

УДК 159.9

EDN [DTUCQJ](#)

Психологические особенности успешного лидера

Е.П. Герасюта, А.В. Маркушина

Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина, ул.
Калинина, 13, Краснодар 350044, Россия

E-mail: lina090105@mail.ru

Аннотация. Рассмотрены специфические психологические аспекты, такие как эмоциональный интеллект, стрессоустойчивость, саморефлексия, адаптивность, креативность и уверенность в себе. Авторы предлагают методы и инструменты для развития этих качеств у руководителей, подчеркивая важность баланса между поддержкой и ограничениями для обеспечения долгосрочного успеха и психологического благополучия лидера. В работе представлены основные критерии личности, имеющей статус лидера: харизма, решительность, эмпатия, коммуникабельность, ответственность. Рассмотрены психологические особенности успешного лидера, включая эмоциональный интеллект, стрессоустойчивость, способность к саморефлексии и адаптивность. Представлены конкретные действия высшего руководителя для поддержания психологических особенностей лидеров среднего звена. Основные выводы свидетельствуют о важности системного подхода к развитию лидерских качеств и созданию условий для их устойчивого роста.

Ключевые слова: лидерство, психологические особенности, эмоциональный интеллект, саморефлексия, управление командой, баланс поддержки и ограничений.

Psychological characteristics of a successful leader

E.P. Gerasyuta, A.V. Markushina

Kuban State Agrarian University named after I. T.Trubilin, Kalinina str., 13, Krasnodar
350044, Russia

E-mail: lina090105@mail.ru

Аннотация. Рассмотрены Specific psychological aspects such as emotional intelligence, stress tolerance, self-reflection, adaptability, creativity and self-confidence are considered. The authors propose methods and tools for developing these qualities in managers, emphasizing the importance of balancing support and constraints to ensure the long-term success and psychological well-being of the leader. The paper presents the main criteria of a person who has the status of a leader: charisma, determination, empathy, sociability, responsibility. The psychological characteristics of a successful leader, including emotional intelligence, stress tolerance, self-reflection and adaptability, are considered. Specific actions of the top manager to maintain the psychological characteristics of middle-level leaders are presented. The main conclusions indicate the importance of a systematic approach to developing leadership qualities and creating conditions for their sustainable growth.

Keywords: leadership, psychological characteristics, emotional intelligence, self-reflection, team management, balance of support and limitations.

1. Введение

Современные тенденции все сильнее и сильнее диктуют комплексный подход к понятию «лидер». Сейчас, совокупное мнение авторов и компаний сводится к такому определению как: определенные способности, навыки и поведение личности, ее воздействия на окружение для достижения целей мотивации решения задач или конкретных проблем.

Сегодня лидерство выходит за рамки формальных полномочий и управления ресурсами, становясь сложным явлением, которое включает в себя не только профессиональные навыки, но и глубокие психологические особенности личности. Современное определение лидера охватывает совокупность способностей, навыков и поведенческих стратегий, направленных на мотивацию сотрудников, достижение организационных целей и эффективное решение задач в условиях динамичной внешней среды [1]. Лидерство становится ключевым элементом устойчивого развития компаний, особенно в условиях высокой конкуренции и постоянных изменений. Успешный лидер должен обладать не только управленческими компетенциями, но и такими качествами, как эмоциональный интеллект, стрессоустойчивость, уверенность в себе, адаптивность и креативность.

Эти психологические особенности позволяют лидеру не только принимать обоснованные решения, но и создавать благоприятную атмосферу в коллективе, что положительно сказывается на производительности и удовлетворенности работой. Вместе с тем, развитие данных качеств требует системного подхода, включающего обучение, саморазвитие и поддержку со стороны организации. Актуальность изучения психологических особенностей успешного лидера обусловлена необходимостью подготовки руководителей нового поколения, способных эффективно управлять изменениями и обеспечивать баланс между профессиональными и личностными аспектами. Наличие этих качеств позволяет лидерам успешно преодолевать трудности, развивать команду и сохранять психологическое благополучие. Таким образом, исследование психологии лидерства открывает широкие возможности для совершенствования управленческой практики и повышения конкурентоспособности организаций.

2. Материалы и методы

В ходе исследования были использованы теоретические и практические подходы к изучению психологических особенностей успешного лидера. Основными материалами послужили научные публикации, посвящённые лидерству, психологии управления, эмоциональному интеллекту и стрессоустойчивости руководителей, а также данные о

ключевых личностных качествах, выделенные в ходе анализа современных исследований [2]. В работе применялись методы системного анализа, сравнительного исследования и обобщения накопленного опыта в области развития лидерских компетенций.

