

# ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ КРОСКУЛЬТУРНОЇ ВЗАЄМОДІЇ У МЕДІАСЕРЕДОВИЩІ

Матеріали  
III Міжнародної студентської науково-  
практичної конференції



ISBN 978-966-941-845-6



9 789669 418456 >

Міністерство освіти і науки України  
Національний університет «Львівська політехніка»  
Навчально-науковий інститут права, психології та інноваційної освіти  
Кафедра теоретичної та практичної психології



**ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ  
КРОСКУЛЬТУРНОЇ  
ВЗАЄМОДІЇ  
У МЕДІАСЕРЕДОВИЩІ**

**Матеріали  
III Міжнародної студентської  
науково-практичної конференції**

**1–2 червня 2023 р.**

Львів  
Видавництво Львівської політехніки  
2023

УДК 8.81  
П 86

*Рекомендовано до друку та поширення через мережу  
Інтернет кафедрою теоретичної та практичної психології  
(протокол № 10 від 01 червня 2023 р.).  
Вченою радою Інституту права, психології та інноваційної освіти  
Національного університету “Львівська політехніка”  
(протокол № 10 / 23 від 12 червня 2023 р.)*

### **Упорядник**

Свідерська О. І., канд. політ. наук, доц. кафедри ТПП  
Національного університету «Львівська політехніка» “

П 86

**Психологічні аспекти** кроскультурної взаємодії у медіасередовищі: матеріали III Міжнародної студентської науково-практичної конференції 1–2 червня 2023 р. – Режим доступу: <https://lpnu.ua/tpp/zbirnyky-materialiv-naukovykh-konferentsii> вільний. – Заголовок з екрана. – Мова укр. й англ.  
ISBN 978-966-941-845-6

Збірка тез включає розвідку студентів та аспірантів у різних сферах наукових зацікавлень, у тому числі психології, політології та соціальних комунікацій. III – та міжнародна студентська науково-практична конференція цього року об'єднала більше ста учасників із України та з закордону, що дало змогу розширити уявлення про студентські наукові дослідження, послухати цікаві доповіді та провести активну дискусію. До збірки увійшли роботи здобувачів таких ЗВО: Національного університету «Львівська політехніка», Львівського національного університету імені Івана Франка, Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського, Київського національного університету імені Тараса Шевченка, Хортицької національної академії, Донбаського державного педагогічного університету, Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка, ДВНЗ «Ужгородський національний університет», Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського, Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, Сумського державного університету, Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, Дніпровського державного технічного університету та Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

**УДК 8.81**

*Матеріали подано в авторській редакції.*

## ЗМІСТ

### КРОСКУЛЬТУРНІ АСПЕКТИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ БЕЗПЕКИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

<b>Бельзєцький Руслан</b>	
Морально-психологічне забезпечення службової діяльності військовослужбовців в екстремальних умовах .....	6
<b>Самойленко Кирило</b>	
Актуальні питання посилення захисту журналістів, які висвітлюють події в зонах воєнного конфлікту.....	8
<b>Синюк Давид</b>	
Вплив війни на поведінку підлітків .....	10

### КРИТИЧНЕ МИСЛЕННЯ Й МЕДІА-МАНІПУЛЮВАННЯ

<b>Господенко Наталія</b>	
Особливості збереження критичного мислення під час медіа-маніпулювання .....	13
<b>Корнієць Марина</b>	
Розвиток критичного мислення підлітків у контексті негативного впливу ЗМІ .....	14
<b>Мгалоблішвілі Анна</b>	
Основні технології впливу на масову свідомість у соціальних мережах .....	16
<b>Руда Роксолана</b>	
Маніпулятивні ігри мас-медіа .....	19
<b>Чорній Олександр</b>	
Соціально-психологічні методи впливу на свідомість українців в контексті російсько-української війни .....	20

### ПСИХОЛОГІЯ КОМУНІКАЦІЇ У КРОСКУЛЬТУРНІЙ ВЗАЄМОДІЇ

<b>Лісніченко Тетяна</b>	
Вплив кроскультурної взаємодії на середовище організації та здатність досягати запланованого результату в системі управління якістю на підприємстві .....	23
<b>Матулкіна Ольга</b>	
Особливості онлайн-комунікацій студентства в умовах війни .....	25
<b>Науменко Лілія</b>	
Формування комунікативної компетентності як передумови адаптивної поведінки особистості в умовах онлайн навчання .....	26
<b>Щадей Наталія</b>	
Вплив психологічних бар'єрів міжособистісної спілкування на перебіг кризи підліткового віку .....	28

### ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я У ЦИФРОВУ ЕПОХУ

<b>Давиденко Ірина</b>	
Особливості психічного здоров'я у цифрову епоху .....	31
<b>Зіборова Ольга</b>	
Цифрові технології у збереженні психологічного здоров'я матерів дітей з особливими потребами .....	33
<b>Когут Наталія</b>	
Психологічне здоров'я молоді в епоху цифрових технологій .....	35
<b>Перець Каріна</b>	
Особливості діяльності комісії з етики товариства психологів України та її значення у збереженні психологічного здоров'я .....	37

<b>Петрищак Дарія</b>	
Проблема професійного вигорання у психології.....	40
<b>Сокрута Анна</b>	
Психічне благополуччя внутрішньо переміщених осіб (ВПО) .....	41

### **ПСИХОЛОГІЯ ЕФЕКТИВНОЇ САМОПРЕЗЕНТАЦІЇ В ІНФОРМАЦІЙНОМУ СЕРЕДОВИЩІ**

<b>Бегагосн Валерія</b>	
Принципи побудови самопрезентації в інформаційному середовищі .....	44
<b>Демид Вікторія</b>	
Факторна структура професійної самоефективності студентської молоді .....	46
<b>Горбатенко Катерина</b>	
Вплив індустрії краси на сприйняття зовнішності та прояви синдрому Доріана Грея .....	48
<b>Крижанівська Юлія</b>	
Самотність у мережі: правда чи міф? .....	50
<b>Тищенко Анна</b>	
Мотивація афіліації юнаків та юнок з різним ставленням до своєї зовнішності .....	52
<b>Черчата Валентина</b>	
Зв'язок самоприйняття, прийняття та лідерських якостей у студентів .....	55

### **ПРОБЛЕМИ ПОЛІТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

<b>Волкова Анна</b>	
Особливості ведення ІПСО проти України .....	58
<b>Врадій Олександра</b>	
Політична медіа-пропаганда та її соціальний вплив .....	61
<b>Грабна Соломія</b>	
Політичні маніпуляції як засіб впливу на психіку .....	63
<b>Гриб Софія</b>	
Політичне маніпулювання в умовах війни .....	65
<b>Гроденцова Анастасія</b>	
Особливості сприймання політичного мислення т а типи політичного мислення індивідуумів .....	68
<b>Гупало Софія</b>	
Основні труднощі та підходи до визначення поняття .....	71
<b>Іванісова Анастасія</b>	
Мем як одиниця передачі інформації в інформаційній війні .....	73
<b>Кандяк Емілія</b>	
Фейки, як засіб впливу на свідомість людей в умовах війни .....	75
<b>Кузьмів Мар'яна</b>	
Вплив ЗМІ на свідомість людей в умовах війни .....	76
<b>Левицька Таїсія</b>	
Національна свідомість як передумова розвитку українського суспільства в умовах війни .....	79
<b>Мазьняк Роман</b>	
Лінгвістичний вимір політичного маніпулювання у контексті президентських виборів 2019 року .....	81
<b>Недоліз Ксенія</b>	
Дослідження атрибутивного стилю вимушено переміщених осіб як ознака ймовірності формування синдрому безпорадності .....	83

<b>Палош Юстина</b>	
Гібридна війна в Україні: причини її виникнення, стратегії ведення і можливі наслідки .....	87
<b>Перець Каріна</b>	
Політичні гасла на білбордах: психологічні особливості та специфіка їхнього впливу на свідомість виборця .....	89
<b>Сивак Марія</b>	
Політична пропаганда в умовах війни .....	92
<b>Шевчук Євгеній</b>	
Якісний аналіз сприйняття правдивих та фейкових новин у контексті російсько-української війни.....	94
<b>Яремко Марія</b>	
Ісламський фундаменталізм та екстремізм .....	96
<b>ЗАГАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ</b>	
<b>Дидів Марта-Вікторія</b>	
Взаємозв'язок почуття провини та студентської самоефективності .....	99
<b>Когут Наталія</b>	
Емоційна пам'ять як чинник становлення Я-концепції особистості .....	101
<b>Кочетова Каріна</b>	
Особливості взаємозв'язку копінг-стратегій та толерантності до невизначеності .....	104
<b>Кричун Вікторія</b>	
Прокрастинація як психологічний феномен .....	106
<b>Кричун Вікторія</b>	
Перфекціонізм як психологічний феномен .....	108
<b>Лозинська Надія</b>	
Особливості прояву алекситимії у структурі емоційної саморегуляції .....	110
<b>Лукашевич Олена</b>	
Сутність та особливості репродуктивних установок жінок .....	113
<b>Найден Олександра</b>	
Толерантність як цінність у сучасному українському суспільстві .....	115
<b>Немерюк Юлія</b>	
Проблемні питання діагностики селективного мутизму у дітей .....	118
<b>Петрищак Дарія</b>	
Психологічні особливості саморозвитку особистості в ранньому юнацькому віці .....	120
<b>Піхович Ірина</b>	
Психологічні особливості соціального інтелекту у сучасної молоді .....	122
<b>Віталій Чорний</b>	
Соціальні уявлення молоді про алкогольну залежність .....	126

## **КРОСКУЛЬТУРНІ АСПЕКТИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ БЕЗПЕКИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

*Руслан Бельзецький*  
гуманітарний інститут Національного університету оборони України  
імені Івана Черняхівського, Україна  
наук. керівн: к. психол. н., доц., с. н. с. Василенко С.В.

### **МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ СЛУЖБОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ**

**Вступ.** Від 24 лютого 2022 року триває повномасштабна агресія росії проти України. Армія загарбників, не досягнувши на початку вторгнення заявлених кремлем цілей, веде бойові дії на території України, а також щоденно завдає ударів по цивільному населенню та об'єктах інфраструктури України [1]. Російський диктатор путін в.в. назвав це «спецоперацією» з метою «демлітаризації і денацифікації України» [2]. У режимі 24/7 – саме так несуть бойове чергування (далі БЧ) військовослужбовці у військових частинах Повітряних Сил Збройних Сил України.

БЧ (бойова служба) встановлюється для своєчасного виявлення і відбиття раптового нападу на Україну або для захисту та безпеки України. Морально-психологічний стан особового складу (далі – МПС) – сукупність соціальних, службових, морально-етичних, психологічних факторів, що проявляються в конкретних умовах життєдіяльності військових колективів (підрозділів, команд, розрахунків, постів, екіпажів тощо) і окремих військовослужбовців та характеризують готовність (моральні якості, фізичні можливості і психологічні властивості) військовослужбовців виконувати покладені функціональні обов'язки за посадою та вирішувати поставлені завдання в даній обстановці і у визначений час.

МПС є однією з основних умов виконання службових завдань, важливим складовим чинником боєготовності Збройних Сил України, з'єднання, військової частини, підрозділу. Морально-психологічне забезпечення (далі МПЗ) – це комплекс взаємопов'язаних і узгоджених заходів державного і військового керівництва, органів військового управління з метою досягнення достатнього рівня морально-психічного стану особового складу збройних сил і всього населення України для забезпечення обороноздатності держави в мирний та воєнний час, максимального зниження психогенних втрат і досягнення та утримання морально-психологічної переваги над противником з метою ефективного виконання поставлених завдань у мирний та воєнний час [3].

Сьогодні проблеми МПЗ службової діяльності військовослужбовців в екстремальних умовах ґрунтовно представлені в роботах провідних учених (В. Ягупов, В. Стасюк, В. Алещенко, М. Корольчук, Г. Ложкін, В. Осьодло, П. Криворучко, В. Грицюк та ін). Актуальними є наступні наукові праці з обраної проблематики, що висвітлюють: особливості психологічної підготовки військових льотчиків до професійної діяльності, зокрема в екстремальних умовах (П. Корчемний, І. Ліпатов, П. Приходько); формування психологічної готовності курсантів-льотчиків (в т.ч. льотного складу) до льотної (професійної) діяльності (О. Керницький, В. Махія, І. Окуленко); психофізіологічна підготовка льотного складу (В. Бодров, Н. Канішевська, В. Пономаренко); удосконалення системи психологічної підготовки військовослужбовців ПС ЗС України з урахуванням досвіду АТО (В. Афанасенко), вплив стрес-факторів бойової обстановки на психіку військовослужбовців ПС на основі досвіду АТО/ООС та РУВ (О. Кудренко, В. Афанасенко).

Також автором проведений аналіз науково-теоретичних джерел з питань морально-психологічного забезпечення бойового чергування в ЗСУ (П. Криворучко – ефективність психологічного забезпечення професійної діяльності окремих спеціалістів в особливих умовах; В. Осьодло, С. Василенко – діяльність військовослужбовців-операторів в особливих умовах; В. Стасюк – професійно-психологічний відбір, психологічна підготовка, психологічний супровід, психологічна допомога військовослужбовцям в екстремальних умовах; В. Ягупов – організація морально-психологічного забезпечення бойового чергування (далі – МПЗ БЧ) в підрозділах ЗРВ) та результатів професійної діяльності особового складу авіаційних частин.



В результаті нами встановлено, що значна кількість питань, зокрема тих, що стосуються проблематики організації діяльності службових осіб військових частин авіації Повітряних Сил ЗСУ стосовно формування та підтримання морально-психологічного стану особового складу під час бойового чергування (далі – БЧ) авіаційних частин ПС ЗС України, досі залишається недостатньо дослідженою, опрацьованою та адаптованою до умов сучасної суспільно-політичної та воєнно-політичної обстановки в Україні. Завдання МПЗ БЧ виконуються штатними (наявними) силами і засобами, а також іншими засобами, які використовуються в інтересах МПЗ. До сил МПЗ БЧ авіаційної бригади можна віднести службових осіб структур МПЗ усіх рівнів, військових капеланів, громадські (волонтерські) організації (за згодою) [4].

БЧ, як основний вид бойової діяльності військ (сил) у мирний час, є специфічним видом діяльності і має ряд особливостей: тривалість (командні пункти органів управління об'єднань, з'єднань і військових частин несуть бойове чергування постійно, бойові підрозділи несуть бойове чергування згідно графіку у визначені терміни); наявність значних психічних і фізичних навантажень на особовий склад чергових сил; специфічність і монотонність (несення служби під час БЧ відбувається у відриві від підрозділу або малими групами в умовах обмеження рухової активності, монотонії та одноманітності надходження сигналів тощо); необхідність миттєвого реагування на зміну повітряної обстановки; необхідність оперативного ухвалення єдиного вірного рішення [5].

Це найбільш відповідальний вид військової діяльності у мирний час, що пов'язаний із значними духовними, психічними і фізичними навантаженнями і перевантаженнями. Важливість БЧ визначається: вагомістю та особливою значимістю бойового чергування як завдання державного рівня; вирішальним його значенням у досягненні якісних параметрів підготовки військ (сил), підтримання високої бойової готовності частини та підрозділів Збройних Сил України (ЗС України) [6]. Планування завдань МПЗ БЧ здійснюється у відповідних розділах поточних та перспективних планів.

МПЗ БЧ у авіаційній бригаді Повітряних Сил Збройних Сил України здійснюється шляхом використання наступних форм та методів: організація загальної, спеціальної та цільової психологічної підготовки під час підготовки особового складу до несення бойового чергування із застосуванням методів аварійних ситуацій, стресового впливу, виконання завдань у складі неповних (скорочених) бойових розрахунків тощо; сучасні педагогічні технології (проблемне, програмоване, контекстне, різномірне навчання, альтернативні, соціально-виховні, ігрові технології інтенсифікації навчання тощо); соціально-психологічні технології (групові та індивідуальні психологічні тренінги, технології вирішення конфліктів, технології корекції свідомості тощо); урочисте проведення ритуалу заступання на бойове чергування; індивідуальні та групові тематичні бесіди, інформування, лекції; психологічне вивчення військовослужбовців та військових колективів (малих соціальних груп) (психологічні бесіди, спостереження, опитування, анкетування, тестування, соціометрія тощо); обмін досвідом несення бойового чергування; урочистий допуск особового складу до самостійного несення бойового чергування із врученням відповідного посвідчення; вшанування кращих фахівців чергових сил; виступи концертних (художніх) колективів перед особовим складом, який залучається до несення бойового чергування; популяризація досвіду несення бойового чергування кращими військовослужбовцями у військових та регіональних засобах масової інформації; конкурси на звання кращого фахівця (спеціаліста); моральне та матеріальне заохочення особового складу за сумлінне виконання завдань бойового чергування, подання до нагородження державними та відомчими відзнаками за виконання особливо важливих завдань та проявлені при цьому мужність та героїзм; зустрічі керівного складу військових частин із членами сімей військовослужбовців, задіяних до виконання завдань бойового чергування тощо.

**Висновок.** Автором висвітлені особливості організації морально-психологічного забезпечення несення бойового чергування авіаційними бригадами Повітряних Сил Збройних Сил України в умовах повномасштабної збройної агресії з урахуванням досвіду російсько-української війни.

#### *Література:*

1. Війна Росії проти України. Відсіч. URL: <https://www.radiosvoboda.org/a/rosiya-ukrayina-zahroza-viyny/31703318/1b101bi307466.html> (дата звернення: 29.04.2023 року).

2. Війна Росії проти України. Відсіч. URL: <https://www.radiosvoboda.org/a/rosiya-ukrayina-zahroza-viyny/31703318/lbl0lbi336608.html> (дата звернення: 29.04.2023 року).
3. Білошицький В.І., Гангал А.В., Стукан С.О., Бех С.М. Морально-психологічне забезпечення у Збройних Силах України: навчально-методичний посібник. 2-ге видання, доповнене і перероблене. Київ: НТУУ “КПІ імені Ігоря Сікорського”, 2020. 138 с.
4. Настанова з морально-психологічного забезпечення підготовки та застосування Збройних Сил України. Затв. наказом Генерального штабу ЗСУ від 27.04.2018 року № 173 “. Київ: Видання університету. 2018.
5. Ягупов В.В. Морально-психологічне забезпечення: Курс лекцій. Київ: Київськ. Універс. ім. Т. Шевченка, 2002. 349 с.
6. Постанова Кабінету Міністрів України від 26 травня 2005 року №377 “Про затвердження Порядку виконання завдань черговими силами з охорони повітряного простору України та протиповітряного прикриття важливих державних та військових об’єктів у мирний час та в особливий період (крім періоду дії воєнного стану) (із змінами, внесеними згідно з Постановою Кабінету Міністрів України від 21 липня 2021 року №752)”. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/377-2005-%D0%BF#Text> (дата звернення: 21.05.2023 року).

*Кирило Самойленко*

Військовий інститут Київського національного університету  
імені Тараса Шевченка, Україна  
наук. керівн: к. філол. н., доц. Храбан Т.Є.

## **АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПОСИЛЕННЯ ЗАХИСТУ ЖУРНАЛІСТІВ, ЯКІ ВИСВІТЛЮЮТЬ ПОДІЇ В ЗОНАХ ВОЄННОГО КОНФЛІКТУ**

Засоби масової інформації мають особливе значення в контексті міжнародних конфліктів, маючи потенціал відігравати вирішальну роль у сприянні миру або у нагнітанні напруженості, а також діяти як деструктивні агенти в процесі врегулювання конфліктів. Крім того, у сучасну епоху медіа, безперечно, є інструментом війни. Це тому, що перемога в сучасних війнах так само залежить від формування внутрішньої та міжнародної громадської думки, як і від перемоги над ворогом на полі бою. І це залишається вірним, незважаючи на прагнення багатьох журналістів давати неупереджену і збалансовану оцінку конфлікту. Журналістика значною мірою сприяє захисту цивільного населення та запобіганню конфліктам, а також доводить до відома міжнародної спільноти жахи та реалії конфлікту. У сучасному суспільстві значущість журналістики та медіа під час конфліктів та агресії тільки збільшується, головним чином тому, що кожна з ситуацій, чи вона є «гарячою точкою», чи являє собою політичне протистояння, вважається головним новинним приводом і «має надзвичайну суспільну важливість та інтерес через її вплив на безпеку».

У багатьох війнах 20-го століття військові почали визнавати потенційно позитивне застосування медіа у воєнний час. Медіа можуть налагоджувати зв'язки між тилом і фронтом, посилюючи прихильність цивільного населення до війни і водночас піднімаючи бойовий дух бійців. Характерною рисою багатьох війн 20-го століття було більше залучення цивільного населення – як глядачів, жертв чи активних учасників. Висвітлення війни журналістами – це інформування громадськості про перебіг військової кампанії. Однак, висвітлення воєнних подій провокує дилему: з одного боку, військові прагнуть взаємодії з медіа, які б створили підтримку військовій кампанії; з іншого – від журналістів очікують об'єктивних критичних суджень. Журналісти шукають правду, яку військові не завжди можуть надати через вимоги секретності, тактико-стратегічного планування тощо. Як і інші суб'єкти суспільного життя, «військові повністю адаптувалися до вимог медіа-суспільства і усвідомили необхідність професіоналізації журналістів» [1]. Медіа стали частиною війни. Військова стратегія сьогодні включає їх як одну зі своїх цілей. Військові операції супроводжуються «медіа-планами, зв'язками зі ЗМІ займаються професіонали, а збройні сили інвестують у внутрішні тренінги для того, щоб їхні офіцери

усвідомлювали необхідність оволодіння медіа-процесом і налагодження добрих стосунків з журналістами. Збройні сили набули ноу-хау щодо надання «продуктів» (звітів, прес-кітів), які відповідають потребам журналістів. Таким чином, «війна може бути перетворена на один величезний спектакль, в якому створюються потужні образи, зміст яких військові намагаються тримати під своїм контролем» [2].

На якому б рівні ЗМІ не взаємодіяли з військовими під час конфлікту, завжди «існує невід’ємна напруга між цілями неупередженого та збалансованого висвітлення подій у ЗМІ та військовими цілями комбатантів» [3]. У воєнний час держави часто очікують від своїх ЗМІ високого ступеня дотримання вимог, що зазвичай обґрунтовується міркуваннями оперативної безпеки та захисту військової таємниці, необхідної для ведення бойових дій. Визначаючи цілі, заради яких ведеться війна, невіддільними від національних інтересів, держави також значною мірою використовують патріотизм як механізм дисциплінування ЗМІ. На думку А. Раї, «суть успішної війни – секретність; суть успішної журналістики – публічність» [4]. Як обмежені, так і тотальні війни дають численні приклади напруженості у відносинах між військовими та працівниками ЗМІ, що часто виникає через переконання військових у тому, що журналісти надмірно піддаються спонуканню розповідати і, відповідно, можуть зашкодити воєнним зусиллям. Тісна взаємодія між ЗМІ та військовими під час Російсько-української війни зробив контекстуально необхідним розуміння основних проблем журналістики і пов’язаних з ними обмежень. Це зумовлено трьома причинами. По-перше, в Україні не було проведено жодного подібного дослідження, про яке варто було б згадати. По-друге, Україна набула різноманітний і багатий досвід у висвітленні війни. По-третє, проблеми та обмеження стосовно висвітлення теми техніки/озброєння військовими та цивільними журналістами, які актуальні для України, загалом застосовні до всіх воєнних ситуацій.

Коли країна вступає у війну, перед ЗМІ постає великий виклик – забезпечити точне та об’єктивне висвітлення подій в умовах тиску з боку держави та військових, які прагнуть просувати воєнні цілі країни. Воєнні кореспонденти повинні «балансувати між суперечливими ідеалами журналістики, часто промілітаристською та провоєнною громадськістю, тиском з боку своїх корпоративних менеджерів, а також часто пропагандистськими та засуджувальними зусиллями держави та військових» [5]. Тому велика кількість наукових досліджень присвячена вивченню 1) ролі воєнних кореспондентів у сучасному світі та аналіз їхньої роботи під час останніх воєн в епоху нових медіа та форм; 2) питанню побудови довіри між військовими кореспондентами та їхні стосунки з військовими, державою, медіа-корпораціями і журналістськими стандартами.

Закордонні науковці стверджують, що на всіх війнах існують потенційні ворожі стосунки проти військових журналістів і кореспондентів, від яких очікують особистих свідчень і правдивої розповіді. Але функція свідка часто буває небезпечною, тому частина романтики воєнних кореспондентів полягає в тому, що деякі кореспонденти ризикують своїм життям, щоб стати свідками воєнних дій. Крім того, донести правду також важко, оскільки у публікаціях багато перекручувань і плутанини, і часто важко розпізнати істину, коли діє цензура. L. Silvestri [6] припускає, що в епоху медіа журналісти продукують «культуру дистанції», завдяки якій ми віддаляємося від жахів війни. Тому, за словами L. Silvestri, одним із викликів для військових кореспондентів є подолання культури дистанціювання та надання свідчень і правди, якою б тривожною вона не була. A. Banguy-Gallois [7] стверджує, що сучасні війни є чудовою ілюстрацією зростаючих ризиків, з якими стикаються журналісти, що працюють у зонах конфлікту. Тому дослідник звертає увагу на те, що напади на журналістів та обладнання ЗМІ є незаконними згідно з міжнародним гуманітарним правом, а засоби масової інформації не можуть вважатися законною мішенню, навіть якщо вони використовуються в пропагандистських цілях, якщо тільки вони не використовуються для підбурювання до серйозних порушень гуманітарного права. A. Banguy-Gallois доходить висновку, що такі запобіжні заходи як, наприклад, принцип пропорційності та обов’язок попереджати заздалегідь журналістів і працівників, є не достатньо ефективними, тому «існує очевидна потреба в ухваленні нового інструменту, з одного боку, щоб підтвердити ті елементи гуманітарного права, які застосовуються до журналістів і працівників ЗМІ, і, таким чином, відновити авторитет певних базових правил, які занадто часто порушуються, а з іншого боку, щоб удосконалити чинне законодавство і адаптувати його до вимог сьогодення, наприклад, до феномену «вбудованих» журналістів» [7].

Дослідники доходять сумних висновків, що захист журналістів, які висвітлюють збройні конфлікти, є недосконалим: «Мотивація держави ініціювати такий захист відсутня, залежність від загального міжнародного права прав людини та загального міжнародного гуманітарного права для захисту цієї професії, яка перебуває на передовій захисту демократії та верховенства права в західних демократіях, більше не є стійкою, оскільки вона є неефективною» [8]. Грунтуючись на зроблених висновках, дослідники надають деякі рекомендації щодо посилення захисту журналістів, які висвітлюють події в зонах конфлікту. Так, необхідне розробити новий договір про безпеку і благополуччя журналістів, які висвітлюють ситуації збройних конфліктів. Новий договір має застосовуватися до всіх зон конфліктів, незалежно від того, чи це міжнародні, чи національні конфлікти, і повинен: 1) створити однозначну, інтегровану, всеосяжну нормативно-правову базу щодо професійної діяльності журналістів; 2) забезпечити міжнародні стандарти для здійснення журналістської діяльності; 3) встановити мінімальні вимоги до роботи журналістів у зонах конфлікту; 4) зосередити увагу на таких питаннях, як охорона здоров'я, працевлаштування, соціальне забезпечення та загальний добробут журналістів. При цьому, особлива увага має приділятися методам захисту прав людини журналістів у випадках погроз або нападів під час репортажів із зон конфлікту [8].

#### *Література:*

1. Areal M. F. P. A profession termed "Journalism". *Revista Latina de Comunicación Social*. 2010. Vol. 65. P. 1–12.
2. Mercier A. War and media: Constancy and convulsion. *International Review of the Red Cross*. 2005. Vol. 8, No. 860. 649-659.
3. Payne K. The Media as an Instrument of War. *Parameters*. 2005. Vol. 35, No. 1. P. 112–118.
4. Rai A. K. Media at war: Issues and limitations, *Strategic Analysis*. 2000. 2, No. 9. P. 1681–1694.
5. Chouliaraki L. Authoring the Self: Media, voice and testimony in soldiers' memoirs. *Media, War & Conflict*. 2016. Vol. 9, No. 1. P. 58–75.
6. Silvestri L.E. *Friendled at the Front: Social Media in the American War Zone*. Lawrence, Kansas: University Press of Kansas, 2015. 223 p.
7. Balguy-Gallois A. The protection of journalists and news media personnel in armed conflict. *International Review of the Red Cross*. 2004. Vol. 86, No. 853. P. 37–67.
8. Al-Moslamani J. K. *The Legal Protection of Journalists and Media in Conflict Zones*. Brunel Law School, Brunel University, 2017. URL: <https://bura.brunel.ac.uk/bitstream/2438/15852/1/FulltextThesis.pdf>

*Давид Синюк*

Хортицька національна академія, Україна  
науковий керівник: к. пед.наук, доц. Ольга Клопота

### **ВПЛИВ ВІЙНИ НА ПОВЕДІНКУ ПІДЛІТКІВ**

Український підліток сьогодні з зіштовхується з низкою проблем і викликів, небезпечність яких важко переоцінити. Агресивна війна, розпочата у 2014 році та повномасштабне російське вторгнення 2022 року супроводжується варварською жорстокістю та цинізмом. Вже на сьогодні війна має серйозні наслідки для нашої держави: втрати життів та здоров'я наших співвітчизників; економічні проблеми; гуманітарна криза у районах зіткнення; руйнування інфраструктури; порушення прав людини. Було завдано потужного удару по всіх ланках економічної, соціальної, гуманітарної системах української держави. Війна втручається у життя кожної людини та впливає на всі процеси що супроводжують соціалізацію молоді особи. У переважній більшості випадків вплив цей вкрай деструктивний. Вона руйнує життя як дорослих так і дітей, змінюючи його назавжди. Серед найбільш вагомих, у цьому плані, є вплив воєнних подій на дітей та підлітків, яким складно витримувати реалії війни. Це, на жаль,

залишає відбиток на психіці як тих, хто безпосередньо постраждали від активних бойових дій у зоні зіткнення, так і тих, хто знаходиться у відносно безпечних містах. У воєнних умовах підлітки отримують мінімум батьківського співчуття, уваги та піклування, адже їх батьки концентровані на перш за все на фізичному захисті своїх дітей.

