менш невротичних кандидатів. Кандидатів з таким особистісним профілем слід ідентифікувати і надавати їм перевагу при прийомі на роботу.