В рамках исследования выделены основные критерии личности, наделённой лидерскими качествами:

- харизма – способность вдохновлять и мотивировать окружающих, вызывая доверие и уважение;
- решительность – умение принимать быстрые и обоснованные решения в сложных ситуациях;
- эмпатия – понимание чувств и потребностей других людей;
- коммуникабельность – эффективное взаимодействие и передача информации;
- ответственность – готовность брать на себя обязательства и отвечать за результаты деятельности.

Успешное сочетание этих качеств формирует основу для эффективного лидерства, позволяя руководителю адаптироваться к изменениям, создавать продуктивную рабочую среду и поддерживать высокий уровень мотивации команды. Однако, помимо указанных характеристик, внимание уделено более специфическим психологическим особенностям, таким как эмоциональный интеллект, стрессоустойчивость, саморефлексия, адаптивность, креативность и уверенность в себе, которые играют ключевую роль в долгосрочном успехе лидера.

Для диагностики и развития данных качеств предложены конкретные действия со стороны высшего руководства, включая проведение тренингов, внедрение программ коучинга, развитие культуры обратной связи, использование менторства, стимулирование саморефлексии и организацию условий для безопасного экспериментирования и обучения [3]. Данные методы реализуются через разнообразные форматы: коучинг-сессии, one-to-one встречи, корпоративные программы здоровья, хакатоны, мозговые штурмы и другие мероприятия, направленные на развитие лидерского потенциала.

3. Полученные результаты

Психологические особенности успешного лидера включают в себя такие аспекты, как эмоциональный интеллект, стрессоустойчивость, способность к саморефлексии и адаптивность [4]. Эти качества помогают лидеру не только эффективно взаимодействовать с командой, но и поддерживать собственное эмоциональное благополучие, что является

ключевым фактором для долгосрочного успеха. Рассмотрим эти психологические особенности более подробно (таблица 1).

Таблица 1. Психологические особенности успешного лидера.

Особенность	Сфера применения	Особенности поддержания ее стабильности
Эмоциональный интеллект	Управление командой, разрешение конфликтов, мотивация сотрудников	Регулярная саморефлексия, развитие эмпатии, практика активного слушания, обучение управлению эмоциями
Стрессо-устойчивость	Кризисные ситуации, работа в условиях неопределенности, высокая нагрузка	Техники релаксации (медитация, дыхательные практики), тайм-менеджмент, баланс между работой и отдыхом
Саморефлексия	Анализ собственных действий, совершенствование лидерских качеств	Ведение дневника, обратная связь от коллег и подчиненных, работа с коучем или ментором
Адаптивность	Быстрое реагирование на изменения, гибкость в управлении, инновационные подходы	Постоянное обучение, открытость новому опыту, анализ трендов, экспериментирование в безопасной среде
Креативность	Генерация идей, нестандартные решения, инновации в бизнес-процессах	Мозговые штурмы, развитие любознательности, изучение смежных областей, практика дивергентного мышления
Уверенность в себе	Публичные выступления, принятие сложных решений, убеждение и влияние на команду	Работа над самооценкой, постановка и достижение небольших целей, визуализация успеха, обратная связь

Однако осознания ключевых психологических особенностей недостаточно – важно системно поддерживать их развитие в управленческой команде. Высший руководитель играет в этом процессе решающую роль, создавая среду для роста лидерского потенциала. Рассмотрим конкретные инструменты и методы, которые могут быть использованы для укрепления каждого из качеств у руководителей среднего звена (таблица 2).

Таблица 2. Действия высшего руководителя для поддержания психологических особенностей лидеров звеньев.