Дослідження різних аспектів девіантної поведінки підлітків представлені в роботах Л. Вольнової, Н. Савельєвої та інших. У свою чергу вплив війни на соціально-психологічне здоров'я дітей та підлітків вивчали О. Янцина, Т. Itani, К. Н. Jacobsen, А. Краємер.

Чинники війни, які впливають на підлітків можна умовно поділити на дві групи: чинники прямого та непрямого впливу. Прямим впливом можна вважати випадки, коли війна безпосередньо торкається їх життя, а саме: втрата рідних та близьких під час бойових дій; посттравматичні розлади отримані безпосередньо в зоні активних боїв; вимушеність покинути власну домівку через війну тощо. До чинників непрямого впливу можна віднести: зменшення батьківського піклування та уваги; травму спостерігача, що виникає від сприйняття реальних картин війни через цифрові засоби комунікації; загальне збільшення кількості та якості жорстокості у нашому суспільстві тощо. Втрату ж безпечного соціально-виховного середовища можна віднести до обох видів впливу, адже наразі через російські терористичні атаки на українську цивільну інфраструктуру ніхто не відчуває себе у безпеці [1], [3], [4].

Варто зазначити, що велику роль у непрямому впливі відіграє сучасна цифровізація українського суспільства, – інформація про катастрофічні наслідки війни швидко стає доступною для величезної кількості людей, які мають доступ до Інтернет. Враження від фото і відео реальних бойових дій, жорстоких страт як цивільних так і військових мають величезний негативний вплив на несформовану психіку підлітків. Спрогнозувати довгострокові результати такого деструктивного впливу на соціальний та особистісний розвиток підлітків вкрай важко. Саме тому, можна констатувати підвищення ризику розвитку девіантних моделей поведінки у підлітків. Йдеться про поведінку, яка відхиляється від соціально прийнятих норм і є непринятною або небезпечною для певного суспільства [1], [2], адже підлітки опиняються під дією стресу, тривоги, страху та інших негативних емоцій, що призводять до девіацій у їх поведінці [3, с. 556]. Підвищений рівень тривоги та депресії можуть призвести до збільшення ризику вживання наркотиків та алкоголю. Деякі підлітки, які опинилися у зоні бойових дій, можуть вчиняти насильство, злочини або інші дії, які вони не здатні контролювати через стресову ситуацію. Крім того, війна може призвести до зміни соціального середовища, в якому люди живуть. Вони можуть втратити доступ до основних потреб, таких як їжа, вода, житло та медична допомога, і це може вплинути на їхню поведінку та світосприйняття. В районах, де ведуться бойові дії, підлітки можуть бути відокремлені від сім'ї та друзів, пережити стрес і травматичні події, бути свідками насильства та руйнувань. Травматичні події, такі як вбивства, руйнування та економічна криза, можуть викликати в підлітків ворожість та злість, що призводить до зростання агресивності. Всі ці фактори безперечно призводять до збільшення ризику формування девіантної поведінки у дітей та підлітків не тільки під час війни, а й після її закінчення.

Психологічні дослідження показують, що через зіткнення з війною діти та підлітки частіше за дорослих страждають від тривожного розладу, посттравматичного стресового розладу (ПТСР), депресії, поведінкових розладів [3, с. 557]. Причиною цього є високий рівень чутливості дітей та підлітків до негативного соціально-психологічного впливу, через несформовані або слабо розвинені механізми психологічного самозахисту. Тож розлади спричинені стресом воєнного часу можуть призвести до деструкції особистості, порушити процес соціалізації молоді особи.

Підтвердженням означених вище міркувань можна вважати й дослідження психологічного здоров'я палестинських дітей. Так, серед опитаних 2601 учнів сьомих-дев'ятих класів, у 25,9 % осіб визначено наявність суїцидальних думок або планування самогубства. Суїцидальні наміри цих підлітків проявлялись більш упевнено, порівняно з рівнем аналогічних думок підлітків інших країн регіону [4, с. 57]. Разом з цим, дослідження проведене серед ізраїльських підлітків міста Сдерот, що розміщено поряд із Сектором Гази, показало наявність у них симптомів посттравматичного стресового розладу, які в три-чотири рази були вищими, ніж у інших жителів інших регіонів країни [4, с. 59].

Отже, міжнародний досвід свідчить наявність довготривалого негативного впливу війни на суспільство в цілому та ні підлітків зокрема. Це зумовлює доцільність своєчасного втру-

чання фахівців, спрямованого на зменшення ризику загострення посттравматичних стресових, а також – на активізацію соціально-педагогічної профілактики та підтримки підлітків в умовах воєнного часу, у тому числі щодо зниження ризиків девіацій поведінки.

До того ж, варто усвідомлювати й наявність відтермінованого впливу війни, адже зараз (після 24 лютого 2022 року) українське суспільство сильно консолідувалося, і кожен громадянин намагається певним чином сприяти наближенню перемоги. Проте, вирішення своїх власних проблем більшість громадян полишає на потім. Тому, післявоєнний період може стати не менш складним для нашого суспільстві, ніж воєнний.

Звідси, перспективи подальших досліджень вбачаємо в сприянні усвідомленню нових викликів та формуванню готовності до їх подолання як у воєнний так і у післявоєнний період. Це вимагатиме від фахівців соціально-психологічної сфери по-перше, аналізу міжнародного досвіду і адаптації його до українських реалій, а по-друге, розробки нових технологій та методів соціальної роботи. Серед найважливіших професійних завдань, як зараз так і після закінчення війни вважаємо розробку методів і технологій соціально-психологічної допомоги і супроводу дітей та підлітків, травмованих війною, адже саме вони – наше майбутнє.

#### *Література:*

1. Вольнова Л. М. Профілактика девіантної поведінки підлітків: навч.-метод. посібник до спецкурсу «Психологія девіацій» для студентів спеціальності «Соціальна педагогіка» у двох частинах. Ч. I. Теоретична частина. 2-ге вид. Київ, 2016. 118 с.
2. Савельєва Н. М. Соціальна профілактика девіантної поведінки: навчальний контент в оновленому форматі: навч.вид. Полтава: ПНПУ, 2020. 184 с.
3. Яцина О. Вплив війни на психічне здоров'я: ознаки травматизації психіки дітей та підлітків. *Наукові перспективи (Naukovi perspektivi)*. 2022. № 7 (25). С. 554-567. URL: [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-7\(25\)-554-567](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-7(25)-554-567) (дата звернення: 08.05.2023).
4. Itani T., Jacobsen K. H., Kraemer A. Suicidal ideation and planning among Palestinian middle school students living in Gaza Strip, West Bank, and United Nations Relief and Works Agency (UNRWA) camps. *International Journal of Pediatrics and Adolescent Medicine*. 2017. Vol. 4, no. 2. P. 54–60.

# КРИТИЧНЕ МИСЛЕННЯ Й МЕДІА-МАНІПУЛЮВАННЯ

*Наталія Господенко*  
*кафедра теоретичної та практичної психології*  
Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
Науковий керівник: канд. психол. наук, доц. Мицишин М.М.

## ОСОБЛИВОСТІ ЗБЕРЕЖЕННЯ КРИТИЧНОГО МИСЛЕННЯ ПІД ЧАС МЕДІА-МАНІПУЛЮВАННЯ

В сучасному діджиталізованому світі ми постійно оточені великою кількістю інформації, яка, на жаль, не завжди є правдивою та може використовуватись з метою маніпуляцій. Будь-який контент у медіа – це не лише спосіб трансляції новин, але і велика сила, яка впливає на переконання, думки, позицію та психологічний стан населення, що робить навички фактчекінгу та критичне мислення надзвичайно актуальними. Не перевіряючи та не аналізуючи інформацію, людина стає жертвою постійного впливу та маніпуляцій, може легко піддатись загальній паніці, вірити в неправдиві чутки, натрапити на гачок шахраїв тощо. Розвиваючи ж медіа-грамотність, можна отримати контроль над своїм життям та інформаційним простором, бути більш раціональним та критичним, мати власну позицію та вберегти ментальне здоров'я.

Проблему того, що люди часто не критично сприймають отриману інформацію, допускають когнітивні помилки, ведуться на маніпуляції або власноруч допомагаємо просувати фейки, поширюючи щось у своїх соцмережах тощо, досліджувала велика кількість науковців, зокрема Д. Канеман, Т. М. Іванова, С. С. Ізбаш, М. О. Кіца, О. Г. Пригорницька та ін.

Особливо гостро постає проблема маніпуляції свідомістю аудиторії в період гібридної інформаційної війни. У цьому контексті маніпуляція розуміється як тотальний вплив на людину, її психологічний стан та поведінку, є ефективною та перевіреною зброєю, адже утримує суспільну думку в потрібному руслі, що забезпечує реалізацію ідей влади.

Способів маніпуляції є дуже багато, та захист проти них – це усвідомлення що вони є і діють постійно. Метою фейкових повідомлень є посяти сумніви, викликати певну емоційну реакцію, дезінформувати, пропагувати власне бачення, політику чи позицію тощо. Це може мати під собою благі наміри, як от історія про привида Києва, яка вселила надію і заспокоїла мільйони українців, адже вони отримали «непереможного героя, який усіх врятує», або ж навпаки – як було з залякуванням про обстріли від знайомих, які «точно знають». Тому для власної безпеки та розвитку свідомої нації, необхідне критичне мислення та навички фактчекінгу.

Факт-чекінг – це процес перевірки та підтвердження достовірності фактів, що містяться в інформаційних повідомленнях, перед їх публікацією або поширенням, використовуючи офіційні звіти, статистичні дані, дослідження, інтерв'ю з експертами та інше. Критичне мислення – це здатність аналізувати, оцінювати та робити висновки на основі об'єктивних даних і фактів. Це включає здатність розпізнавати та оцінювати аргументи, робити висновки на основі розуміння логіки та наукових доказів, розрізняти факти від думок та припущень, та здійснювати самостійні висновки. Ці якості включають в себе наступні елементи:

- аналіз (розділення інформації на складові);
- оцінка (визначення цінності, порівняння із стандартом);
- групування (визначення схожих та відмінних рис з іншим контентом);
- індукція (сформулювати патерн, на основі якого узагальнити);
- дедукція (використовувати загальні принципи пояснення);
- синтез (об'єднати інформацію);
- реферування (створити коротке, зрозуміле і узагальнююче поняття для інформації).

Підсумовуючи, хоч люди і схильні вірити в міфи та фейки, оскільки ми природньо та автоматично сприймаємо отриману інформацію як правдиву, ми можемо забезпечити себе від їх згубного впливу, навчившись критично та аналітично мислити, перевіряти будь-яку інфор-

мацію на достовірність. Медіа-маніпулювання – процес впливу на громадську думку, який використовується з метою змінити або контролювати уявлення, думки та поведінку людей, здійснюється не завжди очевидно, проте постійно. Критичне мислення допомагає людям ставити запитання, перевіряти джерела, розуміти, що відомості можуть бути спотворені або неповні, і робити висновки на основі власного аналізу. Крім того, воно допомагає людям відрізнити свої власні переконання від фактів, розуміти різні точки зору та робити об'єктивні висновки.

Отже, критичне мислення є ключовим фактором у боротьбі з медіа-маніпулюванням, оскільки воно допомагає людям зрозуміти та оцінити інформацію, яку вони отримують, та зробити обґрунтовані висновки на основі фактів.

#### *Література:*

1. Рожило М. А., Наход А. В., Самчук А. С. Критичне мислення як інструмент медіаграмотності з протидії фейкам і маніпуляціям. In: Science, innovations and education: problems and prospects. CPN Publishing Group, 2021.
2. Rashkin Hannah, et al. Truth of varying shades: Analyzing language in fake news and political fact-checking. In: Proceedings of the 2017 conference on empirical methods in natural language processing. 2017. p. 2931-2937.
3. Vlachos Andreas; Riedel Sebastian. Fact checking: Task definition and dataset construction. In: Proceedings of the ACL 2014 workshop on language technologies and computational social science. 2014. p. 18-22.

*Марина Корнієць*

*Хортицька національна академія, Україна*

*Науковий керівник: к. пед.наук, доц. Ольга Клопота*

### **РОЗВИТОК КРИТИЧНОГО МИСЛЕННЯ ПІДЛІТКІВ В КОНТЕКСТІ ПРОФІЛАКТИКИ НЕГАТИВНОГО ВПЛИВУ ЗМІ**

Актуальність даної теми зумовлена стрімкою діджиталізацією сучасного суспільства. Засоби масової інформації урізноманітнюються і набувають усе більшої значущості, даючи змогу швидко отримувати інформацію, вдосконалювати знання, розміщати власний контент тощо.

Проте, разом з цим, відсутність критичності щодо ЗМІ негативно впливає на адекватність сприймання явищ, самооцінку та цінності. Пропаганда негативних явищ, маніпулювання аудиторією, створення стереотипів – це все має великий вплив на подальше життя підлітків та молоді. Звідси постає потреба в розвитку критичного мислення молодого покоління.

Серед причин гальмування демократичного розвитку суспільства є неготовність значної частини людей до свідомої участі в цьому процесі, не здатність самостійно і критично осмислювати складності реального життя, адже критичне мислення є не лише наслідком демократичного способу життя, але і чинником його формування [4]. Суттєвою відмінністю критичного мислення є те, що порівняно з творчим мисленням (результатом відкриття нового), критичне мислення спрямоване на перевірку запропонованих рішень задля визначення сфери їх застосування, виявлення недоліків за допомогою певних розумових стратегій [2, с.182].

Дослідженню різних аспектів розвитку критичного мислення приділяли увагу І. Бондарчук, Дж. Брунер, Т. Воропай, Д. Дьюї, А. Кроуфорд, М. Ліпман, Ж. Піаже, О. Пометун, О. Тягло, К. Халл та інші [1], [3], [5].

Багато вчених дають своє визначення сутності й змісту поняття «критичне мислення». Так Д. Кларк і А. Бидл визначають його як процес, за допомогою якого розум переробляє інформацію, аби зрозуміти усталені ідеї, створювати нові або вирішувати наявні проблеми. Р. Пол вважає, що критичне мислення є організованим й раціонально спрямованим. За М. Ліпманом, критичне мислення – це процес самостійного і відповідального ухвалення рішень на підставі критеріїв та контексту, що супроводжується самокорекцією. К. Уейд і К. Таврис



виділяють здатність і прагнення оцінювати різні твердження й робити об'єктивні судження на основі добре обґрунтованих доказів [4].

Виділяють такі основні групи показників критичного мислення:

1. Афективні (самостійність мислення; розуміння егоцентричних і соціоцентричних мотивів; неупередженість суджень; бачення взаємозв'язку емоцій і переконань; стриманість від поспішних суджень; сміливість мислення; добросовісність мислення; наполегливість у вирішенні інтелектуальних завдань; упевненість міркувань);

2. Макрокогнітивні (узагальнення й зіставлення аналогічних ситуацій із використанням знань щодо нового контексту; розгляд питання з різних боків, висловлювання різноманітних аргументів, гіпотез; зрозумілість висловлюваних припущень, висновків, переконань; розробка оцінних критеріїв: зрозумілість базових цінностей і норм; оцінка надійності інформації; глибина мислення: виділення найбільш значущих питань; аналіз аргументів, пояснень, гіпотез; оцінка конкретних рішень; аналіз людських учинків; уміння розмірковувати діалогічно: оцінка поглядів, підходів, гіпотез);

3. Мікрокогнітивні (порівняння абстрактних понять; точність і критичність висловлювань; аналіз й оцінка висновків; уміння виділити інформацію, пов'язану з питанням, що розглядається; логічність пояснень, умовиводів, прогнозів; уміння бачити протиріччя в міркуваннях; аналіз прямих і непрямих наслідків подій та явищ) [2], [5].

Отже, розвиток критичного мислення стає актуальним саме за часів інтенсивних соціальних змін, коли неможливо діяти без постійного пристосування до нових політичних, економічних або інших обставин, без ефективного вирішення проблем, значна частина яких непередбачувана [4].

Щодо визначення основних чинників негативного впливу ЗМІ на розвиток підлітків, варто зауважити, передусім, що специфіка підліткового віку полягає у зміні поведінкових характеристик: від слухняності до відкритої непокори. У цей період вибудовується система цінностей і поглядів на світ, що частково співпадає з позицією батьків, а частково – з поглядами однолітків. Частими в підлітковому віці такі явища як приступи гніву, пригнічений настрій, неадекватна самооцінка, підлітковий максималізм. Все це може стати причиною бажання втекти від реальності, зокрема у віртуальний простір, де виникає психологічне поле з необмеженими можливостями, де можна робити все, що недоступне в реальному світі, проте з нього важко повертатися до реального життя. Це призводить до конфлікту й особистісних змін [4, с. 244]. Інформація може впливати на поведінку людини, визначаючи її не завжди позитивні вчинки, особливо у підлітків, психіка яких є емоційно-вразливою, а досвід реального соціального життя обмеженим [3, с. 243].

Підґрунтям для формування критичного ставлення є сформованість критичного мислення. Особистість, у якій сформовано критичне мислення, не буде бездумно схвалювати чи не схвалювати ті чи інші вчинки людей, соціальних груп до тих пір, поки не будуть зрозумілі причини, що призвели до цих дій.

Саме тому необхідно сформувати у підлітків певні вміння, які допоможуть розуміти та переробляти будь-яку отриману інформацію. Зокрема йдеться про: вміння виокремлювати головне в інформаційному повідомленні, відділяти його від «білого шуму»; розуміти мету комунікації, спрямованість інформаційного потоку; аргументувати власні висловлювання; сприймати альтернативні точки зору, висловлювати обґрунтовані аргументи «за» та «проти» кожної з них; знаходити помилки в інформації, яку вони отримують, та вносити пропозиції щодо їхнього виправлення; знаходити необхідну інформацію в різних джерелах; систематизувати запропоновану або самостійно підбрану інформацію за заданими ознаками, критеріями; встановлювати асоціативні та практично доцільні зв'язки між інформаційними повідомленнями; виокремлювати із запропонованої інформації дані та представляти їх у табличній чи іншій формі [6, с.140-146]. Розвитку критичного мислення підлітків сприяють такі форми та методи роботи, як: рольова гра, групова дискусія, мозковий штурм, кластер тощо [4], [6].

Таким чином, аби знизити негативний вплив інформаційного середовища на підлітків варто створювати умови для розвитку їх критичного мислення та протидії технологіями

маніпулювання свідомістю. Тож набуває важливості й соціальної значущості розробка й удосконалення різноманітних форм та методів профілактичної та розвивальної роботи

#### *Література:*

1. Воронов О. І. Методика діагностування соціально-психологічних впливів на прийняття державно-управлінських рішень в індетермінованих умовах : навч.-метод. посіб. Київ: НАДУ, 2017. 271 с.
2. Жидкова Н. Критичне мислення у розвитку творчості учнів на уроках суспільствознавчих предметів: Український педагогічний журнал. № 4. 2020. С. 180-191.
3. Крат Д. А. Вплив засобів масової інформації на розвиток особистості у підлітковому віці: Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: 241 Психологічні науки. Вип. 4(49). Київ, 2016. С. 241-247.
4. Харченко Н. Розвиток критичного мислення. Інноваційні форми роботи для дітей і дорослих: «Видавнична група «Шкільний світ». Київ, 2018. 120 с. (Бібліотека «Шкільного світу»).
5. Чапак Я. В. Роль критичного мислення у творчих пошуках "внутрішнього камертона душі" особистості. Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія. Вип. 16(1). 2011. С. 136-147.
6. Шугайло Я. В. Соціально-педагогічні умови подолання негативного впливу засобів масової інформації на соціалізацію підлітків: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.05 / Запорізький національний університет, Запоріжжя; Київський університет імені Бориса Грінченка, Київ, 2018. 312 с.

*Анна Мгалоблішвілі*  
*кафедра теоретичної та практичної психології*  
Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
науковий керівник: к. псих. н., доц. Березовська Л. І.

### **ОСНОВНІ ТЕХНОЛОГІЇ ВПЛИВУ НА МАСОВУ СВІДОМІСТЬ У СУЧАСНИХ СОЦІАЛЬНИХ ІНТЕРНЕТ МЕРЕЖАХ**

**Вступ.** В умовах світової кризи, економічної нестабільності та зростання популярності тероризму, військових конфліктів сучасна спільнота зазнає нових суттєвих змін. Основними факторами, що формують систему механізмів захисту від впливу на спільноту є ґрунтовний аналіз технологій психологічного впливу у соціальних Інтернет мережах. Соціальні мережі стали новим інструментом ведення інформаційної війни. Проблема впливу на масову свідомість та ведення інформаційних війн за допомогою соцмереж потребують ґрунтовного аналізу та реалізацію кібербезпеки, створення умов для безпечного та ефективного використання соціальних Інтернет мереж для інтересів особи та держави.

Аналіз останніх публікацій. Маніпуляцію масовою свідомістю досліджували багато вчених, зокрема: І. К. Мельник, Г. В. Грачев, С. Г. Кара-Мурза. Питання кібербезпеки висвітлювались у працях Н. П. Литвиненка, Є. О. Нагорного, Г. Г. Почепцова. Вплив на масову свідомість через призму інформаційної війни досліджували Б. А. Грушин, Г. Ділігенський, Е. Фром, І. М. Панарін, С. Г. Московіч та ін.

Виклад основного матеріалу. Соціальні Інтернет мережі виступають віртуальним майданчиком для реалізації інформативно-комунікативної функції для певної групи людей. Вчені, що займаються вивченням впливу Інтернет технологій [1; 4; 5] виокремлюють такі найпопулярніші методи впливу на масову свідомість:

- технологія ствердження (змі надають тільки одну вигідну для них думку, яка є без доказовою, яскравим прикладом є російська пропаганда ("бандерівці з'їли немовля", "розп'ятий хлопчик", відстрілювання снігурів, бо мають забарвлення прапора Росії). ЗМІ практикують часте повторення таких абсурдних новини, вони повторюються декілька разів на день та закріплюються у свідомості людини.

- технологія фокусування на почуттях та емоціях (блокування критичного мислення, гра на почуттях);
- техніка відволікання уваги (ЗМІ відволікають від політичних та економічних новин, через перенасичення простору менш важливими новинами);
- техніка дезінформації;
- -техніка міфу (технологія впливу яка прямо спотворює факти, замовчує важливу інформацію, поширення брехні і наклепу);
- технологія забруднення (пряма негативна подача інформації з метою висвітлення подій та особистості в негативному аспекті, вигідної для іншої сторони, приклад "влада наркоманів");
- технологія стереотипізації (наклеювання ярликів, приклад, "неофашисти", "бандерівці", "особи кавказької національності", "кадіровці");
- технологія створення проблем та вирішення проблем.

На сучасному етапі розвитку інформаційних технологій, варто виокремити засоби маніпулятивного впливу у просторі Інтернет. Електронна пошта під час політичного та воєнного конфлікту є найпопулярнішою Інтернет технологією впливу на масову свідомість. Розсилка шахрайських електронних листів від імені фінансових установ, банків, міністерств, державних органів та створення "фейкової" сторінки сайту банку чи іншої установи з метою пізнати у користувача логін/пароль від його акаунта (фішинг). Зараз це популярне шахрайство для завладання коштами з банківського рахунку жертви на власний рахунок [4]. Електронна пошта може бути платформою інформаційного протиборства, маніпулювання свідомістю. Надсилаються електронні листи з проханням перейти на лінк, якщо відкрити такі шахрайські лінки, можна отримати медіа вірус, "злити особисті дані".

В Інтернеті з інформаційними вірусами (сленгові вирази) існують небезпечні віруси (віруси тоталітаризму, бандитизму, фашизму). Такі віруси можуть програмувати свідомість людини на завдання максимальної шкоди людям або навіть самогубства.

У віртуальному просторі реальність часто спотворена ілюзіями. Така реальність "деградує" особистість, вводить в стан зниженої критичної свідомості, тобто людина може сприймати інформацію, яку споживає зі соціальних Інтернет як за чисту правду.

Ще одним засобом маніпуляції маси стали боти. Їх у соціальних мережах можна створювати цілі армії, вони використовуються для того, щоб впливати на громадську думку, прикладом є "порохоботи", які були популярні у часи виборчої компанії П. О. Порошенка. Боти пишуть численні повідомлення, коментарі, які змінюють сприйняття певних подій людиною [2]. Таке штучне керування думкою маси називають астротурфінг [5].

Чати стали засобом маніпуляції. Чат – це відкрита група яка створена для спілкування, в режимі реального часу, користувачі можуть використовувати псевдонім [4]. Вплив у чаті використовується для відволікання уваги від актуальних проблем. Виявлено, що люди в онлайн мережі поведуться не так як у реальному житті. Віртуальне спілкування зтрає соціальні бар'єри (вік, зовнішність, соціальний статус). Анонімність та безособність створила основу для інтернет тролінгу який є проявом психологічної маніпуляції в Інтернеті. Основна ціль тролінгу внести в суспільство розлад, хаос. Повідомлення "троля" (провакаційні, гумористичного характеру) направлені на залучення інших користувачів до безкорисної конфронтації.

Ще однією платформою для маніпуляцій, варто зазначити блог – мережевий щоденник подій, головний зміст блогу регулярна авторська інформація, де висловлюється власне ставлення і суб'єктивна думка автора. Зараз навіть з'явилась нова професія – блогер. Для блогів характерні короткі записи та зворотній зв'язок з аудиторією у вигляді коментарів, повідомлень, прямих ефірів (Instagram, Facebook, Tik-tok).

Вплив блогу на сприйняття інформації виглядає:

1. Захоплення уваги користувача (яскравий пост, важливе повідомлення, неочікуване фото)
2. Довіра (ті хто підписаний на блог автора, так чи інакше дослуховуються до особистої думки автора).
3. Автор має репутацію, часто є популярним.
4. Здійснюється несвідомий вплив на свідомість Інтернет користувача [5]. Довіра та репутація в Інтернеті забезпечує маніпулятивний вплив. Прикладом такого впливу може бути реклама у популярних блогерів, де рекламують та ніби самі використовують продукцію.

Довірлива аудиторія, яка кожен день спостерігає за “відкритим життям” автора, скорше за все довіриться та перейде на сторінку продукції яку рекламує блогер. Маніпулятивний потенціал блогів, що заснований на їхній принциповій настанові на довіру, відкритості та комунікації, високо оцінили політики, військові, економісти, громадські активісти.

Соціальні мережі стали платформою для маніпуляції масовою свідомістю. Інстаграм, Фейсбук, Тік-ток об’єднують в неформальне спілкування мільйони людей, дають можливість створювати спільноти, створювати власний віртуальний образ, комунікувати. За допомогою мереж можливе застосування різноманітних технологій маніпулювання свідомістю: пропаганди, реклами, піару, перекручування інформації, дезінформації й її замовчування тощо [5].

У нашому дослідженні, щодо особливостей використання соціальних Інтернет мереж, було виявлено, що 60% досліджуваних (віком від 20 – 40 років) у соціальних мережах переглядають саме новини міста та країни, а також – 47% спостерігають за авторськими блогами. Також було виявлено, що 70% опитаних довіряють інформації, яку отримали через соціальні Інтернет мережі, але зауважують, що не перевіряють її на достовірність. Варто зазначити, що такі паблікі які публікують новини міста, країни користуються попитом та репутацією, тому як правило користувачі на 90% довіряють інформації яка там публікується. Отже, може зазначити, що такі паблікі мають прямий маніпулятивний вплив на масову свідомість та можуть нести пропагандську, насильницьку мету.

Очевидно, що нині соціальні мережі стали складним інструментом маніпулювання [1; 2; 5]. Цей інструмент за допомогою використання новітніх технік передачі інформації дозволяє впливати на настрої окремих груп суспільства, активізувати ті чи інші події.

**Висновок.** Проаналізувавши популярні техніки маніпулювання свідомістю суспільства та держави, що в умовах формування глобального інформаційного простору і розвитку інформаційного суспільства усі сфери життєдіяльності особи, суспільства, держави та міжнародної спільноти безпосередньо пов’язані з засобами маніпулювання свідомістю за допомогою сучасних Інтернет мереж. За рахунок широкого охоплення аудиторії соціальні мережі продовжують активно використовуватися для застосування методів маніпулятивного впливу, формування певних стереотипів у свідомості людини. Тому виявлення медіа-вірусів, методів вербального та сугестивного впливу на підсвідомість людини, грубих пропагандистських прийомів потребують перегляду базових причин війн і революцій, тероризму, фанатизму та одержимості, а також ролі релігій, ідеологій, преси, радіо та телебачення.

#### *Література:*

1. Баранюк К. Приємний співрозмовник чи інтернет-бот? Режим доступу : [http://www.bbc.com/ukrainian/vert\\_fut/2015/08/150818\\_vert\\_fut\\_how\\_online\\_bots\\_are\\_tricking\\_you\\_yp](http://www.bbc.com/ukrainian/vert_fut/2015/08/150818_vert_fut_how_online_bots_are_tricking_you_yp)
2. Гвоздик О. Соціальні мережі – вільний обмін думками чи маніпулювання свідомістю? – Режим доступу: <http://xpress.sumy.ua/article/society/5700>
3. Данько Ю. А. Астротурфінг як інструмент віртуальної маніпуляції та політичної пропаганди в умовах інформаційної доби. Сучасне суспільство: політичні науки, соціологічні науки, культурологічні науки. 2015. Вип. 2 (1). С. 38-49.
4. Компанцева Л. Ф. Принципи сугестивної лінгвістики в інтернетній комунікації. Філологічні науки. 2013. Кн. 3. С. 13-20.
5. Сугестивні технології маніпулятивного впливу: навч. посіб. В. М. Петрик, М. М. Присяжнюк за заг. ред. Є. Д. Скулиша. 2-ге вид. К.: ЗАТ «ВІПОЛ». 2011. С. 248.

## МАНІПУЛЯТИВНІ ІГРИ МАС-МЕДІА

**Вступ.** Ще на початку ХХ ст. дослідник цієї проблеми В. Білозерський зазначав, що саме мова представляє собою особливо страшну силу, з якою в кінцевому підсумку, не здатний справитися навіть найсильніший кулак, якщо тільки всі дії мови раціональні та систематичні. Призначення будь-якого слова – впливати на співрозмовника. Завдання мовленнєвого впливу полягає в тому, щоб змінити за допомогою мовлення поведінку чи думку співрозмовника у напрямку, необхідному комунікатору. Це завдання можна виконувати за допомогою цілої низки способів впливу у спілкуванні: *доведення, переконання, вмовляння, скигнення, навіювання, прохання, наказу, примусу*. Вербальний та невербальний вплив на людину об'єднується в систему маніпулятивних тактик.

Найпопулярнішим впливом в медіапросторі, є маніпуляції. До інструментів такого впливу належать: *переконування, навіювання, наслідування, психологічне зараження, маніпулювання*. Найважливішими виступають переконування і маніпулювання, і якщо перше пов'язане з позитивним, конструктивним, гуманним впливом медіа, то друге – з негативним, деструктивним, негуманним і маніпуляція завжди прихована. В її основі лежить цілеспрямована дія на масову аудиторію, щоб скерувати її в потрібне русло, викликати в неї бажані настрої і поведінку. *Маніпуляція* – це психологічна дія, націлена на зміну напряму активності іншого суб'єкта. Людину змушують думати про один і той же об'єкт, кожного разу додаючи все нову, задалегідь підготовлену інформацію для роздумів. Тому маніпуляції стали звичайною, повсякденною частиною життя сучасної людини. Кожен з нас досить часто користується в різних життєвих ситуаціях прийомами мовного маніпулювання, деколи інтуїтивно, деколи – цілком усвідомлено.

*Маніпулятивні прийоми* – це способи виконання певних дій та подання інформації в медіа текстах для досягнення маніпулятивного впливу на реципієнта чи групу. До найпоширеніших прийомів медіаманіпуляцій належать:

1. **Контролювання інформаційних потоків, «порядок денний»:** висвітлення лише тієї достовірної інформації, яка потрібна маніпуляторіві. Тут йдеться про навмисне замовчування суспільно значущої інформації, ігнорування фактів, їх фільтрацію, зокрема й через цензуру.

2. **Дозування інформації (Зміна змісту інформації через втрату її справжнього контексту).** Повідомляють лише частину відомостей, а решту ретельно приховують. Як результат, картина реальності спотворюється. Так буває тоді, коли цитату, фрагмент відео спеціально виривають із цілісного тексту або коли медіаповідомлення тенденційно конструюють із різних фрагментів. Такими є повідомлення рашистів у засобах інформації.

3. **Навішування (наклеювання) ярликів:** безпідставно звинувачувати когось у чомусь, приписувати негативні якості, соціально несхвалювані вчинки, ганебну поведінку для дискредитації особи, соціальних груп, ідей тощо.

4. **Посилання на авторитетів,** від імені яких поширюється вигідна маніпуляторіві інформація для схвалення чи засудження якихось фактів. Ім'я авторитету не повідомляється. («Вчені встановили...», «Лікарі рекомендують...», «Джерело з президентського оточення повідомляє...»).

5. **Повторення** однієї і тієї самої інформації, що, врешті-решт, осідає не лише в пам'яті, а й у несвідомому сприйнятті аудиторії.

6. **Швидка зміна** повідомлень, швидкий темп подачі повідомлень, невідповідність заголовка повідомлення його змісту.

Саме в пропаганді маніпулятивні прийоми виявляються найбільш дієвими, ігноруються моральні й гуманістичні норми. Пропагандисти і маніпулятори у ЗМІ доволі часто вдаються до такої «зброї масового ураження», як фейк.

*Фейк* – спеціально поширювана в мас-медіа та соціальних мережах відверто неправдива інформація, фальсифікація, підробки. Фейк використовують у пропаганді, для того, щоб

дезінформувати, ввести в оману, залякати, деморалізувати аудиторію, викликати агресію, посіяти в паніку. Оскільки фейки – це не просто недостовірна інформація, а навмисно спотворена, несправжня, то їх потрібно вчасно виявляти, спростовувати, інформувати про них громадськість. Існує громадська платформа «Stop. Fake» (режим доступу: <https://www.stopfake.org/>), де можна перевірити підозрілу інформацію. Фейк створюється таким чином, щоб змусити реципієнта не тільки повірити, а й змусити його відреагувати, перепостити, переслати іншому реципієнту. Найлегше перевірити фотофейки. Зробити це можна за допомогою Інтернету. Для цього потрібно правою кнопкою миші натиснути на зображення й обрати дію «Знайти це зображення в Google» та перевірити дату його появи в мережі. Оскільки часто автори фейків беруть інформацію у відомих західних виданнях і перекручують її, то розпізнанню неправдивої інформації сприяє володіння іноземними мовами. Фейки, їх обговорення та боротьба з ними створюють «інформаційний шум», що відволікає аудиторію від більш важливих проблем і повідомлень. Саме для цього їх і створюють. Боротися з фейками неможливо, їх потрібно спростовувати, висміювати, доводити до абсурду. *Ознаки фейку:* 1) сенсаційність повідомлення, скандальний характер події, що набуває широкого розголосу; 2) сенсаційний заголовок, який шокує, провокує; 3) нагнітання негативу, очорнення, звернення до таких емоцій, як страх, тривожність, гнів; 4) відсутність посилань на джерела, на безіменні авторитети, на західні ЗМІ, на неназваних очевидців; 5) абсурдність інформації з погляду правдоподібності, здорового глузду.

Журналістські організації, власники мас-медіа мають не допускати у змісті своєї медіа-продукції такої пропаганди. Однією з ознак пропаганди, яка ігнорує будь-які етичні принципи і норми, виступає «мова ворожнечі», або «мова ненависті». Її основна мета зводиться до провокування конфліктів. Терміном «*мова ненависті*» в міжнародній практиці позначають «всі види висловлювань, котрі поширюють, розпалюють, підтримують чи виправдовують расову ненависть, ксенофобію, антисемітизм та інші форми ненависті». Основний шлях уникнення мови ворожнечі – толерантність. Не можна застосовувати такі слова, як «чорний», «метис», «кольоровий», «біженці» (краще – переселенці). Легко маніпулювати тією аудиторією, яка мислить стереотипами.

Кожен журналіст, пишучи статтю чи будь-який твір, який є результатом творчої діяльності автора, продуктом його розуму, то на нього поширюється *авторське право*, яке регулює правові відносини між автором твору і користувачем. Для позначення авторського права використовують спеціальний знак охорони авторського права, який складається з лат. літери С у колі, імені автора й року першої публікації твору. Авторське право діє від дня створення твору і протягом усього життя автора, а також упродовж 70 років після його смерті. Порушення авторського права дає підстави для судового захисту. Зокрема, законом переслідується одне з найпоширеніших порушень авторського права – *плагіат*.

**Висновок:** Мас-медіа можуть використовувати свій вплив на соціум із корисливою метою. Одним із найпоширеніших способів такої діяльності є спотворення інформації та маніпулювання нею, формами її донесення до аудиторії задля формування потрібної суспільної думки. Найпоширенішими ознаками маніпулятивного медіатексту є відсутність джерел інформації, надмірна емоційність такого тексту.

*Олександр Чорній*  
*кафедра теоретичної та практичної психології*  
Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
наук. керівн: к. пол н., доц. Свідерська О.І.

## **СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ МЕТОДИ ВПЛИВУ НА СВІДОМІСТЬ УКРАЇНЦІВ В КОНТЕКСТІ РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ**

Війна між Росією та Україною, яка розпочалася у 2014 році, була складною та багатогранною подією, яка мала значні психологічні наслідки для населення України. У 2014 році, після політичного вибору України в бік тісніших зв'язків із Європейським Союзом, Російський уряд, побачив в цих подіях загрозу своїм інтересам і відреагував на них не тільки видимим

фізичним впливом, таким як анексія Криму та введення бойовиків на території Донецької і Луганської областей, але й прихованим, психологічним впливом, що ще задовго до цих подій діяв і продовжує діяти й досі на масову свідомість українців.

Проблематикою дослідження психологічного впливу в цілому, а також в контексті російсько-української війни займалися такі вчені як М. Філоненко, Л. Кочубей, Г. Почепцов, О. Свідерська, С. Даниленко Я. Чаплак, Р. Pomerantsev, Z. Abrams, V. Saran, M. Alyukov та ін.

Аналіз наукової літератури допоміг встановити, що психологічний вплив – це процес навмисного формування або маніпулювання думками, емоціями, переконаннями, ставленням та поведінкою людини для досягнення бажаного результату [3]. Процес впливу спирається на принципи із різних дисциплін, зокрема психології, соціальної психології, комунікації та маркетингу. Методи психологічного впливу застосовуються в різних контекстах, таких як реклама, політика, пропаганда та міжособистісні стосунки.

Психологічний вплив опирається на декілька ключових аспектів:

1. Розуміння і вміння переконання. Воно є ключовим аспектом психологічного впливу. Воно передбачає використання комунікації та аргументації для впливу на чийсь переконання, ставлення, або ж поведінку. Методи переконання дуже часто спираються на такі принципи, як достовірність, посилення на різні авторитети, соціальні докази, дефіцит часу для перевірки інформації і апеляція до емоцій, щоб схилити людей до певної точки зору або дії.

2. Використання когнітивних упереджень, або стереотипів. Когнітивні упередження – це розумові скорочення або шаблони мислення, які впливають на процес прийняття рішень [5]. В контексті психологічного впливу їх можна використовувати для формування сприйняття певних подій та початку для дій.

3. Використання емоцій. Емоції відіграють дуже значну роль у психологічному впливі. Психологічний вплив має на меті викликати певні почуття, найчастіше такі як страх, щастя, гнів або співчуття, щоб вплинути на ставлення та поведінку [4]. Емоційні маніпуляції можуть включати формулювання повідомлень, використання яскравих образів чи історій таким чином, щоб викликати бурхливу емоційну реакцію.

4. Соціальний вплив і авторитетність. Люди – соціальні істоти, і на людську поведінку впливають інші люди. Використовуючи психологію натовпу людина часто може піддатися зміні думок, переконань та поведінки, що в підсумку формує необхідну реакцію для того, хто цей вплив поширює. Крім того люди схильні довіряти авторитетним особам або особам, яких вони сприймають як гідних довіри (на що впливає їх соціальна та політична обізнаність, соціальні очікування, цінності). Певні люди можуть зображати себе експертами, апелювати до соціальних очікувань особистості, її цінностей, використовувати схвалення авторитетних осіб, щоб надати своїм повідомленням більшої достовірності. Позиціонуючи себе як авторитети, вони можуть ефективно впливати на переконання та дії інших людей.

5. Фреймінг. Те, як інформація оформлена або представлена, може суттєво вплинути на те, як вона сприймається, а також інтерпретується. Для того, аби повідомлення чи історія мала певний психологічний вплив, його формують так, щоб підкреслити певні аспекти, та в свою чергу применшити інші, розставляючи потрібні акценти та формуючи відповідне ставлення та вибір людей [1]. Під формуванням мається на увазі активація певних думок, концепцій або емоцій за допомогою тонких сигналів, які можуть вплинути на подальше сприйняття та поведінку.

В контексті російсько-української війни, методи соціально-психологічного впливу на масову свідомість можна згрупувати у наступні категорії:

1. Пропаганда, дезінформація: Найбільш уживаним методом, що був використаний – це просування пропагандистських, дезінформаційних кампаній для формування або ж зміни громадської думки в Україні. Поширюючи неправдиву або викривлену інформацію через різні канали, такі як підконтрольні державі ЗМІ, соціальні мережі та цільові онлайн-кампанії, Росія змогла створити наративи, які підживили сепаратистські настрої, що призвело до розколу суспільства, насадження власних поглядів та зміни поведінки. Ці наративи включали в себе зображення української влади як репресивної або нелегітимної, перекручення етнічних чи культурних відмінностей (українці – це мала етнічна група росіян; українська мова – це місцевий діалект російської тощо).

2. Маніпулювання історичними наративами: Росія вибірково висвітлювала історичні події та спотворювала історичні факти, щоб створити відчуття несправедливості та жертви

серед певних регіонів або етнічних груп в Україні. Наголошуючи на історичних образах, апелюючи до одноосібної перемоги над нацизмом в роки Другої світової війни і боротьбі із теперішніми проявами нацизму, а також представляючи викривлену версію подій, Росія могла розпалити сепаратистські настрої, сприяти прагненню до самовизначення, а також автономії. Так, власне причиною початку повномасштабного вторгнення на українські землі стало саме посилення на те, що має відбутися «денацифікація» України, та захист корінного російського населення, яке проживає в Донецькій, Луганській областях і зазнає бомбардувань та геноциду від рук української влади та її збройних сил.

3. Мовні маніпуляції: Мова відіграє фундаментальну роль у формуванні суспільного сприйняття, державної та особистої ідентичності. Маніпулювання мовою сприяло поширенню сепаратистських настроїв в Україні. Російська мова (яка ще з початку незалежності займала значний географічний простір поширення в Україні та висвітлювалась у більшості каналів комунікації як більш престижна і значима) стала об'єднуючим фактором для певних верств населення, підживлюючи вимоги більшої автономії і навіть відокремлення від України. Така експлуатація мови посягла розкол всередині країни, посилюючи напруженість і підживляючи національну єдність. Анексія Криму та початок війни на сході України підживлювалися саме сепаратистськими рухами, які використовували російську мову як символ ідентичності та лояльності до Росії.

4. Операції кібервпливу (або астротерфінгові операції): Росія застосовувала операції кібервпливу для маніпулювання громадською думкою. Вона вдавалась до хакерських атак (зокрема однією із них є поширення вірусу Petya, також шпигунство за допомогою програм-антивірусів «Доктор Веб» та «антивірус Касперського»), маніпуляцій у соціальних мережах [2], цільових онлайн-кампаній, щоб посяти розбрат і посилити сепаратистські настрої в Україні. Поширюючи цей контент, використовуючи при цьому ботоферми («тролі із Ольгіно або «фабрика тролів»), експлуатуючи існуючу напруженість і посилюючи екстремістські настрої, Росія могла поглибити розбіжності і ще більше розколоти Україну.

Отже, можна підсумувати, що психологічний вплив – небезпечне явище, яке може бути застосоване проти будь-кого із метою зміни думок, емоцій, переконань та поведінки. Він охоплює методи переконання, використання когнітивних упереджень, емоційних закликів, соціального впливу, авторитету, фреймінгу тощо. Небезпека впливу полягає в тому, що він може використовувати вразливі місця, маніпулювати людьми та обманювати їх в особистих або зловмисних цілях. Це може призвести до поширення дезінформації, поляризації суспільств і маніпулювання громадською думкою, що потенційно може мати шкідливі наслідки.

У контексті використання Росією цих методів впливу на Україну, небезпеки стають особливо значними. Росія застосовувала дані стратегії для розпалювання сепаратистських настроїв та розколу всередині України, що посилює вже існуючу напруженість, розпалило війну, а також підірвало стабільність і єдність країни. Поширення пропаганди, дезінформації та маніпулятивних наративів сприяло посиленню страху, тривоги та соціальної поляризації серед українців.

#### ***Література:***

1. Почепцов Г.Г. Наратив як інструментарій: від літературознавства до боротьби з тероризмом. *Політичний менеджмент*. 2008. № 4. С. 3-11
2. Свідерська О.І., Чорній О.В. Астротерфінг як інструмент психологічного впливу на масову свідомість. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Питання політології»*. Вип. 39. 2021. С. 71-79.
3. Філоненко М. М. Психологія спілкування. Підручник. Київ. 2008. 224 с.
4. Яцимірська М. Сучасний медіатекст: політичні наративи, смисли і сенси, емоційні маркери. *Вісник Львівського університету. Серія Журналістика*. 2022. Випуск 51. С. 216-224.
5. Lippman W. Public Opinion. New York, London: The Free Press. A Division of Macmillan Publishing Co., Inc. New York; Colier Macmillan Publishers. London. 1949. 268 p.



# ПСИХОЛОГІЯ КОМУНІКАЦІЇ У КРОСКУЛЬТУРНІЙ ВЗАЄМОДІЇ

*Тетяна Лісніченко  
ДП «ДерждорНДІ», Україна*

## ВПЛИВ КРОСКУЛЬТУРНОЇ ВЗАЄМОДІЇ НА СЕРЕДОВИЩЕ ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ЗДАТНІСТЬ ДОСЯГАТИ ЗАПЛАНОВАНОГО РЕЗУЛЬТАТУ В СИСТЕМІ УПРАВЛІННЯ ЯКІСТЮ НА ПІДПРИЄМСТВІ

**Вступ.** Збереження психологічного здоров'я працівників підприємства передбачено пунктом 7.1.4 [1]. «Кроскультурна психологія, вивчаючи вплив культури на людську психіку, на відміну від історичної психології, порівнює різні культурні практики, здебільшого сучасні» [2, 172 с.]. Персонал являє собою внутрішнє середовище організації та впливає на збільшення результативності в системі управління якістю підприємства. На підприємстві відбувається взаємодія між різними людськими ресурсами. «У межах організації персонал стає задіяним і діє згуртовано в разі спільного розуміння політики у сфері якості та результатів, які бажає здобути організація» [3, 2 с.].

Кроскультурна психологія на підприємстві охоплює внутрішню та зовнішню взаємодію в соціальній сфері та відмінності поведінки, розуміння людського різноманіття. У системі управління якістю на підприємстві задіяні співробітники, які зростають в різному культурному середовищі і взаємодіють з метою спільної діяльності, з особливостями мислення, що створює модель поведінки, яка притаманна для внутрішнього середовища підприємства.

Під час дослідження публікацій з кроскультурних досліджень було розглянуто статті щодо кроскультурного аспекту у міжнародному менеджменті з акцентування на національній культурі та кроскультурному менеджменті.

Стаття [4] присвячена дослідженню сутності і визначенню кроскультурної компетентності та комунікації. Визначено основні компоненти кроскультурної компетентності та методи навчання кроскультурної взаємодії. У [5] відображено сутність та значення кроскультурної комунікації з погляду філософії освіти. У [6] розглянута спроба проаналізувати основні принципи кроскультурного управління персоналом. Проведений аналіз з тематики кроскультурної взаємодії показав, що в системі управління якістю ще замало досліджень.

Для збереження психологічного здоров'я в цифрову епоху необхідно передбачати навчання персоналу новітнім технологіям, що в свою чергу зменшить тривожність та стрес у процесі роботи – введення так званої кроскультурної взаємодії. Процес підвищення кваліфікації та компетентності персоналу повинен сприйматися працівниками як належне для поліпшення діяльності підприємства та системи управління якістю в цілому. Персонал з різним культурним здобутком по різному сприймає інформацію щодо змісту та необхідності досягати запланованого результату.

Людський потенціал підприємства, що зростає у різному соціальному оточенні, створює корпоративну культуру, об'єднану поведінкою для досягнення спільної мети. Під час перебування співробітника на, так званій, «чужій території» (наприклад, у іншому відділі) він шукає орієнтир для отримання потрібної інформації щодо діяльності. «Для реалізації управлінських технологій сьогодні співробітник компанії повинен мати кроскультурні навички, тобто здатність у чужому та змішаному культурному середовищі демонструвати послідовну поведінку, яка призводить до досягнення поставлених цілей. До кроскультурних навичок належать: розуміння природи культури і того, що культура впливає на поведінку людини на робочому місці; розуміння відмінностей між культурами; розуміння того, як культурні фактори впливають на організацію структур, систем та пріоритетів; уміння запроваджувати елементи однієї культури в іншу; розуміння того, як глибоко елементи однієї культури можуть бути запроваджені в іншу, та навпаки.» [6, № 10 2020].

Для досягнення запланованого результату в системі управління якістю немаловажним буде розглянути соціально-психологічні методи, спрямовані на особистість, а не на колектив.

Соціальні і психологічні чинники відносяться до середовища для функціонування процесів у системі управління якістю [1]. Кроскультура вбачає виявлення особливості мислення і поведінки людей. Мотивація постає тим інструментом, що спонукає до поліпшення діяльності на підприємстві. «Мотиваційною основою саморозуміння, початком якого є самопізнання як ще одна складова самоусвідомлення, стає момент розузгодження синхронності й симетричності перебігу процесів соціалізації та індивідуалізації.» [7, 59 с.]. Поведінка співробітника визначається мотивацією на досягнення поставленої мети. Від того на якій ланці соціального статусу знаходиться співробітник (керівник чи підлеглий) залежить і поліпшення діяльності підприємства. Існує різна мотивація до діяльності.

Необхідно знаходити способи мотивування співробітників. Потрібно змінювати соціально-психологічні методи управління підприємством, так як постійно змінюється сукупільне життя, вивчати психологічний стан і здібності кожного працівника, підходити творчо до їх підбору. Знаходити працівників, які з зацікавленістю відносяться до виконання своїх обов'язків.

Також необхідно їх мотивувати способом задоволення соціальних потреб з метою заохочення реалізації своїх здібностей та можливостей.

Відповідно до соціальної ланки в організації можлива відмінність і в інформуванні щодо діяльності. Відповідно до [1] існує такий зміст та способи інформації – про що інформувати; коли інформувати; кого інформувати; як інформувати; хто має інформувати. Відмінність в інформуванні зменшує відсоток того, що буде досягнуто запланованого результату в системі управління якістю. Необхідна оптимізація комунікації. Система управління якістю «Частина системи управління стосовно якості» [3, с.12] в свою чергу система управління «Сукупність взаємопов'язаних елементів організації для формування політик, установлення цілей і процесів, щоб досягти ці цілі» [3, с.12].

Здатність досягати запланованого результату в системі управління якістю на підприємстві напряму залежить від навчання і взаємодії внутрішніх та зовнішніх процесів. Як саме поводити себе співробітники під час, наприклад, обговорення спільних питань, від яких залежить імідж підприємства та себе особисто (вербальна та невербальна взаємодія). Відповідно до [2, 181 с.] «Культура – комплекс об'єктивних і суб'єктивних складових, який створили і створюють люди і який, у свою чергу, впливає на них, визначаючи їх життя як програмне забезпечення свідомості.»

**Висновок.** Для досягнення запланованого результату в системі управління якістю необхідно:

- враховувати, по можливості, всі аспекти психології, в тому числі й кроскультурну взаємодію між співробітниками в середовищі організації;
- враховувати культурні розбіжності з метою кращого розуміння того, що саме може допомогти у поліпшенні діяльності підприємства;
- створювати умови для збільшення мотивації та покращення кроскультурної комунікації.

#### *Література:*

1. Система управління якістю. Вимоги. Київ. 2016. 31 с.
2. Психологія : опор. конспекти лекцій. Київ.: ДП «Вид. дім «Персонал». 2009. 230 с.
3. Системи управління якістю. Основні положення та словник. Київ., 2016. 49 с.
4. Військова освіта. URL: <http://znp-vo.nuou.org.ua/article/view/260294>.
5. Вісник Дніпропетровського університету. URL: <https://fip.dp.ua/index.php/FIP/article/view/744/876>.
6. Ефективна економіка. Дніпровський державний аграрно-економічний університет URL: <http://www.economy.nayka.com.ua/?op=1&z=8258>.
7. Психологія культури : (Психол.філос. аналіз): Курс лекцій. Київ : МАУП. 2005. 152 с.

## **ОСОБЛИВОСТІ ОНЛАЙН-КОМУНІКАЦІЙ СТУДЕНТСТВА В УМОВАХ ВІЙНИ**

Під час повномасштабної війни в Україні студентство активно використовує онлайн-комунікації як засіб міжособистісного спілкування з родичами, однолітками, викладачами, роботодавцями, так і засіб обміну інформацією, навчально-професійної діяльності, особистісного зростання. Використання соціальних мереж є невід'ємною складовою життя студента, а саме в таких сферах як: сімейна, освітня, професійно-функціональна, інформаційна, особистісна.

Онлайн-комунікації є спілкуванням за допомогою глобальної комп'ютерної мережі інтернет. Комунікація за допомогою інтернету допомагає у здійсненні обміну інформацією між різними суб'єктами комунікації за допомогою голосу, відео, текстових повідомлень, документів, файлів, за допомогою найрізноманітніших комп'ютерних технологій.

Онлайн-комунікації є одним із ключових соціально-психологічних феноменів сучасного світу. Завдяки інтернету, електронних засобів зв'язку та розвитку технологій студенти мають можливість зв'язуватися між собою без обмежень через місце перебування та часу, що відкриває широкі можливості для взаємодії, розвитку особистості. Інструментами онлайн-комунікацій є соціальні мережі, онлайн-додатки, форуми, навчальні платформи, електронна пошта, відео-конференції та інші онлайн-сервіси.

Онлайн-спілкування дозволяє швидко передавати важливу інформацію, обговорювати проекти, навчання, новини та вирішувати актуальні проблеми. Комунікації за допомогою інтернету дозволяють заощадити час та гроші, які б студент витрачав на переміщення до місця зустрічі. Окрім того, вони знижують витрати на комунікації у компаніях, навчальних закладах та організаціях.

Онлайн-комунікації дозволяють студентству щодня вдосконалювати свої навички комунікації, такі як письмова та візуальна комунікація, технічні навички та навички співпраці в команді. Ще однією із переваг онлайн-комунікацій є створення можливостей показати бажане: у будь-який час молодь може висловити те, що хоче з надією бути почутими, тобто забезпечується можливість особистісного самовираження. Тобто, у сьогоденні, коли звичайна людина сумнівається, що її думка є цінною, буде почутою, існує технологія, яка надає індивідуальному голосу публічне звучання: молодь самостійно може конструювати власні домашні сторінки для викладу особистісних думок, налаштувань та прагнень.

З метою дослідження особливостей онлайн-комунікацій студентства в умовах війни нами було сплановане та проведене комплексне емпіричне дослідження із застосуванням вербально-комунікативного методу, анкетування, проективного – методу завершення речень.

Емпіричний етап дослідження передбачав анкетне опитування студентів щодо рівня значущості онлайн-комунікації у їх навчально-професійній діяльності, спілкуванні із одногрупниками, друзями, знайомими та викладачами в умовах війни. У вибірку досліджених було включено 45 студентів Національного університету «Львівська Політехніка» Інституту права, психології та інноваційної освіти.

За результатами дослідження нами було встановлено, що саме студентки частіше використовують онлайн-комунікації: проводять більше часу в мережі та застосовують онлайн-комунікації для спілкування, пошуку нової інформації для навчання, роботи та загального розвитку. Це може бути пов'язано з тим, що жінки більш схильні до спілкування та встановлення соціальних зв'язків, а також до використання інтернету для пошуку необхідної інформації та здобуття знань.

Було встановлено, що онлайн-комунікації суттєво допомагають студентству навчатися, надаючи доступ до інформації, підтримувати високу навчальну успішність, заохочуючи до взаємодії з іншими людьми. Через онлайн-комунікації студент може навчатися з різних джерел, таких як: підручники, блоги, цифрові журнали, й, відтак, вчиться критично аналізувати різні джерела інформації. Це сприяє покращенню навичок комунікацій.

Окрім того, онлайн-комунікації необхідні для студенток, які мають особистісні, сімейні чи інші зобов'язання, які обмежують їх можливості навчатись у традиційних форматах, чи змушені були залишити своє постійне місце проживання через повномасштабне вторгнення та тимчасово перебувають в іншій країні, але потребують спілкування з близькими, роботодавцями, викладачами, друзями, знайомими. Хоча важливо зазначити і те, що онлайн-комунікації не повинні ставати заміною особистого контакту та взаємодії в реальному житті, оскільки мають свої обмеження та недоліки, а бути важливим доповненням, що ми і встановили за результатами проведеного дослідження.

#### *Література:*

1. Бондаренко О. Ф. Психологічні особливості сучасної студентської молоді та проблеми професійної підготовки психологів-практиків. Практична психологія та соціальна робота. № 4. 2013. 8–10 с.
2. Варій М. Й. Психологія особистості: підручник. Львів: Видавництво Львівської політехніки, 2016. 608 с.
3. Васківська С. В. Основи психологічного консультування. Київ, 2004. 436 с.
4. Галіч Т. О. Соціальні інтернет-мережі та віртуалізація суспільного життя. Соціологія майбутнього: науковий журнал з проблем соціології молоді та студентства. № 1. 2010. 152 с.
5. Городенко Л. «Класифікація ознак мережевої комунікації». Проблеми соціальної комунікації, № 13, 2012. 29 с.
6. Ільїна Ю.Н. Інформатизація освіти: дистанційне розвиваюче середовище. Суб'єкт – суб'єктна взаємодія. Матеріали ІХ Міжнародної наукової конференції «Традиція і культура. Феномен діалогу: традиція і сучасність». Київ 2020. 34 с.

*Лілія Науменко*

*Горлівський інститут іноземних мов*

*«Донбаський державний педагогічний університет», Україна  
наук. керівн: к.п.н., доцент кафедри психології Дроздова Д. С.*

### **ФОРМУВАННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЯК ПЕРЕДУМОВИ АДАПТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ОНЛАЙН НАВЧАННЯ**

**Вступ.** Сучасні зміни в українському суспільстві, що відбуваються на сьогоднішній день і суттєво впливають на життєві цінності й усі сфери нашого існування, збільшують потребу у важливих соціальних якостях та навичках комунікації, які сприятимуть моральному розвитку і гармонізації взаємодії між людьми. Зрозуміння психологічних можливостей поліпшення культури спілкування в суспільстві стає дуже актуальним. В цьому контексті особливо важливим є вивчення комунікативної компетентності, як не просто когнітивного або активного процесу, але й як ресурсу адаптації для розвитку особистості.