Особенность	Действия высшего руководителя	Форматы реализации
Эмоциональный интеллект	Проведение тренингов по управлению эмоциями, создание культуры открытой обратной связи	Коучинг-сессии, разбор кейсов, ролевые игры, внедрение регулярных one-to-one встреч
Стрессо-устойчивость	Внедрение программ wellness, обучение техникам управления стрессом, гибкий подход к нагрузке	Корпоративные программы здоровья, mindfulness-воркшопы, четкое распределение задач
Саморефлексия	Стимулирование практики самоанализа, создание системы mentorship и peer-to-peer обучения	Дневники лидерства, обсуждение ошибок без осуждения, обмен опытом между командами
Адаптивность	Поощрение экспериментов, поддержка инициатив, создание среды для безопасных ошибок	Хакатоны, стратегические сессии, ротация проектов, доступ к курсам по agile-методам
Креативность	Организация мозговых штурмов, создание кросс-функциональных рабочих групп	Инновационные лаборатории, гранты на идеи, конкурсы нестандартных решений
Уверенность в себе	Публичное признание заслуг, делегирование ответственных задач, поддержка в сложных ситуациях	Награждения, выступления на корпоративных событиях, постепенное увеличение зоны ответственности

Лидеры играют ключевую роль в успехе любой команды, но их эффективность напрямую зависит от психологического благополучия и правильно выстроенных границ. С одной стороны, лидеру нужна поддержка, чтобы сохранять мотивацию, эмоциональную устойчивость и способность вести людей за собой. С другой – отсутствие разумных ограничений может привести к выгоранию, авторитарности или принятию необдуманных решений. Как найти этот баланс?

Первое, что нужно понимать: даже самый сильный лидер – живой человек, подверженный стрессам, сомнениям и эмоциональным перегрузкам. Поддержка может выражаться в нескольких формах. Эмоциональный интеллект команды и вышестоящего руководства помогает лидеру чувствовать себя увереннее [5]. Важно давать ему обратную связь не только в моменты ошибок, но и при успехах – это укрепляет уверенность в своих силах. Менторство и коучинг также играют важную роль: внешний взгляд со стороны помогает лидеру увидеть слепые зоны и развиваться. Кроме того, необходимо следить за

рабочей нагрузкой – даже самому энергичному руководителю нужен отдых, иначе эффективность начнет падать.

Однако поддержка не должна превращаться в вседозволенность. Лидер, лишенный здоровых ограничений, может начать принимать решения, основанные на эмоциях, а не на стратегии, или злоупотреблять властью. Чтобы этого избежать, важно внедрять механизмы сдержек и противовесов. Например, коллегиальные обсуждения ключевых решений снижают риск субъективных ошибок. Четкие KPI и прозрачная отчетность помогают удерживать фокус на результатах, а не на личных амбициях. Также полезно делегировать полномочия – это не только разгружает лидера, но и предотвращает концентрацию власти в одних руках.

4. Заключение

Главный принцип – гибкость. Лидеру нужно давать пространство для маневра, но при этом сохранять систему, в которой его решения могут быть скорректированы, если это необходимо. Например, регулярные check-in встречи с вышестоящим руководством позволяют обсуждать стратегию без микроменеджмента. Культура открытой обратной связи в команде помогает лидеру оставаться в контакте с реальностью и не терять связь с коллективом. В итоге, правильный баланс поддержки и ограничений делает лидера сильнее, а организацию – устойчивее.

Список литературы

1. Соскова А.А. Лидер в организации. Каков современный лидер / А.А. Соскова // Молодежный научный форум : сборник статей по материалам ССXXXIII студенческой международной научно-практической конференции, Москва, 10 января 2024 года. – Москва: Общество с ограниченной ответственностью "Международный центр науки и образования", 2024. – 80-83 с.
2. Шабанова Е.М. Роль и предназначение лидера в проектной команде / Е.М. Шабанова // Вестник Владимирского государственного университета имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых. Серия: Экономические науки. – 2024. – № 4(42). – С. 59-63.
3. Васильева К.В. Образ лидера глазами современных студентов / К.В. Васильева // Социальные практики и управление: новые направления интеграции в условиях многополярного мира: Материалы VII Сибирского социологического форума с международным участием, Новосибирск, 01 ноября 2024 года. – Новосибирск:

Новосибирский государственный университет экономики и управления "НИНХ", 2025. – С. 376-380.

4. Образование и эпоха: педагогические, экономические, философские и медицинские теории и опыт: монография (с международным участием) / Н.С. Катунина, А.В. Сухоруких, А.Б. Измайлова [и др.]. Том Книга 23. – Воронеж - Москва: Федеральное государственное унитарное предприятие «Академический научно-издательский, производственно-полиграфический и книгораспространительский центр «Наука», 2021. – 153 с.
5. Зазыгин С. П. Роль лидера в организации при проведении стратегических изменений / С.П. Зазыгин // E-Scio. – 2021. – № 9(60). – С. 438-446.