Фахівці все частіше пояснюють проблему формування комунікативних навичок зростання кількості дітей, які стикаються з труднощами у навчанні. Ці діти мають низький рівень комунікативного та пізнавального розвитку, емоційну нестабільність, складності у встановленні взаємин з однолітками та дорослими, а також відстале мовлення. Зазначені діти мають нормальний інтелект і потенціал для розвитку.

М. Аргайл сутність соціально-комунікативної компетентності описує на основі таких параметрів: екстравертованість, домінантність, упевненість у собі, вміння нагороджувати (заохочувати), навички синхронізації взаємодії, міжособистісна сензитивність, вміння поставити себе на місце іншого, доречне самоподання. Відповідно соціальну комунікативну компетентність автор визначає як певний рівень знань щодо правил поведінки, вміння діяти за цими правилами, сукупність комунікативних навичок, що забезпечують узгодження дій партнерів у взаємодії, а також вміння адекватно категоризувати соціальний епізод.

Соціально-комунікативна компетентність зазнає деяких змін в умовах інтернет-навчання. Користувач мережі може застосовувати любий соціальний статус, різноманітні соціальні ролі і, відповідно, різноманітні варіанти соціальної поведінки. Комуніканти прагнуть завоювати прихильність співрозмовника та залучити увагу до своєї персони з боку інших користувачів мережі, можливо також і маніпуляції співрозмовником.

Аналіз наукової літератури та досвіду практичної педагогічної діяльності вчителів показує, що педагоги часто почувають певні труднощі в організації освітньої комунікації в Інтернеті, пов'язані з невмінням виділити та організувати етапи педагогічної взаємодії в мережі, що значною мірою знижує ефективність формування комунікативної компетенції, тим самим уповільнюючи процес формування адаптивної поведінки.

Тож на часі є необхідним навчати учнів набувати навичок комунікативної компетентності в мережі Інтернет, щоб розвивати адаптаційну поведінку у нових реаліях, реаліях онлайн-навчання.

Важливими задачами педагога є створення позитивної мотивації, зняття різного роду труднощів, формування інформаційної компетентності учнів (формування навичок роботи в електронному середовищі) і формування елементарних навичок спілкування в електронному середовищі. Останнє передбачає ознайомлення учнів з «нетикетом» та правилами роботи в електронному середовищі.

Педагог повинен ознайомити учнів з основними елементами етикету в мережі, стилями оформлення повідомлення в мережі, разом з цим сформувати кордони «текстової свободи» та регламент спілкування. Опитування показало, що правила спілкування в мережі знають лише 65% учнів.

Особливої уваги заслуговує допомога та підтримка зі сторони дорослих. Розвиток комунікативної компетентності сприяє формуванню здатності особистості достойно поводитись з людьми, які його оточують, створювати комфортну атмосферу в різних життєвих ситуаціях. Комунікативна компетентність відноситься до базових компетентностей особистості і характеризується адаптивністю, співпрацею та інтегративністю. Лише контактуючи з ровесниками та дорослими, підліток може провести порівняння власних можливостей, «приміряти» різні соціальні ролі, формувати свою особистість та постійно вдосконалюватись.

У формі індивідуально-особистісного існування комунікативна компетентність – це результат соціально-комунікативного розвитку конкретної людини, зумовленого культурою певного соціуму. Вона є індивідуально своєрідною здатністю особистості до здійснення комунікативної діяльності, виявом її комунікативних характеристик.

**Висновок.** Перспективою подальших досліджень є широкий спектр наукових та практичних проблем. Важливо дослідити, як впливають особливості комунікативної компетентності в мережі Інтернет на особистісний розвиток особистості.

#### *Література:*

1. Психологічний супровід розвитку комунікативної компетентності у студентів закладів вищої освіти. URL: <http://dspace.tnpu.edu.ua/bitstream/123456789/25882/1/Andriichuk.pdf>
2. Комунікативна компетентність, її складові. URL: [https://pidru4niki.com/90380/sotsiologiya/komunikativna\\_kompetentnist\\_skladovi](https://pidru4niki.com/90380/sotsiologiya/komunikativna_kompetentnist_skladovi)
3. Особистісні чинники розвитку комунікативних властивостей підлітків. URL: [http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/disertaciya\\_pavlenko\\_1584483820.pdf](http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/disertaciya_pavlenko_1584483820.pdf)

## **ВПЛИВ ПСИХОЛОГІЧНИХ БАР'ЄРІВ МІЖОСОБИСТІСНОГО СПІЛКУВАННЯ НА ПЕРЕБІГ КРИЗИ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ**

Актуальність теми. Проблема спілкування у підлітковому віці є досить актуальною, адже підлітковий вік, є найбухливішою та найважчою кризою, бо змінюється її зовнішній вигляд, її погляди на життя, та перш за все це реакція емансипації, що означає звільнення від якихось обмежень з боку батьків, від їх контролю та заборон. Саме бар'єри спілкування поглиблюють підліткову кризу, заважають її подоланню, створюють проблеми у стосунках не тільки між батьками та підлітками, а й однолітками. Міжособистісне спілкування в підлітковому віці є головною провідною діяльністю цього віку.

Власне спілкування відіграє провідну роль в формуванні та розвитку особистості, оскільки саме в даний період часу усі сторони підліткового розвитку перебудовуються якісно, формуються та виникають нові психологічні новоутворення, закладаються певні основи більш свідомої поведінки, розвиваються соціальні установки. Даний процес перетворення без будь-яких сумнівів визначає, всі головні особливості підліткового віку.

Даний віковий період, являється досить важливим саме для формування головних структурних компонентів самої особистості. Саме від того, як буде безпосередньо будуватися спілкування, також залежить формування майбутньої особистості. Саме тому дослідження проблем спілкування стає доволі актуальним. Їхня актуальність доволі різко зростає на даному етапі розвитку нашого соціуму, коли відбувається досить різка зміна взаємин соціального спрямування, характеру взаємодій особистісних, моральних цінностей, норм тощо.

Комунікативні бар'єри – це перешкоди на шляху адекватної передачі інформації між партнерами зі спілкування. Бар'єри спілкування можуть бути пов'язані з характерами людей, їх прагненнями, поглядами, мовними особливостями, з манерами спілкування. Саме комунікативні бар'єри, часто є причинами багатьох конфліктів, взаємних розбіжностей і невдоволення, як в особистій, так і в професійній сферах.

Проблема виникнення комунікативних бар'єрів у процесі спілкування, стала предметом вивчення багатьох вчених. Так, змістовий аспект поняття «комунікативний бар'єр» розкрито в працях таких науковців: Г. М. Андрєєва, Т. Ю. Базаров, В. Ф. Галигін, Л. А. Дмитрієва, Л. Новикова, З.Л. Ноліу, Б.Д. Паригін, М.О.Подимов, Л.Подлесна, Л. Шихірев, Є. В. Цуканова та ін., класифікацію психологічних та комунікативних бар'єрів проводили: Г. Гібш, Б. Поршнев, Б. Д. Паригін, М. Форверг, причини виникнення комунікативних бар'єрів досліджували науковці: А. Аронсон, Г. Гібш, В. Бенніс, Є. Залобовська, Б. Д. Паригін, К. Роджерс, В.В. Столін, Г. Шепард, М. Форверг та ін., проблемам утрудненого спілкування присвячені роботи: Є. В. Цуканової, В. Н. Куніциної, О. О. Бодальова, Г. А. Ковальова, В. А. Лабунської, Т. А. Аржакаєвої.

Труднощі під час спілкування з'являються у значній кількості випадків, тому що підліткам є досить важливо бути саме у центрі уваги та справити відповідне враження на оточення, бо саме на даному враженні будуються найперші взаємовідносини, саме між однолітками. У тому випадку, коли спілкування проходить на високому рівні, все одно в майбутньому будуть з'являтися проблеми. Саме тому підлітки досить часто, безпосередньо уникають даний процес у власному житті з причини недостатніх навичок спілкування.

Психологічні бар'єри міжособистісного спілкування можуть мати значний вплив на перебіг кризи підліткового віку. Особливо в цьому періоді життя підлітка відбуваються важливі зміни, як у фізичному, так і у психологічному плані, і вони часто потребують підтримки та розуміння оточення. Симптомами кризи є зниження продуктивності та здатності до навчальної діяльності навіть в тій області, в якій підліток обдарований. Регрес виявляється, коли задається творче завдання (наприклад, твір). Підлітки здатні виконувати, так само як і раніше, тільки механічні завдання.

Підлітки перебувають на певному роздоріжжі кризового періоду, що проходить доволі незвично та бурхливо. Батьки, роблять спроби здійснювати контроль за ними та увірватися в їх особистісний простір. Самі ж по собі підлітки хочуть відокремитись від власних батьків, та їх заборон, мати власні можливості та права. Підлітки тягнуться саме до однолітків протилежної статі. В підлітковому віці вони проводять критичну оцінку слів, вчинків, а також поведінки інших.

Другий симптом кризи – негативізм. Іноді цю фазу так і називають, фазою другого негативізму. Підліток, як би відштовхується від середовища, схильний до сварок, порушень дисципліни. Одночасно випробовує внутрішній неспокій, незадоволеність, прагнення до самотності, до самоізоляції. У хлопчиків негативізм виявляється яскравіше і частіше, ніж у дівчаток, і починається пізніше – в 14-16 років. Поведінка підлітка, під час кризи не обов'язково має негативний характер. Це криза соціального розвитку, що нагадує кризу 3 років "Я сам", тільки тепер це "Я сам" в соціальному сенсі. Характеризується падінням успішності в навчанні, зниженням працездатності, дисгармонією у внутрішній будові особи.

Під час спілкування один з одним саме в підлітків з'являються комунікативні бар'єри, з поміж яких виділяють такі:

- бар'єри емоційні;
- бар'єри мотиваційні;
- бар'єри психологічні;
- бар'єри моральні;
- бар'єри, які обумовлені саме типом темпераменту;
- бар'єри емпатійні ;
- бар'єри, що обумовлені віковими та гендерними властивостями.

Причинами виникнення бар'єрів, насамперед є:

- негативні емоції, які не сприймаються співрозмовниками;
- непорозуміння, що виникають між підлітками;
- не збіг відповідних інтересів під час комунікації між відповідними співрозмовниками;
- обмеження певного вільного фізичного простору між дорослими та собою, іншими словами неправильно сформований простір спричиняє ізолюваність;
- несприйняття зовнішнього вигляду.

Ще однією важливою причиною виникнення психологічних бар'єрів під час спілкуванні може бути, використання агресивної поведінки до власного співрозмовника. З поміж підлітків часто посилюється негативізм, демонстративна, відносно дорослих, поведінка, частими стають випадки проявів агресивності та жорстокості.

Головна особливість підлітків – це особистісна нестабільність. У цей період притаманні протилежні якості; прагнення і тенденції співіснують і борються один з одним й тим визнають суперечливий характер підлітка, який дорослішає. На перше місце виходять одноліток, спілкування з ним. Провідною діяльністю є інтимно-особистісне спілкування. В цей період підлітків тягне одне до одного і їх спілкування настільки інтенсивне, що кажуть про типову підліткову «реакцію угруповання». Для підлітків важливо мати референтну групу, цінності якої він сприймає, на чії норми оцінки та поведінки він орієнтується.

В підлітковому віці з'являються нові мотиви навчання пов'язані з розширенням знань, з формуванням необхідних умінь та навичок, які дозволяють займатись цікавою роботою, самостійною творчою працею. Важливе місце має почуття дорослості. Підліток об'єктивно не може включитися до дорослого життя, але прагне до нього і претендує на рівноправні з дорослим. Нова позиція виявляється у різних сферах, частіше у зовнішньому вигляді та манерах. Одночасно із зовнішніми об'єктивними проявами у підлітків з'являється поняття дорослості, ставлення підлітка до себе, як до дорослого. Ця суб'єктивна сторона і є центральним новоутворенням підліткового віку.

Отже, можна зробити висновок, що провідною діяльністю підліткового віку є міжособистісне спілкування, підлітки знаходяться на роздоріжжі кризового періоду, який протікає досить бурхливо та незвично.

В переважній більшості випадків, зазвичай, коли мова йде про психологічні бар'єри, то на увазі маються психічні стани, що здатні блокувати людську активність. У період кризи підліткового віку відбувається формування системи особистісних цінностей, які визначають зміст діяльності підлітка, сферу його спілкування, вибірковість відношення до людей, оцінки цих людей і самооцінку. У підлітковому віці доволі високого рівня розвитку досягають усі без виключення пізнавальні процеси. У ці ж роки відкрито проявляється абсолютна більшість життєво необхідних особистих і ділових якостей.

Причинами виникнення психологічних бар'єрів, насамперед є: негативні емоції, які не сприймаються співрозмовниками; непорозуміння, що виникають між підлітками; розбіжність відповідних інтересів під час комунікації між відповідними співрозмовниками; обмеження певного вільного фізичного простору між дорослими та собою, іншими словами неправильно сформований простір спричиняє ізоляваність.



# ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я У ЦИФРОВУ ЕПОХУ

*Ірина Давиденко*

Глухівський національний педагогічний університет  
імені Олександра Довженка, Україна  
науковий керівник: к. пед. наук, доц. Тітаренко С. А.

## ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я У ЦИФРОВУ ЕПОХУ

**Вступ.** Збереження психологічного здоров'я у цифрову епоху є важливою темою в наші часи, оскільки використання технологій стає все більшою частиною нашого життя. Тому, щоб зберігати своє психологічне здоров'я, потрібно виконувати деякі прості кроки:

1. Встановити межі. При використанні технологій важливо встановлювати межі, такі як часові рамки, після яких треба відключатися від пристроїв. Це допоможе зменшити стрес і підвищити емоційну стійкість.

2. Дотримуватися режиму дня. Важливо створювати регулярний розклад, який включає час на роботу, відпочинок і фізичні вправи. Це допоможе підтримувати психологічне здоров'я і зменшити вплив стресу.

3. Використовувати технології для покращення психологічного здоров'я. Існує багато додатків та онлайн-інструментів, які допоможуть знизити стрес і підвищити емоційну стійкість, наприклад, медитаційні додатки, онлайн-терапія і додатки для відслідковування настрою.

4. Підтримувати соціальні зв'язки. Використання соціальних мереж може допомогти у підтримці соціальних зв'язків, але важливо не забувати про реальний світ. Важливо зустрічатися з друзями та родиною, проводити час з ними і виконувати спільні дії.

5. Вести здоровий спосіб життя. Важливо дотримуватися здорового способу життя, такого як здорове харчування, фізичні вправи, достатній відпочинок та відсутність шкідливих звичок. Це допоможе зміцнити фізичне і психологічне здоров'я.

6. Визначати пріоритети. Важливо визначити свої пріоритети і планувати свій час відповідно до них. Це допоможе зменшити стрес, підвищити ефективність та зберегти психологічне здоров'я.

7. Залишатися відкритими для нового. У цифрову епоху технології швидко змінюються, тому важливо залишатися відкритими до нового та постійно вдосконалюватися. Це допоможе зберегти психологічне здоров'я і підвищити рівень самореалізації.

Збереження психологічного здоров'я у цифрову епоху вимагає постійного зусилля і планування. Важливо знаходити баланс між використанням технологій та підтримкою реальних соціальних зв'язків, відпочинку та розваг, а також між роботою та особистим життям. Зважаючи на ці кроки, можна зберегти психологічне здоров'я та відчувати себе краще в цифрову епоху.

Використання цифрових технологій є неодмінною частиною нашого сучасного життя, тому важливо вміти користуватися ними з розумінням та зберігати психологічне здоров'я. Якщо ви відчуваєте, що ваше психологічне здоров'я погіршується, не зволікайте і зверніться за допомогою до фахівця. Також не забувайте про важливість дбайливого ставлення до себе та відпочинку, щоб зберегти своє психологічне здоров'я у цифрову епоху.

Однією з можливих стратегій збереження психологічного здоров'я у цифрову епоху є баланс між онлайн та офлайн активностями. Важливо знайти рівновагу між часом, проведеним в мережі, та часом, що відведений на безпосередні комунікації з реальними людьми, фізичними вправами, творчими заняттями тощо.

Також необхідно бути свідомим своїх власних психологічних реакцій на цифрові технології та активно контролювати їх вплив на наше здоров'я. Деякі люди можуть відчувати занадто велику залежність від соціальних мереж або інших онлайн додатків, що може викликати почуття тривоги, депресії або самотності. Якщо ви відчуваєте симптоми таких реакцій, потрібно зважити на власні потреби та зменшити час, проведений в мережі.

Додатково, важливо бути уважним до власних соціальних зв'язків у мережі. Багато людей відчують себе нещасними через те, що порівнюють своє життя з ідеалізованими образами життя інших людей в соціальних мережах. Варто пам'ятати, що це лише образи, а не реальність, та використовувати соціальні мережі як засіб для спілкування та знайомства з новими людьми, а не як засіб порівняння.

Нарешті, важливо пам'ятати, що психологічне здоров'я є комплексним поняттям, що об'єднує фізичні, емоційні та соціальні аспекти нашого життя. Тому, окрім зменшення використання цифрових технологій, важливо також дбати про своє фізичне здоров'я, займатися спортом, правильно харчуватися та отримувати достатню кількість сну. Для збереження психологічного здоров'я можна також скористатися різними техніками релаксації, такими як медитація, йога, дихальні вправи тощо.

Крім того, важливо дбати про якість своїх онлайн-відносин та комунікації. Це можна зробити, зокрема, шляхом вибору позитивних та підтримуючих спільнот у соціальних мережах та сприяння їх розвитку. Важливо вміти вибирати, з ким спілкуватися в мережі, та вміти підтримувати грані між своїм приватним та публічним життям.

Також можна скористатися професійною підтримкою у разі, якщо ви відчуваєте великий стрес або інші емоційні труднощі. Психологічна консультація або терапія можуть допомогти вам зрозуміти свої емоції, знайти способи їх контролювання та розвивати стратегії збереження психологічного здоров'я в цифрову епоху.

Узагалі, важливо знайти баланс між цифровим та офлайн життям, пам'ятати про свої потреби та дбати про своє фізичне та психологічне здоров'я. Знання та свідоме використання цифрових технологій можуть допомогти нам підтримувати здоровий баланс у житті, а не ставати його жертвою.

Треба усвідомити, що цифрові технології можуть бути корисним інструментом для збереження психологічного здоров'я. Наприклад, онлайн-терапія може бути зручним та доступним рішенням для тих, хто не може або не хоче зустрічатися з терапевтом особисто. Також існує багато корисних мобільних додатків, які допомагають з управлінням стресом, анкети для відстеження настрою та багато іншого.

Необхідно також пам'ятати про важливість культури безпеки в інтернеті та використання цифрових технологій з обережністю. Для цього можна використовувати паролі, шифрування та інші заходи для захисту особистих даних та інформації. Також варто уникати онлайн-викрадення особистості, фішингу та інших шахрайств, які можуть завдати шкоди як фізичному, так і психологічному здоров'ю.

Окрім цього треба звернути увагу на такі питання:

1. Використання соціальних мереж. Соціальні мережі можуть бути корисними, але вони також можуть завдати шкоди психологічному здоров'ю, особливо якщо вони використовуються занадто часто або неправильно. Наприклад, порівняння себе з іншими людьми, яке часто відбувається в соціальних мережах, може призвести до почуття незадоволення своїм життям і самооцінки. Тому важливо використовувати соціальні мережі з обережністю, дотримуючись здорового балансу та відстежування свого емоційного стану.

2. Використання гаджетів. Користування гаджетами може викликати напруження очей та шийних м'язів, біль у зап'ястях, а також зниження якості сну. Тому важливо використовувати гаджети з обережністю, дотримуючись правильної постави та періодичних перерв в роботі.

3. Використання інтернету для отримання інформації. Інтернет містить безліч інформації, але не всю треба вважати правдивою. Тому важливо використовувати надійні джерела та перевіряти інформацію перед тим, як вважати її правдивою.

4. Контроль за часом, витраченим в інтернеті. Важливо контролювати час, витрачений в інтернеті, та визначити, коли він перетворюється на шкідливу звичку. Наприклад, якщо час, витрачений в інтернеті, заважає виконанню робочих або навчальних завдань, то це може бути знаком того, що потрібно змінити свої звички.

**Висновок.** Отже, збереження психологічного здоров'я в цифрову епоху потребує уважного стеження за своїм емоційним станом та здоровим балансом використання цифрових технологій. Необхідно бути уважним зі своїм використанням соціальних мереж, гаджетів та інтернету, а також звертати увагу на достовірність інформації, яку ми отримуємо в мережі. Також важливо встановлювати чіткі межі між роботою та особистим життям, використовувати

можливості цифрових технологій для поліпшення свого здоров'я та благополуччя, наприклад, для здійснення вправ, медитації, спілкування з друзями та близькими, а також для отримання якісної медичної допомоги та психологічної підтримки.

*Ольга Зіборова*

Південноукраїнський національний педагогічний університет  
імені К. Д. Ушинського, Україна  
наук. керівн.: док. псих. наук., проф. Фурман А.А.

## **ЦИФРОВІ ТЕХНОЛОГІЇ У ЗБЕРЕЖЕННІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я МАТЕРІВ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ**

**Вступ.** Психотравма матері при народженні та вихованні дитини з особливими потребами є однією з найсильніших травм у житті жінки, ця подія порушує психологічне здоров'я особистості та існуючі способи взаємодії з довкіллям. Стиль материнського ставлення (МС) з дитиною теж формується в жорстких умовах психотравми. Для розвитку та соціалізації дитини в умовах травми та ПТСР мати повинна здійснити перегляд та перебудову смислів, цілей, опанувати травму, створити новий стиль МС. Зазначені завдання потребують корекції МС та допомоги фахівців, що може бути недосяжним для усіх матерів в умовах війни. Особливу актуальність в наш час набувають дослідження впливу нових технологій інформаційного простору, що сприятимуть покращенню умов доступності матерів до сучасного соціального досвіду в напрямку опанування психотравми а ПТСР при вихованні дитини з особливими потребами.

Основною метою даного дослідження є: дослідити вплив цифрових технологій на збереження психологічного здоров'я матерів дітей з особливими потребами. Завдання: виявити проблеми психосоціального функціонування жінки в ролі матері дитини з особливими потребами; розглянути вплив інформаційних технологій на сприйняття матері психотравми від порушень розвитку дитини; визначити ефективні технології цифрового медіапростору щодо оптимізації стилю МС матері дитини з особливими потребами.

Материнське ставлення (МС) – інтегральна характеристика, що визначає формування ядра особистості дитини та способи її взаємодії з довкіллям. При порушеннях розвитку дитини мати отримує психотравму – що розглядається у сучасних дослідженнях як складне захворювання, порушує психологічне здоров'я та поведінку особистості. Складається парадоксальна ситуація – дитина, яка має аномалії розвитку, потребує особливої уваги та повноцінної емоційної взаємодії з матір'ю, виховує мати, яка є травмованою та нездатною моделювати оптимальну поведінку. Проведена діагностика стилю МС у 60 матерів особливих дітей за авторським опитувальником ОМС (О.О. Зіборова, Т.В. Дегтяренко) показала, що лише у 35% матерів виявлено адекватний стиль МС. Це показує що для більшості матерів дітей з особливими потребами для подолання дефіцитарності материнсько-дитячої взаємодії необхідна допомога команди фахівців по наданню інформаційної, психологічної та соціальної підтримки. Діагностика психічних станів матерів за методиками Г. Айзенка та Л.І. Вассермана показала, що на фоні високих рівнів тривожності, агресивності та ригідності жінок, які неадекватно ставляться до дитини, виокремлюють ще більш високі рівні фрустрації, що показує невизначеність смисложиттєвої орієнтації почуття ізольованості та гостру потребу у підтримці. В умовах війни можливість отримати допомогу фахівців зменшена. Матері можуть перебувати на самоті з протиріччями взаємодії з дитиною та з оточенням, що загострює проблеми соціалізації дитини з порушеннями розвитку. В реаліях сучасного інформаційного простору стрімко розвиваються нові технології соціально-психологічної підтримки матерів дітей з аномаліями розвитку. Зазначені технології не потребують проведення таборів корекції поведінки, тренінгів та семінарів, але являються дієвим способом інтеграції проблем особливих дітей у соціум завдяки масштабності поширенням, емоційному впливу та доступності. В соціальних мережах поступово збільшується об'єм контенту, що відображає життєві історії та проблеми людей з особливими потребами, схвалення та підтримку їх стійкості, за словами П. Тиллиха «мужності бути всупереч». Матері дивлячись сюжети про особливих дітей відчують прийняття та увагу з боку людей.

Розглянемо як це впливає на психотравму та її переживання. В дослідженні О.О. Зіборо-вої [1] виявлено наступні компоненти психотравми матері: порушення еволюційно-очікуваного образу дитини; дефіцит позитивних емоцій; руйнування існуючих цілей, смислів та мотивів; відсутність соціального схвалення та підтримки; страх негативного ставлення до себе та до дитини. Під впливом спеціального контенту гуманістичної спрямованості рівень негативного сприйняття матер'ю порушень образу дитини зменшується, позитивні сюжети підвищують емоції матері у взаємодії з дитиною, жінка отримує імпульс до перегляду цілей, смислів та мотивів поведінки. Історії та сюжети відеороликів демонструють схвалення та підтримку сімей, в яких виховуються діти з особливими потребами, страх негативного ставлення збоку оточення у матерів зменшується, тобто зменшуються прояви психотравми. Під впливом інформаційних технологій здійснюється трансформація переживання травми: зменшується рівень загроз ситуації та й усвідомлення ситуації поширено від перегляду багатьох позитивних сюжетів. Під зовнішнім емоційним впливом у матері формується внутрішній емоційний відгук, результат переживання – прийняття ризику бути разом з дитиною, яка має особливі потреби. Прийняття ризику бути разом з дитиною – це головний вчинок матері, який вона протиставляє психотравмі. Саме баланс двох процесів – травми та вчинку прийняття дитини визначає особливості МС при аномаліях розвитку дитини та рівень збереженості психологічного здоров'я матері. Контент, що містить позитивно забарвлені сюжети сприяє завершенню жінкою переживання, обранню активних копінг-стратегій та формуванню життєвої програми матері. В дослідженнях Р. Берона, К. Ойстера та інш. авторів доведено, що оптимальним способом впливу на особистість є вплив цілісної групи, ознаки якої: загальні цілі, значущість групи для її членів, взаємодія членів групи, схожість між членами групи, спільна доля. Інноваційна цифрова технологія визначення культурних норм поведінки жінки в ролі матері дитини з відхиленнями розвитку виконує функції віртуальної цілісної групи, що потрібна жінкам даної категорії для опанування психотравми та формування оптимального стилю МС.

Взаємодія у віртуальній цілісній групі надає жінкам наступне: задовольняє базову потребу в приналежності до певної соціальної групи; зменшує загрозу ізоляваності особистості; надає емоційну підтримку матерям особливих дітей; взаємодія в групі формує у жінок почуття залученості до соціального життя; надає можливість для спілкування без страху оцінки, якщо полягає в основі міжособистісного спілкування; реалізує самоідентифікацію жінки, що є умовою для інтеріоризації нових цінностей її особистості; формує у жінок нові індивідуальні цілі та установки що засвоюються ефективно як соціальний досвід групи; надає можливість задовольняти природну материнську потребу жінки – не соромитися власної дитини, розмовляти про неї та пишатися досягненнями дитини; допомагає подолати стереотипи негативного ставлення оточення до особливої дитини та очікування небажаного ставлення до неї від оточуючих.

Результатом емоційного співпереживання постає підвищенням життєстійкості та активності, альтруїзму та самопрезентації через створення власного блогу, в якому матері розповідають про власне життя та звертають увагу суспільства на проблеми дітей з особливими потребами. Блогінг ґрунтується на основних механізмах соціально-психологічної взаємодії, серед яких найбільш дієвим для матерів дітей з особливими потребами є залучення до соціального досвіду, утримання та створення соціальних зв'язків, психотерапевтична функція, само-розкриття, самопрезентація, переживання та згуртованість. Проведені дослідження цінностей та потреб блогерів займають матеріальне благополуччя та популярність, але ж потреба в увазі та позитивних взаєминах, що є найважливішим для матерів, теж важливі для блогерів. Блогінг матерів дітей з особливими потребами змінює переживання психотравми матері, у спілкуванні жінкам створює акцент на послаблення негативних афектів травми для інших та послаблює вплив травми для себе, тому формування стилю МС здійснюється при послабленні жорстких умов ситуації. У передачі власних нарративів через уявлення про себе як про стійку особистість, що здатна опанувати травму, створити вчинок прийняття дитини з порушеннями розвитку та здійснити розвиток дитини. При трансляції даних цінностей та здатностей людина й сама постає більш впевненою в собі, розкриває особистісний потенціал формування оптимального стилю МС. Спілкування у віртуальних групах, емоційне співпереживання підтримує багатьох матерів дітей з особливими потребами, що сприятиме створенню реальних груп спілкування та підтримки, громадських організацій та благодійних фондів. Через цифрові техно-

логії проблеми матерів дітей з особливими потребами поширюються у соціум та впливають на соціо-культурні установки, що може бути предметом подальшого дослідження.

**Висновок.** Особливості материнсько-дитячої взаємодії як детермінанти виховного процесу визначаються соціо-культурними нормами сучасності. При аномаліях розвитку дитини мати отримує психотравму, що порушує її психологічне здоров'я, формування стилю материнського ставлення, створює дефіцитарність материнсько-дитячої взаємодії. Для опанування психотравми та ПТСР матері потрібна емоційна, інформаційна та соціальна підтримка, доступ до якої не завжди є можливий під час війни. Суттєву допомогу у подоланні психотравми, отриманні доступу до соціального досвіду та соціальних зв'язків в наш час матері отримують у медіапросторі. Трансляція сюжетів, відображаючи суспільно-соціальні етапи долає ізольованість та формує ознаки соціальної ролі матері особливої дитини. Результатом впливу цифрових технологій взаємодії постає послабленню негативних афектів травми, компенсація дефіциту материнсько-дитячої взаємодії та формування більш адекватного стилю материнського ставлення.

Серед матерів дітей з особливими потребами в останній час поширюється технологія блогінгу. Матері створюють власні блоги через які розповідають людям проблеми виховання особливих дітей безпосередньо з поля травми. Сучасна блогосфера є дієвим способом впливу на особистість та на суспільство в цілому. У власному блозі матері діляться з іншими жінками, які виховують дітей з особливими потребами досвідом переживання психотравми та способами моделювання адекватної взаємодії з дитиною та з довкіллям. Таким чином блогінг постає однією з ефективних технологій оптимізації стилю материнського ставлення, соціалізації матері та її дитини, яка має порушення розвитку.

#### *Література:*

1. Зіборова О. О. Протиріччя соціальної ролі матері дитини з особливими потребами (The contradiction in the social role of the mother of a child with special needs). Науковий журнал «Psychology and Behavioral Sciences» Volume 11, Issue 5, 2022. PP. 169-173.
2. Кокоріна Ю. Є., Морару Д. І. Емпіричне дослідження структури ціннісно-потребової сфери блогерів. Габітус № 31, 2021. С. 101-107.

*Наталія Козут*

*кафедра теоретичної та практичної психології*

Національний університет «Львівська політехніка», Україна

наук. керівник: д. псих. н., проф. каф. Карпенко З. С.

## **ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ В ЕПОХУ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

На сьогоднішній день цифрові технології та онлайн середовище займають провідну та важливу нішу у нашому житті, є невід'ємною його частиною, що у свою чергу зумовлює необхідність посилення уваги до збереження психологічного здоров'я у цифрову епоху, особливо у молодого покоління. Молодь активно використовує цифрові засоби комунікації, такі як соціальні мережі, месенджери, мобільні додатки, різні онлайн форуми.

Вплив соціальних мереж на психічне благополуччя молоді, позитивні та негативні аспекти: відчуття приналежності та підтримки, залежність від соціальних мереж, доступність інформації, перевантаження інформацією, вплив постійної зв'язності та порівняння з іншими, соціальна взаємодія із реальним життям.

Ефект "постійного з'єднання": вплив постійної наявності смартфонів на психологічний стан молоді. Соціальні мережі можуть створювати ілюзію ідеального життя, де люди демонструють свої найкращі моменти. Це може викликати негативну самооцінку та порівняння з іншими, що призводить до стресу, депресії та тривожності у молодих людей.

Цифрова втома та стрес – надмірне витрачання часу на цифрові пристрої, постійне перебування у соціальних мережах, інформаційне перевантаження. Симптоми цифрової втоми та

стресу: роздратованість, знижена концентрація, відстороненість від суспільства, проблеми зі сном та втома, тривога.

Для збереження психологічного здоров'я необхідне здорове та правильне використання цифрових технологій, включаючи встановлені цифрові перерви, налагодження балансу між реальним та віртуальним світом, перевірка інформаційного потоку, практика медитацій та технік глибокого дихання.

Необхідність захисту своєї приватності та кібербезпека. Це включає в себе ознайомлення із своїми правами щодо приватності та захисту особистих даних, бути свідомим, яку інформацію розміщувати на інтернет просторах і де вона використовується, створення та використання у своїх онлайн-акаунтах сильних паролів, підключення до безпечних та захищених мереж wi-fi, регулярне оновлення програмного забезпечення, уникнення підозрілих посилань або вкладень в електронних листах, нерозголошення особистих даних невідомим людям або на ненадійних веб-сайтах, усвідомлення ризиків під час віртуальних знайомств. Загальним принципом цифрової приватності та кібербезпеки молоді є усвідомлене та обережне користування цифровими технологіями.

У разі необхідності, молодим людям слід мати доступ до професійної психологічної допомоги. Інтернет може бути корисним інструментом для пошуку інформації про психологічне здоров'я та доступу до онлайн-консультування, але важливо наголосити на необхідності професійної підтримки в складних ситуаціях. Онлайн-платформи, електронна пошта, чати, відеоконференції забезпечують зручний та конфіденційний спосіб отримання професійної підтримки від психологів. Існують різноманітні мобільні додатки, які містять психологічні вправи, медитації та інші корисні інструменти для підтримки психологічного здоров'я. Також участь у спеціалізованих онлайн-спільнотах та форумах, присвячених психологічному здоров'ю, може бути корисним для молоді. Тут вони можуть обмінюватися досвідом, знайомитися з іншими людьми, що знаходяться у подібних ситуаціях, та отримувати підтримку від спільноти. Важливо надати доступ молоді до якісних та достовірних освітніх ресурсів про психічне здоров'я. Інтерактивні веб-сайти, відеолекції, блоги та статті можуть надати інформацію, поради та підтримку для молоді, яка шукає допомоги.

Легка доступність до великої кількості інформації в інтернеті може бути забарвленою дезінформацією, що може викликати психологічні проблеми. Молодим людям варто вчитися критично оцінювати джерела інформації та перевіряти їх достовірність. Розвиток навичок медійної грамотності є важливим компонентом збереження психологічного здоров'я.

Збереження психологічного здоров'я молоді у цифрову епоху є важливим завданням і має як позитивні, так і негативні аспекти. З одного боку, цифрові технології надають доступ до безлічі інформації, забезпечують спілкування та підтримку через соціальні мережі, спрощують розваги та навчання. Вони можуть сприяти зростанню самооцінки, розвитку творчих навичок та навичок розумової працездатності. З іншого боку, використання цифрових пристроїв може призводити до негативних наслідків для психічного здоров'я молоді. Залежність від соціальних мереж, постійне перебування в онлайн-середовищі, використання комп'ютерних ігор можуть спричиняти зниження настрою, соціальну ізоляцію, зниження самооцінки та збільшення ризику розвитку депресії, тривожних розладів і інших психічних проблем. Молодим людям потрібно навчитися знаходити баланс між віртуальним світом та реальним життям, розвивати навички цифрової грамотності, підтримувати емоційне благополуччя, зберігати якісні міжособистісні взаємини та обмежувати використання соціальних медіа. Тільки з цими підходами молодь зможе ефективно пристосовуватися до цифрової епохи, зберігати своє психологічне здоров'я та досягати успіху у різних сферах свого життя.

#### *Література:*

1. Przybylski, A. K., Weinstein, N., & Murayama, K. (2017). Internet gaming disorder: Investigating the clinical relevance of a new phenomenon. *American Journal of Psychiatry*, 174(3), 230-236.
2. Rosen, L. D., & Carrier, L. M. (2015). *iDisorder: Understanding Our Obsession with Technology and Overcoming Its Hold on Us*. Palgrave Macmillan.

3. Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood—and What That Means for the Rest of Us*. Atria Books.
4. Канишевська, Л.В., & Шахрай, В.М. (2022). Особливості виховання в школі і сім'ї в умовах цифровізації. Перспективи та інновації науки. Педагогіка. Психологія. Медицина.
5. Кібербезпека в інформаційному суспільстві (2020). Інформаційно-аналітичний дайджест, No 5. Київ: Науково-дослідний інститут інформатики і права Національної академії правових наук України, Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського.
6. Концепція виховання дітей та молоді в цифровому просторі /Національна академія педагогічних наук України. – Київ: «Інтерсервіс», 2022. -51 с.
7. Струтинська О.В. Особливості сучасного покоління учнів і студентів в умовах розвитку цифрового суспільства. О.В.Струтинська // Відкрите освітнє е-середовище сучасного університету: електронне наукове фахове видавництво. – 2020. – #9. – с.145-160.

*Каріна Перець*  
*кафедра теоретичної та практичної психології*  
 Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
 наук. керівник: канд. псих. наук, доц. Лідія Орищин-Буждиган

### **ОСОБЛИВОСТІ ДІЯЛЬНОСТІ КОМІСІЇ З ЕТИКИ ТОВАРИСТВА ПСИХОЛОГІВ УКРАЇНИ ТА ЇЇ ЗНАЧЕННЯ У ЗБЕРЕЖЕННІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я**

**Вступ.** Психологи є особами, професійним обов'язком котрих є забезпечення психічного здоров'я клієнтів. Але на сьогодні, на жаль, зростає кількість випадків порушення прав та інтересів клієнтів, що звертаються за психологічною допомогою в Україні. Разом з тим, існують відкриті питання надання психологічних послуг особами, що не отримали необхідної базової психологічної освіти, а це, створює додаткові проблеми та ризики для забезпечення необхідних умов підтримки психологічного здоров'я особистості. Саме тому етичні питання є надзвичайно важливими у роботі психологів, а проблематика функціонування Комісії з етики Товариства психологів України є важливою темою. На даний час вона є єдиним інструментом професійного збереження психологічного здоров'я клієнта. Проте існує велика кількість питань до особливостей роботи цієї комісії, можливостей звернення до її членів та ефективності діяльності. Отже, актуальність цієї теми полягає в необхідності забезпечення якісної психологічної допомоги в Україні та збереження здоров'я населення. Вирішення етичних питань має пріоритетне значення для розвитку психологічної науки, тому важливим розгляд проблематики функціонування Комісії з етики Товариства психологів України.

В українському осередку науковців етичні дилеми у практиці психологічної допомоги досліджували В. Горбунова, М. Забротський, В. Климчук та ін. Інформацію щодо концепції розвитку охорони психічного здоров'я можна знайти на офіційному сайті Верховної ради України. Історію становлення етичних кодексів психолога у світі та в Україні розглядає Т. Колтунович.

Етичний кодекс психолога [8] було затверджено на I Установчому з'їзді Товариства психологів України 20 грудня 1990 року в м. Києві. У ньому розміщені етичні норми, правила поведінки, що регулюють функціонування психолога. Проте варто звернути увагу на рік затвердження і відсутність поновлення пунктів, тобто можна поставити під сумнів актуальність таких важливих положень. Звідси також можна дізнатись про засновану Товариством психологів України Комісію з етики, яка в ідеалі повинна була проводити роботу, спрямовану на тлумачення Етичного кодексу, здійснювати контроль його додержання, забезпечувати сприйняття цього Кодексу як зобов'язання, як важливого акту законодавства. Також етичні правила дослі-

джен вказують на те, що перед тим як проводити певні експерименти, психолог повинен отримати дозвіл Комісії.

За порушення Етичного кодексу на психолога можуть накладатися стягнення, попередження, виключення з Товариства, проте порушник не притягується до юридичної відповідальності, недотримання може лише викликати осуд колег та суспільства.

Але важливо уточнити, що відповідні рішення можуть бути накладені лише на членів Товариства психологів України, тобто ті спеціалісти, які туди не входять можуть бути не контрольовані. Є інформація, що у разі виявлення порушень психологами, які не є членами Товариства, Комісія з етики звертається до громадських організацій чи державних установ, щоб ті вжили заходи проте такі випадки не мають широкого розголосу і не відомо як це відбувається і чи відбувається взагалі.

В. Горбунова окреслює, проблему того, що в Україні не існує жодного всеукраїнського офіційного керівництва по роботі з етичними дилемами, а дійсний кодекс професійної етики (Товариства психологів України) не містить необхідної інформації на цю тему[1].

Під час пошуку у Єдиному державному реєстрі юридичних осіб та фізичних осіб-підприємців[4] інформації про Товариство психологів України офіційного сайту чи контактів для зв'язку не було виявлено. Лише відомо те, що зареєстроване воно 14.08.1996 року керівником Максименко Сергієм у м. Київ та є не прибутковою організацією.

Відомо, що в Україні функціонує велика кількість товариств, студій та об'єднань психологів в межах яких функціонують певні правила, в тому числі етичні, проте відсутність загальної етичної комісії для усіх спеціалістів цієї сфери породжує проблему централізованого вирішення дилем. До того ж, в Україні досі не відпрацьована система ліцензування та сертифікації, що теж має регресивний вплив на процес надання психологічної допомоги.

На прикладі Національної психологічної асоціації – громадської спілки, професійного об'єднання фахових психологів, національного представника України в Європейській федерації психологічних асоціацій можна прослідкувати як відбувається контроль за етичними питаннями в межах однієї діючої організації [5].

Створення Національної психологічної асоціації (НПА) вийшло з ініціативи Бурлачука Олега, 8 грудня 2011 року. У 2017 році туди увійшли 5 асоціацій: Всеукраїнська психодіагностична асоціація, Всеукраїнська Арт-терапевтична асоціація, Українська асоціація Транзакційного аналізу, Інститут клієнт-центрованої та експерієнтальної психотерапії та Київська асоціація практикуючих психологів та психотерапевтів у якості асоційованого члена. На кінець 2021 року Національна психологічна асоціація налічує понад 1 тисячу членів. З грудня 2020 року НПА є офіційним партнером з реалізації проекту «Психічне здоров'я для України» та координує процес розробки законодавства в сфері психічного здоров'я.

З 11 лютого 2022 року у НПА запрацювала Етична комісія(ЕК). Бачимо, що це відбулось зовсім недавно навіть у такій потужній асоціації. До її складу входять 5 членів, обрані радою терміном на 4 роки: голова, заступник голови (представник з питань етики наукових досліджень), представник з міжнародних зв'язків, представник з питань зв'язків із ЗМІ, секретар та контактна особа етичної комісії НПА.

До цієї Етичної комісії можуть звернутись психологи члени НПА та клієнти психологів, які є членами НПА. Тобто прослідковується обмеження в тому, що членів-психологів НПА лише близько тисячі, а що робити клієнтам психологів, які не входять до НПА – невідомо.

Перший пункт кодексу “психолог несе особисту відповідальність за свою роботу”, навряд чи є ефективним, тому важливим для психології є зв'язок професійної етики з законодавством країни. Оскільки одне з основних завдань держави – правове забезпечення охорони прав і свобод людини, то цілком логічним буде звернення громадянина до правоохоронних органів чи суду з приводу приниження гідності, порушення меж недоторканості особи або ушкодження її психічного чи фізичного здоров'я у результаті непрофесійних дій психолога.

Наприклад, Генеральна прокуратура України на Всеукраїнській конференції прокурорів в 2017 році затвердила на законодавчому рівні Кодекс професійної етики та поведінки прокурорів [3]. Аналогічно можливим вирішенням даної проблеми може бути створення за ініціативи МОЗ або завдяки силам з'їзду психологів України загального органу, що міг б створити новий та актуальний Кодекс психолога України а також національну комісію.



У грудні 2017 року Кабінетом Міністрів України була схвалена Концепція розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року. Одним з пунктів тут є «забезпечення ефективного контролю за дотриманням прав людини в системі охорони психічного здоров'я» та зазначається, що «...значна частина ініціатив у цій системі здійснюється громадськими об'єднаннями без системного підходу та без необхідного контролю щодо якості, етичності та безпеки». Це підкреслює необхідність широкого огляду цієї теми та пошук ефективних рішень [7].

6 жовтня 2021 року Кабінет Міністрів України затвердив План заходів із реалізації Концепції розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на 2021-2023 роки [6]. Серед великої кількості запланованих заходів можна виділити такі: «Проведення моніторингу стану надання послуг у сфері охорони психічного здоров'я», термін виконання якого до вересня 2023 року, а відповідальні за виконання МОЗ, МОН, Мінсоцполітики, НСЗУ, Уповноважений Верховної Ради України з прав людини (за згодою), міжнародні та громадські організації (за згодою) та «Перегляд законодавства, що регулює питання щодо надання послуг з охорони психічного здоров'я, та розроблення пропозицій щодо внесення змін з метою приведення його у відповідність з вимогами міжнародного права з прав людини», термін виконання якого був до березня 2022 року, а відповідальними особами призначені МОЗ, Мін'юст, Мінсоцполітики, МЗС, МОН, Уповноважений Верховної Ради України з прав людини (за згодою), Національна академія педагогічних наук (за згодою), міжнародні та громадські організації (за згодою). Інформації про звіт виконаної роботи не було виявлено, яким чином це відбувається, кому надається інформація про результати та кого саме моніторять невідомо.

Порівнюючи з закордонною практикою врегулювання роботи психологів можна помітити суттєві переваги в організації контролю. Наприклад, в Німеччині існує система етичного регулювання діяльності психологів та дослідницької практики. На державному рівні діють дві комісії, повноваження яких охоплюють усі організації та приватних осіб, що практикують у галузі психології: Комітет з етики при Професійному союзі німецьких психологів та Комісія з етики Німецької спілки психологів. Комісія та Комітет спільно розробляють етичні норми та принципи, стежать за їх дотриманням, накладають стягнення за порушення професійної етики та беруть активну участь у судових розглядах відповідних справ. До того ж в країні діють два закони: Закон про психологів та Закон про психотерапію.

У США регулювання психологічної практики здійснюється має Американською психологічною асоціацією. При ній діє Комітет з наукової і професійної етики, основною метою якого є розробка етичних принципів, аналіз практики психологів та надання дозволів, в тому числі, і на дослідницьку діяльність. При кожному університеті діють комісії, які аналізують плани та протоколи експериментальних досліджень викладачів і студентів щодо їх відповідності етичним нормам АПА. Схожі комісії функціонують при лікарнях, школах, соц. службах та інших установах де працюють психологи. Також функціонує Кодекс професійної етики та практики, що містить етичні вимоги щодо проведення психологічних досліджень, їх відповідності закону та юридичним нормам [9].

**Висновок.** Робота Комісії з етики Товариства психологів України могла б мати велике значення у збереженні психологічного здоров'я особистості за умови її прозорого функціонування. Проте в ході аналізу проблематики було виявлено багато недоліків та труднощів в розумінні забезпечення контролю психологічної діяльності, тому дана тема потребує подальшого дослідження та прийняття необхідних заходів.

#### *Література:*

1. Горбунова В.В. Етичні дилеми у практиці психологічної допомоги. Практична психологія та соціальна робота. № 8, 2008. С. 3-5
2. Заброцький М. М. Етичні та правові аспекти роботи практичного психолога у закладах освіти. Особистісні освітні потреби в системі післядипломної педагогічної освіти: науково-методичний збірник. Житомир-Київ: ЖОШПО, 2005. С. 43-47.
3. Кодекс професійної етики та поведінки прокурорів URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/n0001900-17>.
4. МінЮст. Єдиний державний реєстр юридичних осіб. URL: <https://usr.minjust.gov.ua/content/free-search>.

5. Національна психологічна асоціація України. URL: <https://www.npa-ua.org>.
6. Про затвердження плану заходів на 2021-2023 роки з реалізації Концепції розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року. URL: <http://surl.li/jixst>.
7. Про схвалення Концепції розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року. URL: <http://surl.li/hxozd>.
8. Товариство психологів У. Етичний кодекс психолога. URL: <http://surl.li/tejy>.
9. Ethical Principles of Psychologists and Code Of Conduct APA URL: <http://www.apa.org/ethics>.

*Дарія Петрацак*

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, Україна  
наук. керівник: доц. Поліщук О. М.

## **ПРОБЛЕМА ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПСИХОЛОГІЇ**

Професійне вигорання – це комплексна проблема, яка може виникати у будь-якій професійній сфері і є серйозною проблемою у психології, оскільки працівники у сфері психічного здоров'я, такі як психологи, психотерапевти, консультанти, соціальні працівники та інші, ризикують стати жертвами цього стану. Це може статися через те, що їх робота пов'язана з високим рівнем стресу та емоційним навантаженням, а також через високі очікування щодо їхньої ефективності та результативності [2; 196].

Одними з найбільш відомих науковців, які займалися дослідженням професійного вигорання, є: Крістіна Маслач (Christina Maslach) – американська психологиня, відома своїми дослідженнями професійного вигорання та розробкою першої шкали для його вимірювання.

Майкл Літер (Michael P. Leiter) – професор психології в Університеті Гарварда, відомий дослідженнями професійного вигорання в організаціях; Карлос Сільвестріні (Carlos F. Salas) – професор психології в Університеті Каліфорнії в Лос-Анджелесі, який досліджує професійне вигорання серед медичних працівників; Річард Бойд (Richard Boyatzis) – професор управління в Кейс-Вестерн Резервному Університеті, який досліджує професійне вигорання в контексті лідерства та менеджменту; Сабіна Клейнер (Sabine Kleiner) – соціолог, яка досліджує професійне вигорання в контексті соціальної роботи.

Ознаками професійного вигорання може бути: відчуття безнадії та безпорадності; зниження ефективності та продуктивності; відчуття виснаження та втоми навіть після довгого відпочинку; відчуття відчуженості та відокремленості від інших людей; погіршення емоційного стану, як тривожність, депресивність, песимістичність тощо [4; 13-18].

Насамперед важливо розуміти, що професійне вигорання не є ознакою слабкості або нестачі здібностей, а є наслідком продовженої стресової роботи та вимог до продуктивності. Тому важливо вчасно виявляти та лікувати професійне вигорання, щоб забезпечити належний рівень функціонування працівника та його професійного розвитку.

Існують різні способи запобігання та лікування професійного вигорання, включаючи зміну робочих умов, підтримку та співпрацю з колегами та керівництвом, введення регулярних перерв у роботі, підтримку фізичного та психічного здоров'я працівника та інші заходи [3; 20-23]. Тому важливо ретельно планувати робочий графік та обов'язки, встановлювати реалістичні цілі та очікування, забезпечувати належну підтримку та співпрацю між колегами та керівництвом, підтримувати фізичне та психічне здоров'я працівника, використовувати техніки управління стресом та інші методи.

Для попередження професійного вигорання у психології важливо дбати про своє фізичне та емоційне здоров'я. Також важливо пам'ятати, що психологи та інші працівники у цій сфері мають право та навіть повинні доглядати за своїм фізичним та емоційним здоров'ям так само, як і за здоров'ям своїх клієнтів. Оскільки виснажений психолог – це небезпечний психолог [1; 904].

Окрім цього, важливо бути уважним до можливих факторів, які можуть сприяти виникненню професійного вигорання. До таких факторів можуть належати: надмірне робоче

навантаження, недостатня підтримка з боку керівництва та колег, недостатня оплата, труднощі у взаєминах з клієнтами, токсична робоча атмосфера тощо.

В загальному, професійне вигорання є серйозною проблемою для психологів та інших працівників, і важливо дбати про своє фізичне та емоційне здоров'я, а також бути уважним до можливих факторів, які можуть сприяти виникненню професійного вигорання.

#### *Література:*

1. Гігієна праці : підручник / [Ю. І. Кундієва, О. П. Яворовського, А. М. Шевченко та ін.]. – К. : ВСВ «Медицина», 2011. -904 с
2. Культура здоров'я особистості : курс лекцій / [І. О. Олеандер, В. С. Ерушко, Т. І. Бережна та ін.]. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2010. – 196 с
3. Культура здоров'я персоналу та синдром психоемоційного «вигорання»: стратегія і тактика подолання / О. Матвієнко, М. Пересадін, Є. Андросов // Головна медична сестра. – 2007. – № 6. – С. 20-23.
4. Синдром професійного вигорання в сімейній медицині: шляхи діагностики та профілактики / [М. М. Островський, М. В. Франко, З. Й. Остальська та ін.] // Практична медицина. – 2008. – № 4. – С. 13-18.

*Анна Сокрута*

Сумський державний університет, Україна  
наук. керівн.: докт. псих. н., доц. Улунова Г. Є.

### **ПСИХІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ (ВПО)**

Психічне благополуччя є одним із ключових факторів, що впливає на якість життя людини та її соціальну адаптацію. В умовах збройної агресії рф проти України, яка призвела до значних змін в житті та діяльності місцевого населення, питання психічного благополуччя стає особливо актуальним. Метою даної роботи є вивчення психічного благополуччя в осіб ранньої дорослості, які змушені були змінити місце постійного проживання. Для досягнення мети роботи поставлені такі завдання: визначити теоретичні засади вивчення психічного благополуччя особистості; дослідити психічне благополуччя осіб, що змінювали та не змінювали місце проживання внаслідок озброєної агресії рф проти України; порівняти результати дослідження. У межах даної роботи ми висунули наступну гіпотезу: особи ранньої дорослості, що змінили місце проживання через збройну агресію рф проти України, мають нижчий рівень психічного благополуччя порівняно з тими, хто не змінював місце проживання.

Почнемо із визначення основного поняття «психічне благополуччя». Всесвітня організація здоров'я користується наступною дефініцією: «Психічне благополуччя – це загальний рівень психологічного функціонування людини та ступеня, до якого вона здатна реалізувати свій потенціал, справлятися зі звичайними життєвими стресами, продуктивно та плідно працювати та робити внесок у суспільство» [4]. Конкретизуючи вищесказане, ми визначаємо психічне благополуччя як стан, при якому людина здатна ефективно функціонувати в соціумі, відчуває глибоке задоволення від взаємин з іншими людьми та реалізує свої здібності, має контроль над своїм життям та може ефективно впоратися зі стресом і життєвими викликами.

Українська наукова спільнота активно досліджує питання психічного благополуччя, зокрема в контексті психології особистості. За результатами досліджень, встановлено, що психічне благополуччя має зв'язок із такими факторами, як соціальне та економічне благополуччя, вид родинних зв'язків, здоров'я та особистісні якості. У дослідженні, проведеному Л. Козир та І. Кравцевою, було встановлено, що молодь, яка має високий рівень реалізації особистісних цінностей, має більш високий рівень психічного благополуччя [2]. У свою чергу, світова наукова спільнота спрямовує увагу на більш широкий спектр питань, пов'язаних із психічним благополуччям, зокрема на ефективність інтервенцій, покликаних зменшити ризик погіршення психічного здоров'я та підвищення рівня психічного благополуччя. У дослідженні, проведеному К.

Кізі, було показано, що програми, спрямовані на підвищення психічного благополуччя, можуть зменшити ризик розвитку психічних розладів та покращити якість життя людини [3].

Одним із проявом війни, з яким стикнулось наше суспільство, є велика кількість внутрішньо переміщених осіб (ВПО), яких лише за офіційними підрахунками понад 4 млн осіб [1], а за неофіційними – більше аніж 7 млн осіб станом на 2023 рік. Зміна місця проживання внаслідок війни може стати травматизуючою подією для людини з кількох причин: по-перше, така зміна пов'язана із втратою домівки, майна, рідних та близьких людей (це може призвести до почуття безпорадності, розпачу та втрати контролю над життям, що може спричинити стрес та тривогу); по-друге, такі зміни змінюють соціальний та культурний контекст, до якого людина звикла і в якому вона відчуває себе безпечно та комфортно (це може призвести до відчуття відчуження та відчуття втрати свого ідентитету); по-третє, такі зміни можуть призвести до психологічного травматизму через те, що людина стикається зі стресовими ситуаціями та небезпекою на щоденній основі.

Стає зрозумілим, що дослідження психічного благополуччя у ВПО є важливою частиною праці психологів-науковців, адже ці результати можуть стати підґрунтям для розробок програми розвитку психічного благополуччя ВПО або удосконалення вже наявних програм інтеграції та реінтеграції осіб, що змінили місце проживання внаслідок війни. Для емпіричного дослідження психічного благополуччя ми скористалися методикою К. Ріффа «Шкала психологічного благополуччя». У назві методики використовується поняття «психологічне», але вона дозволяє нам досліджувати «психічне благополуччя», адже ми беремо до уваги інтегративний показник благополуччя. Для оцінки психічного благополуччя виділено шкалу «Загальний показник», де респонденти можуть набрати від 84 до 504 балів, що розділяються на рівні: низький, середній та високий. Сама методика містить 84 запитання та має основні та додаткові шкали, які не винесені для розгляду в контексті теми нашої статті.

В опитуванні взяли участь 79 осіб ранньої дорослості (за Дж. Біренном від 18 до 25 років), серед яких 61% – це особи, що не змінювали місце проживання, а 39% – це ВПО (особи, які змінили своє місце проживання в межах України). Для проведення розрахунків ми скористалися програмою Microsoft Excel 2010. Опитування проводилося он-лайн за допомогою Google-forms з лютого по березень 2023 року. Для початку представимо результати описової статистики у групах осіб, що змінювали та не змінювали місце проживання (див. таб. 1).

*Таблиця 1*

**Описова статистика показників психічного благополуччя осіб періоду ранньої дорослості**

Критерії описової статистики	Респонденти	
	Особи, що не змінювали місце проживання	Внутрішньо переміщені особи
Середнє значення	342,73	324,08
Стандартне відхилення	41,24	54,50
Коефіцієнт варіації	12%	17%

За показниками середнього значення переважає середній рівень психічного благополуччя в осіб ранньої дорослості, що не змінювали (342,73 бала) та змінювали (324,08) місце проживання. При цьому в респондентів останньої групи спостерігається тенденція до менших балів. Показники стандартного відхилення та коефіцієнту варіації дають нам можливість скористатися методами параметричної статистики. Ми вирішили з'ясувати, чи є статистично значима різниця між показниками психічного благополуччя в осіб, що не змінювали та змінювали місце проживання. За t-критерієм Стьюдента ці відмінності зафіксовано на рівні значущості  $p \leq 0,1$  (де  $t_{emp} = 1,7 > t_{кр} = 1,6$ ).

Представлення результатів рівневого розподілу показників є важливим етапом наукового дослідження, який дозволяє отримати більш повну та точну інформацію про психічне благополуччя осіб, що не змінювали та змінювали місце проживання (див рис. 1).

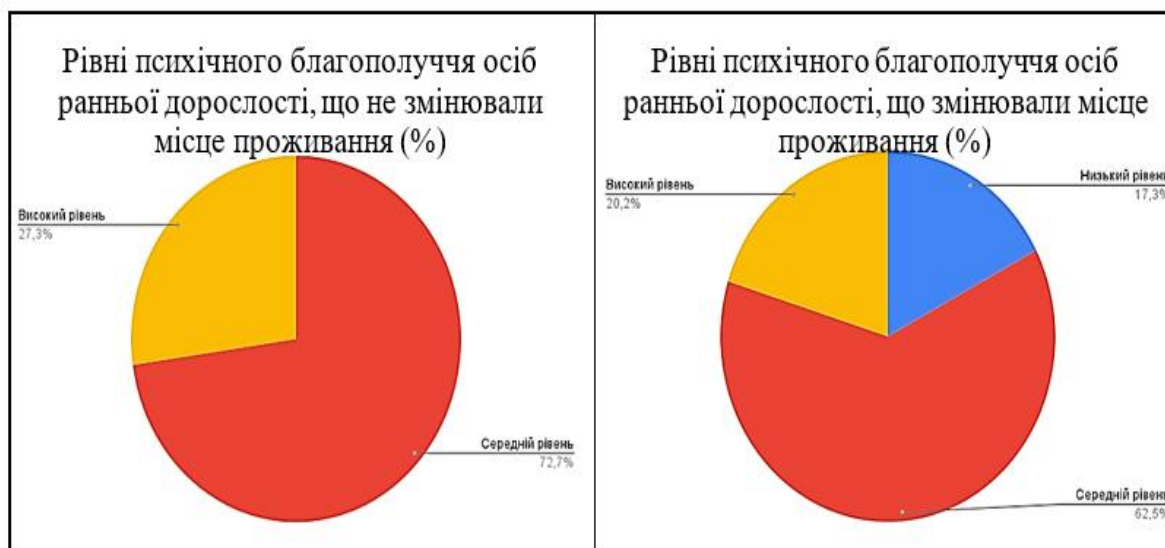


Рис. 1. Рівні психічного благополуччя осіб ранньої дорослості

Аналізуючи рівневий розподіл показників психічного благополуччя в двох групах, можна зробити такі висновки. У групі осіб ранньої дорослості, які не змінювали місця проживання, більшість має середній рівень психічного благополуччя – 72,7%, що може свідчити про стабільність їхнього життєвого шляху і відсутність великих стресових ситуацій. У той же час, високий рівень психічного благополуччя мають 27,3% осіб, що може свідчити про наявність певних позитивних аспектів у їхньому житті: підтримка близьких, високий рівень самопізнання та самореалізації. У групі осіб, що змінювали місце проживання, середній рівень психічного благополуччя мають 62,5% осіб, а високий рівень психічного благополуччя – 20,2% осіб, що дещо менше ніж у осіб, що не змінювали місця проживання. У 17,3% осіб, що змінили місце проживання, мають низький рівень психічного благополуччя, на відміну від непереміщених осіб. За  $\chi^2$ -критерієм перевага середнього рівня психічного благополуччя є статистично значущою в обох групах респондентів на рівні  $p \leq 0.01$ .

**Висновок.** Отже, за результатами рівневого розподілу показників психічного благополуччя, можна зробити висновок, що особи, які не змінювали місце проживання, мають тенденції до вищих балів психічного благополуччя, ніж ВПО. Таким чином, постійне місце проживання та сформоване оточення мають важливе значення для психічного благополуччя осіб. Водночас, зміна місця проживання та процес активної адаптації у сукупності інших стресів (повітряні тривоги, пошук житла, роботи, брак коштів, влаштування дітей до школи і т.д.) знижують рівень психічного благополуччя. Означені результати дослідження мають враховуватися при визначенні потреб внутрішньо переміщених осіб, в розробці програм психологічної інтервенції та соціальної підтримки.

#### Література:

1. В Україні офіційно зареєстрували 4 867 106 переселенців. УКРІНФОРМ : веб-сайт. URL : <https://www.ukrinform.ua> (дата звернення : 28.04.2023).
2. Козир Л., Кравцова І. Психічне благополуччя молоді: особистісні та соціальні чинники. Наукові записки НаУКМА. Психологія та педагогіка. 2021. №2(2). С. 32-40
3. Keyes C., Dhingra S., Simoes E. Change in level of positive mental health as a predictor of future risk of mental illness. American Journal of Public Health. 2020. №323(20). С. 2085-2086.
5. Mental health. World Health Organization : website. URL : <https://www.who.int> (дата звернення : 28.04.2023).

# ПСИХОЛОГІЯ ЕФЕКТИВНОЇ САМОПРЕЗЕНТАЦІЇ В ІНФОРМАЦІЙНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

*Валерія Бегагоєн*  
ДВНЗ “Ужгородський національний університет”, Україна  
наук. керівник: ст.викладач Ісаєвич С.І.

## ПРИНЦИПИ ПОБУДОВИ САМОПРЕЗЕНТАЦІЇ В ІНФОРМАЦІЙНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

**Вступ.** Самопрезентація – процес представлення людиною особистісного образу в соціальному світі, який має намір формування у оточення особливого враження про себе та повернення до себе уваги.

Формування враження – процес, що визначає, яке саме враження людина хоче справити на інших і що вона робить для цього з урахуванням свого фізичного стану, інтересів і цінностей. На характер формування враження впливають п'ять основних факторів:

- самоідентифікація,
- бажаний і небажаний імідж,
- рольові обмеження,
- кінцеві цінності,
- наявний соціальний образ.

У сучасному інформаційному середовищі, де комунікація все більше переходить в онлайн-простір, ефективна самопрезентація набуває особливої ваги. Самопрезентація набуває нових вимог та викликів. Зростає роль візуального сприйняття, мови тіла та невербальних сигналів, оскільки багато комунікацій здійснюється через екрани комп'ютерів та мобільних пристроїв. Крім того, змінюються способи сприйняття інформації, скорочується тривалість уваги та з'являються нові засоби комунікації, такі як відео-конференції та соціальні медіа.

У світовому науковому співтоваристві було проведено значний обсяг досліджень, спрямованих на вивчення психології самопрезентації в інформаційному середовищі. Дослідники досліджували такі аспекти, як вплив соціальних мереж, ефективність використання онлайн-платформ, стратегії самопрезентації в цифровому просторі та інше. Наприклад, визначено, що використання візуальних елементів, таких як фотографії або відео, може покращити ефективність самопрезентації. Також виявлено, що віртуальні спільноти та платформи для самопрезентації можуть впливати на самооцінку та самопочуття особистості.

Українські науковці також внесли вагомий внесок у вивчення психології самопрезентації в інформаційному середовищі. Вони проводили дослідження щодо особливостей самопрезентації українських користувачів соціальних мереж, впливу цифрових комунікаційних засобів на міжособистісну взаємодію та ефективність комунікації в онлайн-середовищі. Відомі українські дослідники також працюють над розробкою методик та рекомендацій щодо покращення самопрезентації в інформаційному просторі.

У цілому, аналіз наукового внеску у розвиток психології самопрезентації в інформаційному середовищі показує, що ця галузь активно досліджується як закордонними, так і українськими науковими колегами. Взаємодія між цими спільнотами сприяє розширенню знань про самопрезентацію в цифровому просторі та сприяє розвитку нових підходів та рекомендацій щодо ефективної самопрезентації в інформаційному середовищі.

Інформаційне середовище охоплює широкий спектр інтернет-платформ, соціальних мереж, форумів та інших онлайн-ресурсів, які дозволяють людям спілкуватися та взаємодіяти один з одним. Це середовище надає унікальні можливості для самопрезентації, де люди можуть представити себе, свої інтереси, досягнення та ставлення до різних сфер життя широкому колу аудиторії. Інформаційне середовище впливає на спосіб, яким люди створюють свою онлайн-ідентичність та взаємодіють з іншими, що вимагає пояснення психологічних процесів самопрезентації. На ефективну самопрезентацію в інформаційному середовищі впливають певні принципи, одні з них є такі:

- Розуміння своєї аудиторії: перш ніж приступати до самопрезентації, важливо визначити, хто буде отримувачем повідомлення. Необхідно визначити їхні інтереси, потреби, цінності та очікування. Це допоможе налаштувати повідомлення таким чином, щоб воно було зрозумілим та значущим для аудиторії.
- Структуризація повідомлення, щоб воно було логічним і легким для сприйняття. Використовувати чітку структуру, таку як вступ, основну частину та висновок.
- Конкретність і стислість : в інформаційному середовищі увага людей обмежена, тому важливо бути конкретними і передавати головну думку в коротких та зрозумілих фразах. Уникати зайвих деталей і концентруватися на найважливішій інформації.
- Використовувати візуальні елементи: графіка, діаграми, фотографії та інші візуальні елементи можуть допомогти підкреслити ідеї і зробити презентацію більш привабливою для аудиторії.
- Автентичність: найважливішим аспектом ефективною самопрезентації є бути собою. Важливо бути автентичними і передавати свою особистість через презентацію. Люди більше приймають та довіряють тим, хто виступає щиро і відверто.
- Зв'язок з аудиторією: використовувати зрозумілу мову, бути доступним та емоційно залучатися. Встановлення контакту з аудиторією може включати використання історій, гумору, запитань або залучення аудиторії до діалогу.

Також є фактори, які впливають на процес самопрезентації в цифровому середовищі, а саме:

- Віртуальна анонімність та самопрезентація: в інформаційному середовищі, особливо в онлайн-середовищі, існує можливість зберегти анонімність або використовувати псевдоніми. Цей фактор може впливати на спосіб самопрезентації людини. Наприклад, деякі люди можуть бути більш відкритими та вільними в прояві своєї особистості, коли вони захищені від прямого визнання або оцінки інших. З іншого боку, віртуальна анонімність може також спонукати до створення фальшивого образу або маніпуляції з метою досягнення певних цілей.
- Зовнішній вигляд та самопрезентація в онлайн-середовищі: оскільки в інформаційному середовищі відсутні прямі зустрічі, зовнішній вигляд може впливати на спосіб самопрезентації. Фотографії, вибір одягу, стиль волосся та інші аспекти зовнішності можуть бути використані для створення певного враження про себе. Це може включати показ себе в позитивному світлі, створення специфічного образу або вираження своєї особистої ідентичності через зовнішній вигляд.
- Роль соціальних мереж у формуванні самопрезентації: соціальні мережі є важливим інструментом самопрезентації в інформаційному середовищі. Вони надають можливість ділитися своїми думками, фотографіями, відео та іншими матеріалами. Люди використовують соціальні мережі для показу своїх досягнень, інтересів, думок та взаємодії з іншими користувачами. Це створює можливість формування бажаного образу, контролю за тим, яку інформацію публікувати і яку залишити приватною, а також для сприйняття себе через відгуки та реакції інших людей.

У процесі самопрезентації в інформаційному середовищі також виникають виклики та проблеми, які впливають на перебіг цього процесу, зокрема:

- Маніпуляція та обман в онлайн-середовищі: в інформаційному середовищі існує ризик використання маніпулятивних та обманювальних тактик у процесі самопрезентації. Люди можуть намагатися створити неправдиве враження про себе, подавати вигадані історії або змінювати свій образ з метою отримання певних переваг або контролю над іншими. Це може призвести до спотворення сприйняття та негативних наслідків для всіх сторін, які взаємодіють в цифровому просторі.
- Психологічні наслідки непослідовності самопрезентації: коли людина представляє себе по-різному в різних контекстах або міняє свою самопрезентацію з часом, це може викликати психологічну напругу і непослідовність. Неспростовність або протиріччя в самопрезентації можуть викликати внутрішню дезорганізацію, почуття нестабільності та стресу. Людина може почуватися неспроможною визначити свою справжню ідентичність або впевнитися в тому, як її сприймають оточуючі.

- Віртуальна залежність та зміна самоідентифікації: використання інформаційного середовища може сприяти розвитку віртуальної залежності, де люди стають надмірно залежними від онлайн-взаємодії та отримання позитивних оцінок та підтримки від інших.

Розуміння цих проблем дозволяє розвивати свідоме та етичне використання інформаційного середовища, а також сприяти формуванню більш аутентичної самопрезентації та позитивних взаємодій в онлайн-середовищі.

Важливо ще зазначити, що ключовим елементом успішної самопрезентації в інформаційному середовищі є ефективна комунікація. Комунікація включає передачу інформації, ідеї та емоцій між виступаючим і аудиторією. Вміння ефективно спілкуватися допомагає залучити увагу аудиторії, зрозуміти їх потреби та вплинути на їхнє розуміння та переконання. Мова тіла є потужним інструментом комунікації, який може підсилити або знизити ефективність самопрезентації. Вона включає жести, поставу, вираз обличчя, контакт з очима та інші невербальні сигнали. Дослідження показують, що майже 70% комунікації здійснюється через невербальні елементи, тому розуміння і контроль мови тіла є надзвичайно важливим.

**Висновок.** Розуміння значення інформаційного середовища для самопрезентації є важливим аспектом дослідження психології самопрезентації в сучасному цифровому світі. Дослідження цього аспекту дозволяють краще розуміти взаємодію між особистостями в онлайн-середовищі, виявити фактори та виклики, з якими стикаються люди при самопрезентації в цьому контексті.

*Вікторія Демид*  
*кафедра теоретичної та практичної психології*  
Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
наук. керівн: к. пол н., доц. Свідерська О.І

## **ФАКТОРНА СТРУКТУРА ПРОФЕСІЙНОЇ САМОЕФЕКТИВНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

**Вступ.** Актуальність дослідження факторної структури професійної самоефективності обумовлена рядом об'єктивних факторів. По-перше, розвиток ринку праці у сучасному конкурентному середовищі передбачає постійні зміни у вимогах до спеціалістів і появу нових професійних напрямків. У цьому контексті, професійна самоефективність стає основною якістю, необхідною для досягнення успіху в кар'єрі. Розуміння факторів, що впливають на професійну самоефективність, дозволить розробити стратегії підвищення продуктивності працівників та забезпечити їх конкурентоспроможність на ринку.

По-друге, оптимізація робочого середовища є важливим аспектом. Дослідження факторів, що впливають на професійну самоефективність, дозволить краще розуміти, як створити оптимальне робоче середовище. Це охоплює такі аспекти, як лідерство, комунікація, мотивація, розвиток навичок та підтримка співробітників. Результати дослідження можуть бути використані для поліпшення умов праці та створення сприятливого середовища для досягнення високої самоефективності.

По-третє, психологічне благополуччя та задоволеність роботою є важливими факторами для працівників. Професійна самоефективність має прямий зв'язок з їх психологічним благополуччям та задоволеністю роботою. Дослідження факторів, що сприяють самоефективності, допоможе зрозуміти, які аспекти роботи впливають на задоволення.

Питання професійної самоефективності вивчали такі вчені: А. Бандура, Н. Ліпінська, А. Елліс, Р. Гарднер, Р. Стенберг та інші. Всі вони зазначали, що професійна самоефективність важлива для позитивної трудової діяльності людини. Важливо її підвищувати та звертати увагу на чинники, які впливають на неї і також з ними працювати.

У сучасному житті, праця займає значну частину часу і уваги людей. Велика більшість людей не тільки бажає виконувати свої обов'язки та заробляти кошти, але й має прагнення розвиватися в своїй професії та ефективно виконувати свою роботу. В такому контексті поняття



професійної самоефективності набуває важливого значення для практично кожної особистості. Це підтверджують слова відомого психолога Альберта Бандури, який відзначив, що переконання людини щодо її особистої ефективності мають великий вплив на її вибір дій, зусиль, стійкість перед труднощами та невдачами.

Згідно з Бандурою, професійна самоефективність є комплексною характеристикою особистості, яка визначає її здатність до успішної діяльності в професійній сфері. Досвід особистості у діяльності та самооцінка власних здібностей є ключовими факторами, що впливають на рівень самоефективності. Особливо важливим є самостійне вирішення складних завдань, які потребують високих зусиль. Невдачі в цьому можуть негативно позначитись на самооцінці та знизити рівень самоефективності.

Рівень самоефективності є змінним показником, що залежить від різноманітних факторів у конкретних ситуаціях, як відзначає Н. Ліпінська. Він обумовлений нашими навичками, необхідними для виконання різних видів діяльності, присутністю або відсутністю інших осіб, а також нашими уявленнями про їхні здібності, зокрема, коли ми сприймаємо їх як більш компетентних, ніж себе. Крім того, самоефективність може залежати від нашої схильності до невдачі замість успіху і від фізичного стану, зокрема відчуття втоми, тривоги, апатії або пригніченості.

Альберт Елліс, засновник когнітивно-емотивної психотерапії, стверджує, що можна використовувати підхід когнітивно-емотивної психотерапії для поліпшення рівня самоефективності в професійній діяльності. Наприклад, якщо у людини існує ірраціональне переконання про свою недостатню компетентність у роботі, це може викликати почуття безсилля, неефективності та невпевненості в собі. Застосування підходів раціонально-емоційної психотерапії допоможе змінити ці ірраціональні переконання та зменшити їх вплив на емоційний стан людини, що, у свою чергу, сприятиме підвищенню рівня самоефективності в професійній діяльності.

Людина використовує не лише індивідуальну самоефективність для керування власним життям, але також може скористатися колективною самоефективністю. Взаємодія між ними є важливим фактором для досягнення успіху в різних сферах життя. Наприклад, у спільній діяльності з групою людей підвищення колективної самоефективності може позитивно вплинути на індивідуальну самоефективність кожного учасника, зміцнюючи їх віру в власні здібності та можливість досягнення успіху. Зниження ж колективної самоефективності може негативно вплинути на індивідуальну самоефективність, понижуючи віру в власні здібності та можливість досягнення успіху. Таким чином, індивідуальна і колективна самоефективність взаємодіють та взаємопов'язані, і їх розвиток є важливим фактором для досягнення успіху в різних сферах життя.

Самоефективність включає переконання у власних здібностях здійснювати дії та формування особистісного світогляду, який враховує уявлення про себе та світ. Вона є ключовими компонентами системи "особистість – соціальний світ" і визначає соціальний статус особистості, її ставлення до оточуючого середовища, регулює міжособистісні взаємини та сприяє досягненню поставлених цілей. Якщо люди не вірять у свої можливості досягти бажаного результату, вони не будуть мотивовані діяти.

У нашому дослідженні було використано дві методик: "Шкала самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема" та опитувальник «Професійного самоздійснення», О. М. Кокуна. Загальна кількість респондентів у дослідженні – 92 особи, зокрема 74 особи жіночої статі та 18 осіб чоловічої статі. Опитували осіб про рівень доходу і отримали такі результати: рівень доходу до 8. 000 грн. на місяць – 40 осіб (43,5%); рівень доходу від 8. 000 до 15.000 грн. на місяць встановлено у 21 особи (22,8%); рівень доходу від 15. 000 до 20. 000 грн. на місяць встановлено у 14 осіб (15,2%); а більше ніж 20. 000 грн. на місяць встановлено у 17 осіб (18,5%).

Опрацювавши результати опитування за методиками виявили такі результати. За методикою «Шкала самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема», у 12 осіб (13%) виявлено високий рівень самоефективності; рівень вище за середнє виявлений у 52 осіб (56%); у 18 осіб (20%) виявлено середній рівень самоефективності; рівень нижче за середній встановлено у 10 осіб (11%); а низький рівень самоефективності не виявлено ні в кого.

За опитувальником «Професійного самоздійснення», О. М. Кокуна встановлено такі дані, які відображаються у трьох шкалах: внутрішньо-професійне самоздійснення, зовнішньо-професійне самоздійснення та загальний рівень професійного самоздійснення. За шкалою внутрішньо-професійного самоздійснення встановлено: у 12 осіб (13%) низький рівень, у 29 осіб (31,5%) рівень нижче середнього, у 27 осіб (29,3%) середній рівень, у 22 осіб (23,9%) рівень

вище середнього та у 2 осіб (2,2%) високий рівень. За шкалою зовнішньопрофесійного самоздійснення встановлено: у 10 осіб (10,9%) низький рівень, у 25 осіб (27,2%) рівень нижче середнього, у 38 осіб (41,3%) середній рівень, у 17 осіб (18,5%) рівень вище середнього та у 2 осіб (2,2%) високий рівень. За шкалою загального рівня професійного самоздійснення встановлено такі результати: у 11 осіб (12%) низький рівень, у 24 осіб (26,1%) рівень нижче середнього, у 34 осіб (37%) середній рівень, у 21 осіб (22,8%) рівень вище середнього та у 2 осіб (2,2%) високий рівень.

**Висновок.** Підсумовуючи отримані дані, можна зробити наступні висновки. Більшість респондентів виявили середній рівень професійного самоздійснення, що характеризується здатністю усвідомлювати професійні цілі та прагненням до їх досягнення. Вони демонструють задоволення від своєї роботи, виявляють інтерес до професійного зростання та навчання, мають достатню мотивацію й ентузіазм для досягнення результатів. Ці особи проявляють самодисципліну й наполегливість, але можуть потребувати підтримки й стимулювання для подальшого розвитку своїх навичок та досягнення нових висот. Вони мають свідомість про власні сильні сторони та можливості, але також визнають необхідність постійного самовдосконалення. Загалом, особи з середнім рівнем професійного самоздійснення є активними, цілеспрямованими та мають потенціал для подальшого росту й успіху в своїй професійній діяльності. Також більше половини з усієї вибірки респондентів мають вище за середній рівень самоефективності. Це свідчить про те, що особа з таким рівнем проявляє особливу здатність до організації своїх дій та досягнення поставлених цілей. Такі особи здатні ефективно керувати своїми емоціями, мають високу мотивацію і зосередженість на досягненні своїх цілей. Вище за середній рівень самоефективності сприяє впевненості у власних можливостях, розвитку особистості та досягненню високих результатів у різних аспектах життя.

*Катерина Горбатенко*  
Національний університет «Чернігівський колегіум»  
імені Т.Г. Шевченка, Україна  
наук. керівн: к. психол н., доц. Дерев'яно С. П.

## **ВПЛИВ ІНДУСТРІЇ КРАСИ НА СПРИЙНЯТТЯ ЗОВНІШНОСТІ ТА ПРОЯВИ СИНДРОМУ ДОРІАНА ГРЕЯ**

**Вступ.** Синдром Доріана Грея відомий у науковій літературі як «портретна манія» або «портретна невротична депресія». Це психічний розлад, який був так названий на честь літературного персонажа Доріана Грея з роману Оскара Вайльда «Портрет Доріана Грея». Цей синдром виявляється у прагненні людини до збереження своєї зовнішності та молодості, незважаючи на те, що з віком настає старіння.

Актуальність вивчення синдрому Доріана Грея пов'язана з необхідністю вивчення психологічних механізмів цього розладу. Це може сприяти розробці ефективних методів діагностики, лікування та підтримки осіб, які страждають від подібних проблем.

Також синдром Доріана Грея змушує задуматися над сучасними стандартами краси і загрозами, які вони можуть створювати для психічного здоров'я людей. Вивчення цього синдрому сприятиме критичному осмисленню стандартів краси та їх впливу на суспільство.

Важливо зауважити, що синдром Доріана Грея є метафоричною назвою, яка використовується для опису станів, подібних до персонажу Доріана Грея з роману Оскара Вайльда «Портрет Доріана Грея». Синдром Доріана Грея не був визнаний як реальний медичний діагноз. Цей термін використовується переважно в літературному або філософському контекстах для позначення концепції морального і фізичного занепаду.

В українській психології цей синдром вивчається переважно у ракурсі вікових особливостей сприйняття власної зовнішності [1; 3], дисморфофобії [2; 5], страху старіння [4]. Зокрема Н. Даниленко вважає, що стурбованість власною зовнішністю є поширеною серед дівчат підліткового віку, що пояснюється очікуванням ними негативного враження з боку інших людей [3]. М. Лапушенко відзначає, що страх вікових змін та втрати привабливості уособ-

люються у явищі дисморфофобії, яке являє собою симптомокомплекс: прагнення до корекції уявного дефекту, тривога та депресивний настрій, сором'язливість та невпевненість у собі [5].

Серед зарубіжних вчених, які активно досліджують незадоволеність власною зовнішністю та вияви синдрому Доріана Грея, можна виділити кількох вчених. Одним з відомих дослідників в цій області є Том Кешан (Tom Cash), який займається вивченням проблем самоприйняття, самовизначення і впливу зовнішнього вигляду на самопочуття осіб різного віку. Л. Хендрікс з колегами досліджують самооцінку власної зовнішності, зв'язок між зовнішнім виглядом і психічним здоров'ям, а також розробляють інтервенції для поліпшення самоприйняття тіла [8]. Нікол Банс (Nicole M. Bans) займається дослідженням впливу соціальних медіа на самооцінку і незадоволеність зовнішністю, зокрема серед молодих людей.

Загалом, вивчення проблеми синдрому Доріана Грея є складним і належить до міждисциплінарної проблематики, яка об'єднує вчених з психології, соціології, психіатрії та інших суміжних областей [6; 7].

Індустрія краси може впливати на прояви синдрому Доріана Грея, пропонуючи безліч продуктів, процедур та послуг, які обіцяють молодість, красу і бездоганний зовнішній вигляд. Завдяки рекламі, соціальним медіа і загальному піднесенню ідеалів краси, молоді люди можуть відчувати психологічний тиск щодо страху старіти і тривоги стосовно змін у своєму зовнішньому вигляді.

Цей тиск може призводити до нездорових звичок, таких як надмірне вживання косметичних засобів, постійні косметичні процедури, що можуть бути шкідливими для здоров'я. Люди можуть витратити значні кошти і вкласти багато часу в пошук ідеального зовнішнього вигляду, і це може впливати на їх психологічний стан і самопочуття.

Проте важливо розуміти, що синдром Доріана Грея є складним психологічним явищем, і не можна однозначно стверджувати, що відповідальність за його прояви повністю лежить на індустрії краси. Індивідуальні фактори, соціокультурні впливи та особистість також відіграють важливу роль у розвитку цього синдрому.

Синдром Доріана Грея відомий також як синдром фотографічного забарвлення та описується як інтенсивне бажання зберегти свою зовнішність і молодість, яке може виявлятися в прагненні до пластичної хірургії, застосуванні косметики та інших методів зовнішнього вдосконалення [8]. Хоча синдром Доріана Грея був описаний задовго до появи цифрової епохи, можна сказати, що цифровий світ мав вплив на прояви цього синдрому у деяких аспектах.

По-перше, це соціальні медіа та вплив ідеалізованого зображення. Завдяки соціальним медіа люди можуть надмірно захоплюватися ідеалізованими образами краси і молодості. Це може стимулювати бажання досягти подібного зовнішнього вигляду і призводити до зростання популярності косметичних процедур і пластичної хірургії.

По-друге, це фільтри та редагування фотографій. Сучасні технології редагування фотографій дозволяють легко змінювати зовнішність на знімках, що поширюються в Інтернеті. Це може стимулювати особистість до бажання виглядати так само «ідеально» у реальному житті, що може призвести до ширшого використання косметики і процедур зовнішнього вдосконалення.

По-третє, це залежність від додатків та пристроїв. Залежність від технологій, таких як смартфони і комп'ютери, може впливати на психологічний стан і самопочуття особистості. Інтернет і соціальні медіа можуть сприяти порівнянню людини з іншими, а це може збільшити бажання зберегти молодість і привабливість.

По-четверте, це доступ до інформації про косметичні процедури. Інтернет надає широкий доступ до інформації про косметичні процедури, пластичну хірургію та інші методи зовнішнього вдосконалення. Це може збільшити зацікавленість у таких процедурах та рішучість щодо їх використання.

Важливо зазначити, що не всі люди, які незадоволені власною зовнішністю та користуються цифровими технологіями, виявляють прояви синдрому Доріана Грея. Прояви цього синдрому можуть бути яскраво вираженими, але це залежить від багатьох чинників, включаючи психологічний стан, особистісні риси та індивідуальний досвід кожної людини.

**Висновок.** Отже, синдром Доріана Грея виявляється у прагненні людини до збереження своєї привабливості та молодості, незважаючи на вікові зміни. Сучасна індустрія краси, в саме

ідеалізовані образи реклами, фотошоп, доступність інтернет-інформації про косметичні процедури, – сприяють прагненню молоді до ілюзорних «вічної» молодості та краси.

#### *Література:*

1. Белякова С. М., Іванченко М. В. Гендерні особливості сприйняття власної зовнішності у підлітковому віці. *Перспективи та інновації науки*. 2022. № 8 (13). С. 365 – 377.
2. Боднар Л. А. Дисморфофобії в косметичній хірургії. *Медицина психологія*. 2018. Т. 13. № 4. С. 42 – 46.
3. Даниленко Н. М. Особливості ставлення до власної зовнішності дівчат юнацького віку з різним співвідношенням задоволеності та стурбованості зовнішнім виглядом. *Харківський осінній марафон психотехнологій: матеріали III міжрегіональної наук.-практ. конф.* (м. Харків, 26 жовтня 2019 р.). Харків: Діса плюс, 2019. С. 102 – 104.
4. Коваль Т. В. Страх старості: історико-філософський аспект. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка*. 2012. Вип. 63. С. 82 – 86.
5. Лапушенко М. В. Дисморфофобія: проблема визначення, діагностики та надання психологічної допомоги. *Молодий вчений*. 2014. № 12 (2). С. 255 – 259.
6. Veale D., Gledhill L., Christodoulou P., Hodsoll J. Body dysmorphic disorder in different settings: A systematic review and estimated weighted prevalence. *Body Image*. 2016. Vol. 18. P. 168 – 186.
7. Hwang K. The Humanistic Approach to Aging and the Plastic Surgeon's Role. *Journal of Craniofacial Surgery*. 2022. Vol. 33. P. 2128 – 2133.
8. Hendriks L., Remon J., Besse B. Dorian Gray Syndrome of Upfront Immunotherapy in Patients with Non-Small-Cell Lung Cancer and High PD-L1 Expression. *Clinical Lung Cancer*. 2022. Vol. 23. P. 87 – 89.

*Юлія Крижанівська*  
*кафедра теоретичної та практичної психології*  
Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
наук. керівн: к. пол н., доц. Свідерська О.І

### **САМОТНІСТЬ У МЕРЕЖІ: ПРАВДА ЧИ МІФ?**

**Вступ.** Феномен самотності досліджується ще з античних часів, та саме зараз набув значної актуальності, що пов'язане із стрімким розвитком інформаційного суспільства, яке стало невід'ємним аспектом життя сучасного індивіда. У модернізованому світі людина дуже часто не може знайти свого місця та призначення, вона губиться у досягненнях науки і техніки, які окрім комфортних умов життя, несуть разом із собою духовний занепад та нігілізм. Так звана «безлика людина» стала результатом процесу глобалізації, трансформації та урбанізації, що, в свою чергу, призводять до відходження на другий план традиційні етнокультурні цінності та сприяють утворенню сірого натовпу, людини масового суспільства, зануреної лише в тілесні потреби. Сукупність цих факторів впливають на погіршення проблеми людської самотності, що активно досліджується науковцями різних напрямків.

Зокрема, самотність розглядалася у наукових розвідках таких науковців, як Й. В. Гете, Ж.-Ж. Руссо, Е. Фромма, Е. Еріксона, Д. Маєрс, Г. І. Ціммермана та інших.

Самотність має декілька аспектів, до яких відносять відчуття порожнечі або покинутості, пов'язаної з нестачею соціальних контактів та емоційної близькості; існує також часова перспектива, крізь призму якої індивід сприймає власну самотність; присутній, окрім цього, набір емоційних аспектів, що супроводжують самотність, які включають в себе смуток, меланхолію, розчарування, сором та відчай; і також є власна оцінка суб'єктивна оцінка особистості щодо якості її соціальних стосунків з іншими у її житті, що залежить від безперервної взаємодії між факторами, що вирізняються своєю різноманітністю (ідентичність, особистість, очікування, події, що відбуваються у житті, міжособистісна взаємодія, соціально-економічні змінні тощо). Проте, феномен відчуття самотності виходить за рамки простої соціальної ізоляції – людина

може почувати себе самотньою, навіть якщо навколо є багато людей або ж можна бути абсолютно самотньою та не відчувати себе такою.

Із стрімким набуттям популярності соціальних мереж, неабияк актуальним постає питання, чи дійсно за допомогою засобів віртуальної взаємодії (пасивної чи активної) один з одним, індивіди відчувають себе менш самотніми, адже у будь-який час доби ми маємо доступ до життя інших людей, а точніше, тієї частини, яку вони транслюють. Надзвичайно важливим також є питання, чи молодь вже відчуваючись самотньою «втікає» у соціальні мережі, чи соціальні мережі виступають первинним фактором, адже здатні провокувати цифрову залежність.

Згідно з новим дослідженням, у якому взяло участь 20 тисяч американців, відчуття самотності стає епідемією. Якщо ж індивід страждає на ментальні хвороби, до прикладу, великий депресивний розлад чи генералізований тривожний розлад, вірогідність відчуття самотності і відчуження від інших є одним із факторів тривоги чи депресії. Парадоксальним є те, що за допомогою соціальних мереж ми постійно маємо контакт з іншими, чому є тоді відчуття самотності набуває таких масштабів? Відповідь на це питання є досить складною. Отож, 46% респондентів інколи або завжди відчувають себе самотніми. Дослідження припускає, що використання Фейсбуку, Снепчату, Інстаграму та інших соціальних мереж допомагає людям підтримувати зв'язок з друзями і так би мовити «підробляє» живе спілкування; це може сприяти комунікації та вітальності. Але, якщо використовувати соціальні мережі головною мірою для того, щоб замінити живе спілкування, відчуття самотності буде тільки набирати обертів.

Дослідження також виявили, що молодь, яка заходить у соціальні мережі більш часто (приблизно 50 разів на тиждень) мають втричі більше шансів відчувати соціальну ізоляцію, ніж та, хто заходить і соціальні мережі менше дев'яти разів на тиждень. Дана проблема стосується не тільки молоді, а й дорослих осіб, які погрузили у щоденній рутині і відчувають себе неспроможними знайти нові шляхи взаємодії у реальному житті.

Шеррі Амастерстейн, психотерапевтка, описує випадок клієнтки зі своєї практики, яка ще з самого дитинства була сором'язлива, та, спочатку, бачила соціальні мережі як засіб, за допомогою якого можна відчути себе залученою у соціальне життя, оскільки їй було надто складно знаходити друзів у реальному житті. Так, час проведений у соціальних мережах зріс до шістдесяти годин на тиждень. Вона зазначає, що спершу їй це дійсно допомагало почуватись менш самотньою, але чим більше часу вона проводила просто гортаючи стрічку, тим більш нещасною та відчуженою вона почувалась. Отож, замість того, щоб допомогти їй почуватись більш соціально залученою, соціальні мережі тільки погіршили її відчуття самотності. Більш того, це стало тригером давніх травм.

Використання соціальних мереж може бути розділене на три категорії: пасивне, активне та інтерактивне. В загальному, інтерактивне використання – це застосування соціальних мереж для того, щоб комунікувати (надсилати один одному повідомлення, коментувати пости тощо) з іншими, що, в свою чергу, призводить до зменшення відчуття самотності. Натомість, пасивне використання соціальних мереж, що включає в себе гортання стрічки та споживання розміщеного контенту, спричинює збільшенню відчуття самотності та погіршенню самопочуття. Третій тип, активне використання, включає активне продукування контенту у соціальних мережах, що не відноситься до конкретних індивідів; тобто це може бути оновлення статусу, транслювання певної інформації тощо. Останній тип є найменш досліджений, до прикладу, така активність, як зміна статусу у Фейсбукці, пов'язана із збільшенням відчуття самотності та його зменшенням в окремих індивідів. Отож, окрім інтерактивного використання соціальних мереж, зв'язки між іншими типами та відчуттям самотності залишаються остаточно невизначеними, що заважає науковцям зробити висновки щодо того, як соціальні мережі впливають на психологічне самопочуття.

Хочемо також згадати часи пандемії ковід 19, коли соціальна ізоляція стала вимушеною для населення. У дослідженні, у якому респонденти були різних національностей (участь прийняли представники Британії, Австралії, Норвегії, США), мета науковців була дослідити відчуття самотності пов'язане із використанням соціальних мереж різних вікових груп. Соціальна ізоляція не варіювала відносно віку, однак відчуття самотності було вищим у молодих людей. Соціальна та емоційна ізоляція корелювала із рівнем освіти, місцем проживання та статусом зайнятості: особи з низьким рівнем освіти, без партнера та безробітні відчували себе більш самотніми та частіше «втікали» у соціальні мережі. Варто також зазначити, що відчуття самотності було значно вищим у тих осіб, що використовували соціальні мережі декілька разів на день у порівнянні з тими, що

використовували один раз на день чи навіть рідше. Цікавим теж виявився той факт, що незалежно від країни, до більшого відчуття самотності була схильна саме молодь: чим більше соціальних мереж вони використовували, тим більш самотніми почувались. Дане дослідження також підтвердило те, що використання соціальних мереж задля компенсації поганих соціальних навичок у реальному світі було пов'язано з вищим відчуттям самотності. Цікавим виявився той факт, що використання соціальних мереж старшими людьми не корелює з відчуттям самотності, що може бути пояснено тим, що старше покоління вбачає соціальні мережі, як інтерактивний засіб, про який вже згадувалось вище, та користуються ними у більшій мірі для комунікації з іншими

**Висновок.** Отож, на науковій арені ведуться суперечки щодо того, чи соціальні мережі слугують ресурсом соціального контакту, що в свою чергу, послаблює відчуття самотності. Альтернативною думкою є те, що соціальні мережі замінюють живе спілкування між людьми, та тільки підсилюють наявне відчуття самотності, а також сприяють і підтримують новий стрес-фактор, а саме страх щось пропустити (це можуть бути новини у стрічці, до прикладу), що тільки погіршує ментальне здоров'я користувачів. Тому, дослідження припускають, що використання соціальних мереж при відчутті самотності або ж навпаки залежить від індивідуальних особливостей особистості.

*Анна Тищенко*

Львівський національний університет імені Івана Франка, Україна  
наук. керівн: к. псих. н., доц. Гребінь Н.В.

## **МОТИВАЦІЯ АФІЛІАЦІЇ ЮНАКІВ ТА ЮНОК З РІЗНИМ СТАВЛЕННЯМ ДО СВОЄЇ ЗОВНІШНОСТІ**

**Вступ.** Мотивація афіліації є одним з важливих психологічних явищ, що обумовлює причини та механізми формування потреби у належності до соціальної групи та взаємодії з нею. Відомо, що мотивація афіліації може бути зумовлена багатьма факторами, серед яких важливе місце займає ставлення людини до своєї зовнішності. Однак, попри значну кількість досліджень на цю тему («Ставлення до власної зовнішності в структурі ціннісних і смисложиттєвих орієнтацій дівчат юнацького віку» Н.М. Даниленка, «Body image and explicit and implicit anti-fat attitudes: The mediating role of physical appearance comparisons» O'Brien, Kerry S та інші), досить мало уваги приділяється вивченню мотивації афіліації юнаків та юнок з різним ставленням до своєї зовнішності. Адже для молодих людей, які перебувають у періоді формування власної ідентичності, зовнішній вигляд може мати значний вплив на їхнє бажання належати до соціальних груп. Дана тема є **актуальною**, оскільки стосується проблеми психологічного здоров'я та соціалізації молоді. У сучасному світі існує висока конкуренція у більшості сфер життя. Як наша зовнішність може впливати на мотивацію афіліації, так і мотивація афіліації впливає на ставлення до зовнішності.

У психології вивчається мотивація афіліації в рамках соціальної та психологічної адаптації молодих людей в колективі. Дослідники вказують на те, що афіліація з певними групами може бути важливим фактором у формуванні соціального статусу, самооцінки та мотивації до досягнення. Також, афіліація з позитивними соціальними групами може зменшити ризик виникнення поведінкових проблем та антисоціальної поведінки у них [6].

Абрахам Маслоу був одним із перших психологів, який вивчав мотивацію афіліації. За його теорією, потреба в афіліації є однією з основних людських потреб, що включає в себе бажання бути частиною групи, бажання налагодити стосунки з іншими людьми та потребу в почутті приналежності [4].

Девід Макклелланд висунув свою теорію щодо афіліації: афіліації є однією з трьох основних людських потреб, поряд з потребами до досягнення та потребою до влади. Мотивація афіліації відноситься до потреби людини в соціальних відносинах, бажанні бути прийнятим та відчувати зв'язок з іншими людьми [5].

Американський соціолог Вільям Шутц зосередив свої дослідження на взаємодії людей в групах та соціальних структурах. Одним із ключових понять в його теорії була потреба у взаємодії [3].

Самосвідомість особистості у юнацькому віці визначається особливостями мотиваційної сфери, зокрема мотиви соціально-психологічної активності, навчально-пізнавальної діяльності та губристичні мотиви мають вплив на становлення самоставлення особистості молодшої людини [2].

У цьому віці молодь починає розуміти, що їхнє ставлення до інших людей і відносини з ними можуть мати велике значення для їхнього життя та успіху. Мотивація афіліації може допомогти молодим людям знайти своє місце в соціальній групі, відчути підтримку та визнання.

Дослідження показують, що мотивація афіліації може бути передумовою для розвитку ставлення до зовнішності у юнацькому віці. Люди з високою мотивацією афіліації можуть бути більш чутливими до соціального прийняття та відкидання, що може впливати на їхнє ставлення до своєї зовнішності та бажання відповідати соціальним нормам. Роджерс підкреслював, що розвиток фізичного "Я" в юності є особливо важливим, оскільки саме в цей період формується власна ідентичність та самовизначення. Він також вважав, що відчуття фізичної існування може бути пошкоджено через травми, захворювання та інші негативні досвіди, що може призвести до розвитку психічних проблем [1].

Для дослідження мотивації афіліації юнаків та юнок з різним ставленням до своєї зовнішності були використані наступні методики: тест-опитувальник «Визначення рівня самооцінки» С.В.Ковальова, методика «Мотивація афіліації (МАФ)» А. Меграбяном, модифікована М.Ш. Магомед-Еміновим, опитувальник BASS (Body Areas Satisfaction Scale)/ Шкала задоволеності частинами тіла, опитувальник образу тіла О. А. Скугаревського та С. В. Сивухи, «Тривога бути відкинутим через зовнішність» (Park, L. E. «Appearance-based rejection sensitivity»), авторська анкета, спрямована на дослідження ставлення до своєї зовнішності. Кількість досліджених склала 55 людей загалом, з них 22 юнака та 33 юнки.

Результати дослідження обраховувались за допомогою програми Statistica методами математичної статистики: описова статистика, порівняльний, кореляційний та кластерний аналізи, а також описовий та якісний аналізи.

За даними описового аналізу, досліджувані в загальній групі мають низьку самооцінку, в більшості через свою зовнішність. Страх відкидання для них не є критичним, доки це не стосується їхнього вигляду в очах інших. Ріст та вага також є важливими компонентами ставлення до свого тіла, результати яких вказують на більше задоволення ростом, ніж вагою. Група загалом переживає страх критики та осуду та турбується про свій вигляд та через думку інших.

Для того, щоб проаналізувати відмінності у мотивації афіліації досліджуваних які мають різне ставлення до параметрів своєї зовнішності, було здійснено кластерний аналіз. Він проводився на основі 8-ми шкал ставлення до своєї зовнішності. Щоб зрозуміти, на скільки кластерів можна поділити групу, кластерний аналіз було проведено за процедурою побудови ієрархії. «Дерево» кластеризації наведено у додатку. На основі цього було здійснено поділ на 3 кластери:

- група 1 – 18 осіб (32,73%), яких умовно було названо «особи, що не задоволені своїм тілом»;
- група 2 – 17 осіб (30,91%), умовно названо «особи з нейтральним ставленням до свого тіла»;
- група 3 – 20 осіб (36,36%), яких умовно названо «особи, що задоволені своїм тілом».

За результатами якісного та порівняльного аналізу за кластерами вийшли наступні результати:

Таблиця 1

### Результати якісного та порівняльного аналізу

1. «Незадоволені зовнішністю»	2. «Нейтральне ставлення»	3. «Задоволені зовнішністю»
Мотивація афіліації є вищою, ніж в 3 групі	Мотивація афіліації є вищою, ніж в 3 групі	Мотивація афіліації є нижчою, ніж в 1 і 2 групах
Самооцінка нижча, ніж в 3 групі	Самооцінка середня	Самооцінка вища, ніж в 1 і 2 групах
Задоволення своїм тілом є більшим, ніж в 2 групі	Задоволення своїм тілом є меншим, ніж в 1 і 3 групах	Задоволення своїм тілом є більшим, ніж в 2 групі
Час та зусилля витрачені на догляд за зовнішністю є більшими, ніж в 3 групі	Час та зусилля витрачені на догляд за зовнішністю є більшими, ніж в 3 групі	Час та зусилля витрачені на догляд за зовнішністю є меншими, ніж в 1 і 2 групах

Останнім кроком був кореляційний аналіз за Спірменом, для визначення зв'язку між мотивацією афіліації та ставленням до своєї зовнішності, який показав, що чим більшою є задоволеність зовнішністю загалом, а особливо, верхньою частиною тіла – тим більшим є прагнення до прийняття, можна припустити, що верхня частина тіла, як збірна частина тієї половини тіла, яка найчастіше надається для огляду, тобто та, до якої більш прикута увага при спілкуванні чи знайомстві є такою важливою саме через її «соціальні» функції. І також чим вища самооцінка та рівні стурбованості та очікуваності – тим вищий рівень страху відкидання, що може пояснюватись прихованим страхом бути відкинутим та осудженим суспільством.

**Висновок.** Особи з вищою самооцінкою, ніж інші не мають бажання приєднуватись до груп та не відчують тієї мотивації так сильно, як особи з нижчою самооцінкою, для яких прагнення прийняття є важливим життєвим фактором. Особи з негативним ставленням до своєї зовнішності в більшій мірі, порівняно із особами з позитивним ставленням до зовнішності, ніж інші потребують схвалення та прийняття; по відношенню до осіб з нижчою самооцінкою та незадовільним і нейтральним ставленням до свого тіла. Можна припустити, що для цих досліджуваних є важливими чужі погляди щодо їхнього зовнішнього вигляду. Якщо звернутися до результатів якісного аналізу, то видно, що ця теза підтверджується. За описовим та кластерним аналізами чітко видно, що чим вища в юнака чи юнки самооцінка, тим нижча його/її мотивація афіліації. На основі якісного аналізу за кластерними групами та питаннями анкети була різниця у відповідях осіб, що незадоволені собою та осіб, які задоволені, а саме: перша група обрала більше результатів, що стосуються майбутніх хірургічних та ін'єкційних втручань, ніж третя група. Далі результати першої групи підтвердили її бажання перебувати в групі та отримувати схвалення та прийняття від інших. Можна припустити, що ці втручання розглядаються задля привернення уваги інших.

На основі отриманих результатів, пропонується ряд рекомендацій для підтримання позитивного та покращення негативного ставлення до тіла, прийняття людей себе та фокусування на власних думках та поглядах.

Перш за все, необхідно забезпечити позитивну та сприятливу атмосферу, яка буде надихати та зменшувати стрес. Подібним заняттям, яке зменшує ризики депресивних станів через зовнішність чи тіло може бути спорт та збалансоване харчування, яке дає мотивацію працювати над власними недоліками, якщо такі є, та дозволяє почуватися краще.

Забезпечення кваліфікованої допомоги при важких випадках нелюбові свого фізичного Я, розмови зі спеціалістами, тренерами, близькими людьми. Необхідність надавання психологічної допомоги є високою, для покращення морального стану клієнта. Важливим аспектом хороших зв'язків зі своїм тілом є вміння дослухатися до себе та до своїх потреб. Забезпечення цього фактору є дорогою до високої самооцінки.

Афіліація є хорошим способом зарекомендувати себе в суспільстві, серед людей. Вона дає мотивацію розвиватися та ставати кращим, за умови, якщо людина сама цього дійсно прагне.

#### *Література:*

1. Роджерс, К. (2004). Становлення особистості. Психотерапія очима психотерапевта. Київ: Термінологічна правка В. Данченко.
2. Фоменко, К. (2015). Мотиваційні чинники самоставлення у студентському віці. У: Психологія і особистість, Харків, с. 163-175.
3. Schutz, W. C. (1960). The interpersonal underworld. Behavioral science, 5(4), 379–388.
4. Maslow, A. H. (1943). A Theory of Human Motivation. Psychological Review, 50, 370–396.
5. McClelland, D. C., Atkinson, J. W., Clark, R. A., & Lowell, E. L. (1953). The achievement motive. New York: Appleton-Century-Crofts.
6. Tajfel, H., & Turner, J. C. (1986). The social identity theory of intergroup behavior. У: Psychology of intergroup relations (pp. 7-24). Chicago: Nelson-Hall.



## ЗВ'ЯЗОК САМОПРИЙНЯТТЯ, ПРИЙНЯТТЯ ІНШИХ ТА ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ У СТУДЕНТІВ

**Вступ.** Сучасні дослідження показують, що лідерами стають особи з відповідними якостями, які здатні реалізувати їх та адаптуватися в умовах групової взаємодії, але не дивлячись на велику кількість досліджень лідерських якостей, самоприйняття та прийняття інших недостатньо розкритим залишається принцип їх взаємозв'язку. Для студентів вищих навчальних закладів ця тема є особливо актуальною, оскільки вони перебувають у пошуках себе, свого місця в житті, й у той же час суспільство вимагає постійного проявлення лідерських якостей при взаємодії з групою. Тому наше дослідження допоможе зрозуміти важливість прийняття себе та інших осіб, своїх сильних та слабких сторін для становлення ефективним студентським лідером та виявлення специфічних якостей.

Лідерство та його значення для забезпечення успіху в навчанні та розвитку особистості досліджують В. Агеєв, Г. Андрєєва, Є. Аркін, О. Бодальов, Н. Жеребова, А. Лутошкін, Б. Паригін, У. Джеймс, Р. Бернс, К. Роджерс, І. З. Кон, С. Р. Пантелєєв, В. В. Столін та інші. Вивченням самоприйняття займалися зарубіжні і вітчизняні психологи як У. Джеймс, Р. Бернс, К. Роджерс, І. З. Кон, С. Р. Пантелєєв, В. В. Столін та інші.

Більшість дослідників сходяться на думці, що самоприйняття – це риса особистості, яка представляє собою емоційно-забарвлене ставлення людини до себе та відображає ступінь прийняття себе такою, якою вона є, незалежно від її оцінки своїх сильних і слабких сторін.

А. Елліс розглядає самоприйняття як вимір самоцінності, де «індивід приймає себе цілком і беззастережно, незалежно від того, чи поводить він правильно, розумно, грамотно, і незалежно від того, як його оцінюють інші» [5, с.101].

К. Хорні, розвиваючи ідеї З. Фрейда, вважає, що самоприйняття можливе лише тоді, коли розрив між Я-реальним та Я-ідеальним в психіці людини є мінімальним. Самоприйняття особистості, як її самосвідомість формується на основі відносин з іншими людьми, наприклад щоб у дитини сформувалось самоприйняття, їй необхідні любов і прийняття батьками. Учена, вважає задоволення потреби у прив'язаності з раннього дитинства важливою умовою самоприйняття у майбутньому [6].

Звертаючись до дослідження структури особистості, запропонованої О. П. Санніковою, можна розглядати феномен прийняття-неприйняття (відторгнення) себе як стійку властивість особистості [3]. У контексті даного підходу макроструктура самоприйняття виокремлюється як цілісна багаторівнева властивість особистості. Вчена виділяє наступні рівні самоприйняття : формально-динамічний, змістово-особистісний, соціально-імперативний. До першого рівня відноситься сукупність усіх властивостей, що відображають динаміку протікання психічних явищ. Другий – містить у собі спрямованість, потребо-мотиваційну сферу тощо. Третій рівень – включає той клас характеристик, що відображає уявлення особистості про суспільство, норми, культуру, знання тощо. Наголошується, що третій рівень жорстко контролюється свідомістю.

Дослідження Л. З. Сердюка показало, що в загальній структурі самоприйняття студентів найбільший вплив на його розвиток здійснюють ставлення до майбутнього та до однолітків [2]. Отже можемо зазначити, що мотивація успіху професійної діяльності залежить від позитивного самоприйняття та саморозуміння, самоствавлення, самоповаги, аутосимпатії.

У психології під терміном «лідер» розуміють авторитетну особу, яка за певних обставин має повноваження приймати важливі рішення за весь колектив, які відповідають загальним інтересам та визначають напрямок і характер групової діяльності. Тоді ж як лідерством є специфічний процес, що виникає при взаємодії групи людей.

Студентом-лідером є визнаний член групи, який має значний вплив на неї, володіє організаційними та комунікативними навичками, є проактивним і заохочує колектив до досягнення загально групових цілей [1]. Особливим моментом є ставлення студента-лідера до інших студентів як до співвиконавців, а не своїх підлеглих

В рамках даної роботи нами було проведено дослідження взаємозв'язку самоприйняття, прийняття інших та лідерських якостей у студентів. Для дослідження самоприйняття та

прийняття інших була запропонована методика «Дослідження соціально-психологічної адаптації» К. Роджерса, Р. Даймонда [2]. Для дослідження лідерських якостей студентів нами було обрано методику «Багатофакторний опитувальник лідерства» Б. М. Басса, Б. Дж. Аволіо, мета якого – оцінити таку компетенцію як лідерство та визначити, який саме стиль лідерства демонструє респондент. В емпіричному дослідженні взяли участь 83 особи, з них 40 чоловіків та 43 жінки.

За отриманими даними особливостей самоприйняття та прийняття інших у загальній вибірці респондентів, ми можемо помітити, що дані знаходяться на високому та середньому рівнях – відповідно та становлять 53,01% і 83,13%. Розділивши респондентів на чоловіків та жінок, було визначено, що для студентів жіночої статі більш характерний високий рівень самоприйняття (65,12%), тоді як у чоловіків переважає середній рівень (60%). За фактором прийняття інших у обох групах домінує середній рівень: у чоловіків 97,50%, у жінок – 69,77%, але у жінок помітна тенденція до високого (30,23%).

Вивчення лідерства у загальній вибірці, показало: переважна більшість осіб має середній рівень схильності до лідерства (77,11%). У чоловіків та у жінок домінує середній рівень схильності до лідерства – 85% і 69,77% відповідно, проте у жінок ми бачимо тенденцію до високого рівня (30,23%).

Досліджуючи лідерські якості студентів, ми виявили, що притаманним є саме середній рівень прояву стилів лідерства, тобто студенти є універсальними у застосуванні способів впливу на групу. Було встановлено стилі лідерства, які є характерними для чоловіків та жінок: для чоловіків – «управління», «уміння надихати», для жінок – фактори «вплив», «мотивація», «уміння надихати». Тим не менш, жінки, як правило, зміцнюють впевненість у собі як лідери, діють як авторитет та формують гарний імідж продуктивності, який мотивує команди досягати групових цілей і долати перешкоди. Чоловіки прагнуть надихнути групу на дії, роблячи роботу максимально ефективною.

Переходячи до аналізу зв'язків між самоприйняттям, прийняттям інших та лідерських якостей у студентів, було виявлено позитивний зв'язок між самоприйняттям та лідерством (0,26), прийняттям іншим та лідерством (0,13), отже існує зв'язок між рівнем прийняття себе і інших та виявлення лідерства, лідерських якостей під час групової роботи. Варто зазначити, зв'язок із самоприйняттям є сильнішим за зв'язок із прийняттям інших, що є неочікуваним, адже вважається, що прийняття інших є однією з ключових характеристик лідера, що веде до успішних результатів та підвищення продуктивності команди.

Було виявлено зв'язок між самоприйняттям та факторами лідерства: вплив (0,35), уміння надихати (0,27), інтелектуальна стимуляція (0,35), індивідуальний підхід (0,17), управління (0,15). Негативний зв'язок виявився з фактором «надання самостійності». Отже можемо припустити, чим вищий рівень самоприйняття, тим більше лідер схильний до виконання роботи самотужки, відсутність делегування роботи. Відповідно було виявлено зв'язки між прийняттям інших та факторами лідерства: вплив (0,25), уміння надихати (0,31), інтелектуальна стимуляція (0,15).

Порівнюючи кореляційні зв'язки жінок та чоловіків, встановлено: зв'язки між жінками та самоприйняттям (0,27), прийняттям інших (0,21), лідерством (0,22) та його факторами. Кореляційний зв'язок між чоловіками та самоприйняттям, прийняттям інших, лідерством та лідерськими факторами відсутній.

**Висновок.** Отже, за результатами наукових досліджень можна зробити висновок, що самоприйняття та прийняття інших, є важливим фактором, який впливає на розвиток лідерських якостей. Встановлено, що для студентів більш притаманне самоприйняття ніж прийняття інших, що є нетиповим для лідера, який повинен бути відкритим до інших і приймати їх такими, які вони є. Зв'язок між самоприйняттям, прийняттям інших та лідерськими якостями студентів дійсно існує, проте він є характерним лише для жінок. Дослідження взаємозв'язку цих факторів відкривають нові можливості для розуміння та підвищення рівня лідерської діяльності у студентів, а також полегшення соціальної адаптації студентів у колективі.

#### *Література:*

1. Краснощок І. П. Розвиток лідерських якостей студентів. *Наукові записки КДПУ*. Серія: Педагогічні науки / за ред. В. В. Радул. Кіровоград : КДПУ ім. В. Винниченка, 2012. Вип. 112. С. 211-219.

2. Лемак М. В., Петрище В. Ю. Психологу для роботи. *Діагностичні методики*: метод. вид. Ужгород, 2011. С. 85-90. URL : [https://wp.nmc-pto.rv.ua/DOK/MZPsSI/Psyhologu\\_dla\\_roboty.pdf](https://wp.nmc-pto.rv.ua/DOK/MZPsSI/Psyhologu_dla_roboty.pdf) (дата звернення : 20.05.2023).
3. Саннікова О. П., Гордієнко І. О. Психодіагностична методика «індивідуальна композиція показників самоприйняття»: перевірка теоретичного конструкту. *Проблеми сучасної психології* : зб. наук. праць / за ред. С. Д. Максименка, Н. Ф. Шевченко, М. Г. Ткалич, 2018. № 1(13), С. 140–146.
4. Сердюк Л. З. Особистісна самореалізація та психологічне благополуччя як основні стратегічні цілі мотивації учіння студентів ВНЗ. *Науковий вісник Чернівецького університету*, 2014. С. 151-159.
5. Ellis A. Reason and emotion in psychotherapy. New York : Lyle Stuart, 1962. P. 101.
6. Horney K. Neurosis and Human Growth. The struggle toward self-realization. 2nd ed. W. W. Norton & Company, 1991. 392 p.

# ПРОБЛЕМИ ПОЛІТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

*Анна Волкова*

*кафедра теоретичної та практичної психології*

Національний університет «Львівська політехніка», Україна

наук. керівн: к. пол н., доц. Свідерська О.І.

## ОСОБЛИВОСТІ ВЕДЕННЯ ІНФОРМАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ОПЕРАЦІЇ ПРОТИ УКРАЇНИ

**Вступ.** У сучасному світі кожна сфера певною мірою залежить від розвитку інформаційних технологій. Це наслідок суспільного прогресу, проте і він має свої недоліки. Основне сучасне джерело поширення інформації, інтернет, не гарантує її достовірність, і активно використовується ворогом для створення шкідливих наративів, для поширення фейків. Кожен день, поки Збройні Сили України б'ються з ворогом за наші території, кожен з нас веде битву з ним за нашу власну свідомість. Поки воєнні використовують реальну зброю для боротьби, ми – наше критичне мислення. РФ кожного дня використовує певні елементи ІНФОРМАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ОПЕРАЦІЇ (спеціальні інформаційно-психологічні операції), основною метою яких є психологічно тиснути на особовий склад супротивника та населення країни-жертви, аби послабити їхню волю, деморалізувати та сформуванати певний світогляд.

Росіяни вже давно використовують дану стратегію проти різних країн перед початком основних бойових дій, і Україна не стала виключенням. Підготовка до теперішньої гібридної війни почалась ще задовго до 2014 року і здійснювалась на багатьох рівнях, зокрема в інформаційному середовищі як росіян, так і українців. Пропаганда поширювалась багатьма способами, починаючи від тролів в інтернеті і на телебаченні, закінчуючи сюжетами політичних фільмів та книг, але всі вони цілеспрямовано і систематично впливали на свідомість населення, формуючи в них стереотипне ставлення до української нації. Отже метою даного дослідження є концептуалізувати поняття спеціальної інформаційно-психологічної операції як суспільно-політичного феномену, описати його призначення та пояснити, як саме росія використовувала цей вид маніпуляції для підготовки до повномасштабного вторгнення в Україну. Феномен інформаційно-психологічних операцій розглядається в роботах таких науковців, як В. Богуш, А. Іващенко, Р. Марутян, В. Смолянук, П. Черник, А. Шумка, О. Романчук, Д. Присяжнюк та ін.

Спеціальні інформаційно-психологічні операції або ІНФОРМАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ОПЕРАЦІЇ – це цілеспрямоване використання пропагандистських, дипломатичних, економічних, військових і політичних засобів для прямого і непрямого впливу на думки, настрої, почуття супротивника для того, щоб змусити його населення діяти в чітко визначених напрямках. Іншими словами, це вид маніпуляцій масовою свідомістю, який використовується у воєнних і політичних цілях для того, щоб послабити волю супротивника, нав'язати певний наратив, форму поведінки та залучитися підтримкою аудиторії, яка не визначилась щодо актуальних подій, також зміцнити прихильність дружньої аудиторії. Об'єктом ІНФОРМАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ОПЕРАЦІЇ найчастіше виступають політики, армія, політичні активісти, населення всієї держави-жертви або ж населення окремого її регіону. Проводять інформаційно-психологічні операції агенти з професійним рівнем підготовки. Їхня основна задача – посіяти серед громадян іншої держави зародок страху, недовіри до уряду, викликати у них зайві підозри, тривогу та нав'язати вигідну точку зору, яка швидко пошириться і закріпиться в їхній свідомості. Результатом успішно проведеної інформаційно-психологічної операції є повний психологічний контроль над об'єктом. Внаслідок постійного систематичного впливу, рівень критичного мислення об'єкта знижується, він щоразу легше піддається маніпуляціям і вірить кожному слову агентів, згодом і сам починає поширювати неперевірену інформацію серед свого оточення, тим самим збільшуючи кількість джерел негативного впливу і прискорюючи дію ІНФОРМАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ОПЕРАЦІЇ. В цьому контексті ІНФОРМАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ОПЕРАЦІЇ можна порівняти з вірусним захворюванням: воно швидко поширюється, інколи непомітно, складно лікується, руйнує клітини (в нашому випадку державу) організму зсередини і підриває загальний його стан. Мета інформаційно-психологічної операції – проникнути всередину системи супротивника, вплинути на суспільство, щоб стимулювати появу опозиційних рухів, змусити приймати необдумані рішення. Планування психологічної операції передбачає аналіз ситуації, визначення концепції операції, формулю-

вання цілей стосовно до конкретної аудиторії, вказівки щодо використання тем (значну увагу приділяють темам, яких потрібно уникати), чіткі вимоги до підрозділів ПСО і необхідної техніки, координацію, логістику та фінансування, а також розклад операцій. Таким чином, ПСО – важлива зброя у будь-якій інформаційній війні.

На думку польського дослідника А. Лелонека, інформаційної війна – це дії, що здійснюються задля досягнення інформаційної переваги над опонентом, використовуючи процеси опрацювання персональних даних, інформаційні системи та комп'ютерні мережі для поширення дезінформації за викривлення реальних фактів в свою користь. Інформаційна війна – складова частина ідеологічної боротьби, адже для успішної дестабілізації та контролю населення якоїсь країни необхідно спочатку переконати його, що насилля в його бік – виправдана міра. Отож, росія почала інформаційну війну проти України ще давно, вона між нами в той чи іншій мірі триває вже століттями. Геноцид, репресії, окупація наших територій, перепис історії – це все було спрямоване на винищення української національної свідомості, на присвоєння собі наших історичних досягнень і привласнення наших земель. Можна сказати, що росія намагалась в минулому і досі намагається зараз «поглинути» нас, як вона зробила з багатьма етнічними групами до того, проте наше непідкорення змушує їх постійно генерувати нові наративи. Для досягнення цієї мети, російські політичні лідери за допомогою прихованої пропаганди спочатку просували ідею про те, що українці, в порівнянні з росіянами – неграмотні, невиховані, проте дуже підступні селяни, що говорити українською можна лише в комедійному контексті, а любити Україну означає бути «западенцем», націоналістом і бандерівцем. За допомогою ЗМІ, різної друкованої, відео- чи аудіопродукції, російська влада формувала в населення міцну зневажливу асоціацію про український народ як «дурних молодших братів». Тобто, незважаючи на свою фанатичну ідею братських слов'янських народів, росія завжди робила акцент в своїй пропаганді на тому, що ми чимось гірші за них, наша культура незначна (для цього штучно створили поняття «шароварщини»), а наша історія настільки тісно пов'язана з росіянами, що українців навіть не можна вважати окремою нацією, наприклад, як у випадку з популярним стереотипом про походження української мови від російської. Всі ці ідеї дуже ефективно поширювались і закріплювались також завдяки російському кінематографу та літературі. Деякі твори з прихованою пропагандою стали настільки популярними не тільки в Росії, а й в Україні, що у самих українців почало формуватися відчуття меншовартості. Це призвело до того, що цій групі «оброблених» українців стало соромно називатися українцями, говорити державною мовою, вони більше себе асоціюють з російською нацією, ніж з власною. Коли росіяни досягли подібного результату, на цьому фундаменті почали нав'язуватись вже інші ідеї.

Перед тим, як формувати до українців вороже і агресивне ставлення, російська влада спочатку сформувала зневажливе і зверхнє. Вже з 2010 року в кінематографі і ЗМІ все частіше українців ненав'язливо виставляли зрадниками, ворогами, нездоровими націоналістами. Реальні історичні факти про Україну подавалися у вигляді перекошеної напівправди, більшість взагалі замовчувалась. Як у прихованій, так і у відкритій пропаганді на обговорення України і її внутрішніх проблем виділялось більше часу, ніж на вирішення власне російських питань. Це змінило ставлення росіян до українців з простого презирства до відкритої ненависті, з «братів-слов'ян» українці поступово перетворилися на головних ворогів. Це був важливий етап інформаційно-психологічної операції на шляху до війни з Україною. Але подібний вплив здійснювався не тільки на самих росіян, а і на українських громадян, зокрема на жителів східних територій. Там проводився особливий тип ПСО, спрямований на підвищення прихильності до російського уряду і зниження довіри до українського, тому після початку окупації в 2014 році досить багато жителів окупованих територій, незважаючи на жахливі життєві умови, мають стійку проросійську позицію, яку в них закріпили роки пропаганди.

У 2014 році, після Революції гідності, з'явився найпопулярніший російський наратив, який вони досі активно використовують в своїх інформаційно-психологічних операціях. Це міф про українських нацистів і київський режим, який прив'язали до діяльності Степана Бандери (про свою співпрацю з нацистами у вигляді пакту Молотова-Ріббентропа, росіяни, звісно ж, тактично ніколи не згадують). Після цього українці стали не просто ворогами, а нацистами, наймерзеннішим ворогом росіян в історії! Ця брехня так добре спровокувала російську ворожість також через їхню культуру «победобесія», тобто зведення в культ будь-яких перемог (реальних або уявних), створення образу Росії як борця зі всесвітнім злом. На основі даного

міфу російська пропаганда, яка і раніше не відрізнялась правдивістю, взагалі втратила будь-який зв'язок з адекватною реальністю. В яких моральних злочинах Україну тільки не звинувачували: виявляється, українці пили кров снігурів, їли російських немовлят, розіп'яли хлопчика в трусиках «як Ісусика» і багато чого іншого. Багато міфів базувалися на насиллі проти дітей і тварин, щоб викликати якнайбільше негативних емоцій. Російська пропаганда працювала не покладаючи рук задля того, щоб українці асоціювались в маси з ненажерливими кривавими монстрами, щоб слова «бандерівці» та «нацисти» стали синонімами. Разом з цим активно розповсюджувалась ідея того, що російськомовне населення, «адекватні українці», потерпають від окупації нацистського режиму Києву і їх терміново треба рятувати. Зібравши це все до купи, стає зрозумілим, чому росіяни так ненавидять українців і з чистою совістю схвалюють вбивства цивільного населення.

Після повномасштабного вторгнення в Україну 24 лютого 2022 року, росіяни почали розповсюджувати свої хворі наративи про нацистів вже на іноземних платформах у спробі виправдати своє насилля по відношенню до України. Росіяни масово поширюють дезінформацію, нові міфи про кровожерливість української армії та відчайдушно приховують правду. Зокрема, їхньою улюбленою стратегією стало після обстрілу житлових кварталів заявити, що це ЗСУ обстріляли власні території, що в цивільних будівлях переховувались військові або що наслідки влучення ракет – постанова. Коли були відкриті жахіття окупованої Бучі, спочатку росіяни намагались маніпулювати датами свого відступу і заявляли, що вбивства були скоєні ЗСУ. Коли це не спрацювало, пішли заяви що нібито кадри із супутника НАТО, де чітко видно тіла на вулицях і російську техніку поряд – фейк і постанова. Іншими словами, коли Україна знаходить докази воєнних злочинів росіян, вони, намагаючись виправдатись, вже самі плутаються в своїх заявах і часто протирічають собі ж.

**Висновки.** ІПСО використовуються росіянами під час нинішньої війни проти України з метою забезпечення оптимальних умов для взяття під контроль територій, тобто зробити все, щоб українці не чинили опір російським окупантам. Вони проводяться у різних формах для просування певних наративів, для встановлення контролю над свідомістю населення. Можна точно сказати, що підготовка до війни почалась ще задовго до безпосередніх бойових дій. Той факт, що Україна перемагає в інформаційній війні не має знижувати обачність українців щодо будь-якої вірусної інформації. Захиститися від російських ІПСО складно, але можливо, якщо якісно фільтрувати свій інформаційний простір.

#### *Література:*

1. Мороз Ю. М., Твердохліб Ю. П. Інформаційно-психологічні операції в умовах ведення гібридної війни. *Вісник Львівського університету. Серія міжнародні відносини*. 2016. Випуск 38, с. 97-105.
2. Свідерська О. І. Цифрова пропаганда та ризики інформаційної безпеки у контексті російсько-української війни. *Політикус*. 2022. Вип. 2. С. 60–65.
3. Твердохліб Ю. Теоретичні підходи до дослідження інформаційно-психологічних операцій. *Epistemological studies in Philosophy, Social and Political Sciences*. №2 (2), 2019. С. 122-131.
4. Яковчук В.С., Малець Б.І., Борзов Ю.О. Інформаційні війни в сучасному світі. URL: <http://surl.li/bevva>

## **ПОЛІТИЧНА МЕДІА-ПРОПАГАНДА ТА ЇЇ СОЦІАЛЬНИЙ ВПЛИВ**

В сучасному просторі, технологічно насиченому та орієнтованому на технологізацію, не слід знецінювати вже існуючий вплив соціальних мереж на мислення та ставлення людей відносно будь-чого, що є навколо них. Тобто, на сьогодні людство живе в інформаційному суспільстві. Це новий тип суспільства, в якому володіння інформацією (а не матеріальними благами) є рушійною силою його перетворень та розвитку, і де процвітає людська інтелектуальна творчість.

Ми формуємо своє бачення на основі того, що ми вже знаємо та на основі того, що дізнаємося, тобто якщо в минулому було здобуто негативний досвід відносно якоїсь особистості та в подальшому ми почули про скандал з її участю, це не призведе до неочікуваності, що не відбулося б про позитивному ознайомленні з самого початку.

Пропаганда – це вираження думки або дії, свідомо спрямоване індивідом або групою з метою впливу на думку або дії іншого індивіда або групи з визначеною кінцевою метою за допомогою маніпуляцій, як говорить про неї Гарольд Лассвел [1]. І в цей момент саме політична пропаганда виступає як взаємне відношення двох сторін, де одна з них має переважаючий вплив. В такій двосторонній взаємодії суб'єкт і об'єкт можуть мінятися ролями, наприклад тоді, коли суспільство починає активно впливати на партії (що повсякчас трапляється за демократичних режимів, в умовах існування громадянського суспільства).

Звертаючи увагу до наукових досліджень, слід відзначити як вітчизняних вчених, котрі вивчали питання інформаційної війни – Г. Поченцов, питання протидії пропаганді – І. Малик, питання негативного впливу – Н. Еляшевська, питання новітніх методів пропаганди – М. Кіца, О. Кузнецова, І. Мудра, О. Курбан. Серед зарубіжних визначаються Г. Лассвел, Х. Хесс, Р. Гоббс, Е. Арансон.

Разюче пропаганда здатна залучатись в інформаційну війну, котра спираючись на сьогоднішнє, набуває значної ролі у нашому суспільстві, яка передбачає певні види прояву, що ми здатні сьогодні спостерігати. Це, першочергово, створення негативного відношення до чогось, надалі маніпулювання суспільною свідомістю з метою створення політичної напруженості, щоб дестабілізувати політичні відносини для провокації конфліктів, недовіри, підозрливості і репресій, що знижує рівень інформаційного забезпечення людей і дезінформує інших, через що виростає рівень недовіри і приносить моральні збитки у політичній, економічній, оборонній та інших сферах [2].

З вище сказаного можна припустити, що мета інформаційної війни зводиться до порушення обміну інформації в середовищі конкурента та маніпулюванням масами. Це можна простежити на сучасній політичній арені відносно України та росії, що не розпочалась лише напередодні початку повномасштабної, а велась з її незалежності. Тобто, пропаганда, певним чином, керується чотирма правилами за В. Біллом:

1. Спирання на емоції без дискусії;
2. Формування поділу на «ми» і «вони»;
3. Скерування уваги на групи та окремих індивідів;
4. Приховування пропагандиста.

І що цікаво, з появою інтернету, пропаганда розпочала змінюватись та адаптуватись до сучасної людини, тобто тепер вона підпорядковується дещо іншим принципам, котрі визначив Р. Гоббс:

1. Орієнтація на виключну активізацію сильних емоцій;
2. Навмисне спрощення наданої інформації;
3. Апеляція до надії, страхів чи мрій цільової аудиторії;
4. Атакування опонента інформаційно [1].

Тоді виступає питання, як саме люди маніпулюють? Існують певні техніки та методи через які в медіа-просторі саме і вчиняється вплив із метою таємного психологічного,

політичного, комерційного і навіть фізичного примусу. Одними з способів можна назвати пряме підтасовування фактів, замовчування невігідної інформації, упередженість інтерпретації фактів, надання сфальсифікованої інформації, навішування ярликів для компрометації політиків і використання групових інтересів.

Найбільш популярною технікою для розповсюдження інформації в політиці вважається політична реклама, пропаганда і PR як засіб для отримання, збереження влади чи реалізації певних планів. Тут використовуються не тільки певні методи, а й цілі жанрові форми, які вміщують псевдоподію, містифікацію. Псевдоподією вважають навіть такий безневинний жанр, як інтерв'ю. Сюди ж належать і прес-конференції – псевдоподії, які вміло використовують служби PR для належного спрямування журналістських репортажів і громадської думки.

На етапі поширення електронних мас-медіа можливості для маніпуляцій різко зростають, оскільки людина краще сприймає не текст повідомлення, а посередника, який і проголошує це повідомлення. Маніпуляції дедалі більше розквітають в електронний період розвитку мас-медіа, оскільки при сприйманні комбінованого способу подачі інформації уява реципієнта розсіюється і розумове прочитання змісту поступається чуттєвому, ірраціональному [4].

В медіа-просторі застосовують такі ж методи маніпулювання, як і в усіх ЗМІ: маніпулювання мовою, образами, звуками, способами та послідовністю подачі матеріалів. Інструмент цей через свою ефективність може слугувати як на користь суспільства, так і перетворитися на гібридну зброю впливу [2].

Активно використовують також засоби, що їх можна назвати пропагандистськими та маніпулятивними одночасно: навішування ярликів, блискучі узагальнення, перенос, "трансфер", посилення на авторитети, гра у протинародність, підтасовка фактів, загальна "колія". Крім цього, одним із найпотужніших методів маніпуляції є мультиплікаційність, швидкий темп подачі інформації, розбивання її на фрагменти за допомогою реклами.

Рівноцінно цікавими буде й погляд на різні види пропаганди як офіційна пропаганда – пов'язана з використанням технологій супроводжуючих, та є офіційно заявленою суб'єктом інформаційної політики; неофіційна пропаганда – базується на застосуванні інформаційних технологій, що забезпечують просування на політичному ринку; пряма пропаганда – використовує публічні заяви, заклики, відкриту критику на адресу опонентів тощо; непряма пропаганда – чинить непрямий вплив на аудиторію за рахунок використання технології задіяння різних підтекстів, прихованих натяків [1].

Отже, сучасна медіа-пропаганда, яка здійснюється на сьогодні додатково ще й в середовищі інтернету, стає значимим фактором того як саме люди споживають інформацію та надалі керують своєю позицією. Саме тому інтернет й став інструментом, що задіюється в інформаційній війні, через його розгалуженість та масштабність.

За розповсюдження впливу відповідають різноманітні техніки та методи, що керуючись особливостями подання інформації впливають на сприйняття людини чогось, тобто все зводиться до того як саме пропаганда проявляється та підтримується. Саме тому медіа-ресурси у сучасному світі здатні винятково впливати на маси через те, що націленість пропагандиста спрямована на цільову аудиторію та на проблематичні теми суспільства, що викликають сильні емоції.

#### **Література:**

1. Белей Л. Пропаганда: історія питання. URL: <https://uchoose.info/propaganda-istoriya-putannya/>
2. Малик Я. Інформаційна війна у Україна. *Науковий вісник. «Демократичне врядування»*. Вип. 15, 2015. URL: <http://surl.li/jhszt>.
3. Сніжко А.С. Політична пропаганда як засіб взаємодії партій та суспільства. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія «Філософія. Політологія»*. № 101, 2011. С. 56-58.
4. Торічний В. О. Дослідження пропаганди як інструменту інформаційного забезпечення державної безпеки. *Право та державне управління*, 2019. С. 183–186.



## **ПОЛІТИЧНІ МАНІПУЛЯЦІЇ ЯК ЗАСІБ ВПЛИВУ НА ПСИХІКУ**

**Вступ.** З огляду на події в Україні та світі, актуальною темою дослідження є проблема політичних маніпуляцій, які відгукуються у пізнавальній сфері і формують викривлений образ особистості, деформують її свідомість. Слід зауважити, що швидкий і безперервний розвиток інформаційних технологій спричинює щоденний потік нової інформації. У зв'язку з тим, що різних новин, статей, інтернет ресурсів з кожним днем все більше, стає актуальним питання медіаграмотності та правильного сприймання інформації. Серед великої кількості повідомлень людина може втрачати пильність, критичність та сконцентрованість і вважати правдивим все, що їй транслюють, а вона сприймає. Проте на даний момент в інфопросторі є багато фейкових ресурсів та каналів, які впливають на свідомість особистості та розвивають інформаційну війну. Щоб мати змогу протидіяти цьому, потрібно розвивати власне критичне мислення та фільтрувати отримані знання та інформацію.

Одним з методів впливу на психіку іншої особи є маніпулювання. Зокрема, в багатьох країнах поширене політичне маніпулювання, яке ми розглянемо. В основі будь-якої технології маніпулювання масовою свідомістю лежать механізми впливу на психіку людини. Якщо факт маніпулювання очевидний, то воно здійснюватися не може.

Політична маніпуляція – це система засобів ідеологічного і духовно-психологічного впливу на масову свідомість із метою нав'язати певні ідеї, цінності; цілеспрямований вплив на громадську думку і по-літичну поведінку для спрямування їх у заданому напрямку. Політичний маніпулятивний вплив є комунікативним системним процесом, що охоплює такі елементи:

- 1) мету політичного маніпулювання, яка полягає в отриманні, реалізації та збереженні влади;
- 2) об'єкт маніпуляції – це маси, які вивчаються представниками політологічних, психологічних, соціологічних галузей наукового знання;
- 3) жертву маніпуляції – це людина, група людей, суспільство (об'єкт маніпулювання), які були використані або якимсь чином посприяли досягненню встановленої мети;
- 4) суб'єкт маніпулювання – це людина (група людей), яка ініціювала проведення маніпулювання свідомістю для досягнення певної мети;
- 5) інструменти маніпулювання – це ідеї, способи, методи, використання яких дає змогу впливати на свідомість людини для досягнення певної мети;
- 6) мішені впливу, ними можуть бути окремі люди, їхні об'єднання, соціальні групи, населення й навіть країни – об'єкти спеціальних інформаційних операцій.
- 7) засоби маніпулятивного впливу.

Політичне маніпулювання має свій алгоритм дій та фази, які допомагають досягти результату. Першочерговим завданням маніпулятора є пробудження інтересу в потенційного об'єкта до певних дій та слів маніпулятора. Після цього маніпулятор повинен ввійти в довіру до свого об'єкта. Також необхідне зацікавлення інтригою, наприклад, можливість отримати якусь інформацію. На наступному етапі застосовують маневр відволікання. Це може бути перенесення уваги на другорядну деталь, сенсаційну звістку, яка не стосується справи. Тоді відбувається підміна, приховування слів, дій. Наступним кроком є констатація сфабрикованого результату. Фінальна дія – приховане або відкрите спонукання об'єкта маніпулювання до дій, слів, поведінки, необхідних маніпуляторіві.

Для успішності у досягненні мети, окрім алгоритму дій потрібні і засоби, які цьому сприяють. Розглянемо основні з них. Найефективнішими є ЗМІ, адже саме вони подають найбільшу кількість інформації. Також варто зауважити, що люди найбільше довіряють саме цій інформації, не перевіряючи її достовірність. Проте через такий високий рівень довіри і з'являються маніпулятивні дії. Завдяки роботі ЗМІ створюються і поширюються різноманітні політичні іміджі, образи, стереотипи поведінки, подаються заздалегідь заготовлені відповіді на запитання, які хвилюють населення.

Найчастіше перед виборами ми бачимо у ЗМІ, на вулицях, культурних заходах політичну рекламу, проте не приділяємо особливої уваги тому, як вона впливає на нашу психіку. Складовими такої реклами є політичні плакати, листівки, газети, відео кліпи. Телевиступи, як жанр політичної реклами допомагають кандидатам найефективніше звертатися до виборців та отримувати найбільшу залученість.

Малопомітним, але надзвичайно важливим є засіб вербальної та невербальної комунікації з виборцями. Вербальні гасла повинні задовольняти два типи вимог: з одного боку, вони повинні спиратися на символізм партії, з іншого боку, відобразити основні проблеми, істотні на той момент для населення. Короткі гасла кандидатів надовго засідають у голові виборців і з часом, коли людина чує це гасло знову, воно вже здається їй знайомим та близьким, через що формується позитивне ставлення до кандидата. Окрім вербальних засобів, використовують також мову жестів, що було дуже характерним для М. Горбачова, запам'ятовуються своєрідні звички – сигара У. Черчилля, люлька Й. Сталіна.

Тривалий час найпоширенішим засобом маніпулювання є пропаганда. Особливо вона була поширена у пострадянському просторі. На відміну від багатьох інших засобів маніпулювання, її складно виявити. Характеризуючи цей засіб, варто згадати цитату Гітлера у його праці «Mein Kampf». Він вважав, що за допомогою вмілого й тривалого застосування пропаганди можна представити народу навіть небо пеклом і, навпаки, найубогіше життя представити раєм. Основними ознаками пропаганди є те, що вона є цілеспрямованою, може мати різні форми й використовувати різні засоби, впливати на ставлення до певних явищ або груп людей.

За Блуммером є три основні способи досягнення пропагандою своєї мети:

- Підтасовування фактів і надання хибної інформації.
- Використання внутрішньогрупових і позагрупових установок (це дозволяє відтворити технологію створення «образу ворога»).
- Використання емоційних установок і стереотипів, якими люди вже володіють, шляхом вибудовування асоціацій між цими установками та задачею пропагандиста.

Популярним є чорний піар, який включає 4 компоненти (розповсюдження слухів, неправдива інформація, сублімінальні прийоми впливу, чорна пропаганда). Перші два компоненти допомагають дискредитувати суперника та показати його негативні сторони, навіть якщо ці дані гіперболізовані. Сублімінальні методи – це такі комунікативні впливи, які відбуваються незалежно від свідомості того, на кого впливають. Часто це проявляється в політичних гаслах, які несуть позитивний підтекст, внаслідок чого певний кандидат асоціюється у виборця з позитивними настроями (коли кандидат говорить про майбутнє, добробут, розвиток, покращення, несвідомо, але він буде асоціюватися у свідомості людей саме з цими поняттями).

Чорна пропаганда – повідомлення з неправдиво зазначеним джерелом. У даному випадку можуть поширюватися газети, брошури, у яких описані негативні ситуації, які породжують почуття огиди до певного кандидата. Проте ці дані є нічим не підтверджені та видаються фальшивими виданнями. Але, прочитавши шокуючу інформацію, люди часто не звертають увагу на видання та не перевіряють достовірність цих даних.

Сьогодні більшої популярності набирають інтернет-джерела. На жаль, багато неправдивої інформації стрімко поширюється мережею та несе за собою серйозні наслідки. Мала частина користувачів шукають першоджерела та намагаються дізнатися максимально точну та правдиву інформацію. Більшість людей сприймають інформацію та поширюють її далі, не замислюючись, що вона може бути хибною, чи написаною сторінкою, яка створена на один день тільки з метою поширити дану статтю.

Також в політичній діяльності популяризується створення міфів. Політичний міф – це реакція на неможливість раціонально пояснити радикальні зміни, що відбуваються. Існує різна класифікація політичних міфів. В загальній картині можемо згадати міфи про певну націю, державу, або ж про конкретну людину, яка подається в ідеалізованому образі і формує думку про багатообіцяюче майбутнє. Політичні міфи використовують групи, партії, державні діячі, які прагнуть впливати на настрої в суспільстві.

Поширене також політичне насилля як форма отримання, збереження, зміцнення влади. Масштаби використання політичного насилля зумовлені типом по-літичного режиму. До насилля вдаються за всіх режимів, але най-більш дієво та активно його використовують

тоталітарний та авторитарний режими. Політичне насилля буває прямим і прихованим. Пряме політичне насилля здійснюється шляхом застосування сили (війна, військовий терор, політичні репресії), приховане – без застосування сили, але шляхом психологічного тиску, політично-го та іншого втручання.

Із метою досягнення максимального впливу на виборців політичні сили застосовують різні виборчі стратегії.

1. Крейсерська стратегія. Цей сценарій організації виборчих акцій підходить для тих кандидатів і партій, які задовго до виборів мають широку громадську підтримку і є лідерами стосовно політичних конкурентів.

2. Стратегія ривка (прориву). Цей сценарій організації виборчих акцій використовується партіями (кандидатами), які до початку виборчої кампанії не мають широкої популярності серед виборців. Стратегія полягає в тому, щоб зробити інформаційний прорив на початку виборчих перегонів, аби якомога гучніше заявити про себе в ЗМІ, запам'ятися виборцям.

3. Стратегія динамічного фіналу. В цьому разі активність рекламних акцій збільшується з наближенням дня голосування. Виборці спостерігають за повільним початком кампанії, але на її останньому етапі на них спрямовується вал рекламної продукції.

4. Стратегія великої події. Ця стратегія передбачає організацію політичною силою декількох гучних заходів – ексклюзивних, екстраординарних, скандальних подій, які привертають увагу ЗМІ. У ході цих акцій влаштовують публічні дебати з опонентами, пресконференції із заявами, гучними зверненнями, що викривають політичних суперників.

**Висновок.** Можемо зробити висновок, що існує багато різних засобів впливу на психіку. Політичні маніпуляції активно розвиваються та поширюються. Вони можуть впливати на наше життя, навіть якщо ми про це не здогадуємось. Проте, щоб не стати жертвою таких маніпуляцій варто розвивати критичне мислення, перевіряти отриману інформацію, читати достовірні джерела та робити власні висновки. Кожна людина може самостійно робити вибір, піддаватися на маніпуляції та реагувати на них, чи критично сприймати інформацію та формувати власну незалежну думку. Тоді її психіка не буде піддаватись та емоційно сприймати політичне маніпулювання.

#### *Література:*

1. Козирев М. П. Політична психологія: навч. посібник. Львів: ЛьвДУВС. 2018. 648 с.
2. Маніпулювання політичне. Енциклопедія Сучасної України. НАН України, НТШ. Київ : Інститут енциклопедичних досліджень НАН України, 2018. URL: <https://esu.com.ua/article-63454>

*Софія Гриб*  
*кафедра теоретичної та практичної психології*  
Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
наук. керівник: к. пол. н., доц. Свідерська О. І.

### **ПОЛІТИЧНЕ МЕДІА-МАНІПУЛЮВАННЯ В УМОВАХ ВІЙНИ**

**Вступ.** Застосування маніпулятивного впливу збільшується відповідно до швидких темпів розвитку людства та його інформаційно-комунікаційних технологій, які містять незліченну кількість інформації. Проблема маніпулювання в цілому, і політичного маніпулювання зокрема, є актуальною в умовах війни, адже постає ефективним інструментом для здійснення політичного впливу на масову свідомість, дезорієнтації суспільства, формування громадської думки, політичних поглядів та діяльності. Важливими для даного дослідження є погляди на цю проблему Н. Волковського, С. Жука, О. Титенка, П. Прибутька, А. Кузьменка, О. Бойка та інших. Цінними для досліджень проблеми політичного маніпулювання є погляди викладені в працях В. Мальцева, О. Гуменюка, Б. Станкевича.

Політичне маніпулювання на сьогодні є поширеним явищем, і найчастіше його розуміють як «приховане управління політичною свідомістю та поведінкою людей, аби примусити їх діяти (або не діяти) всупереч власним інтересам [3, с. 523]. О. Бойко під політичним маніпулюванням розглядав: «потужний інструмент прихованого впливу на психіку людини і поведінку мас, що активно використовується у боротьбі за владу, намаганнях утримати її» [5, с. 235]. Основною суттю політичного маніпулювання є створення додаткових ефективних психологічних елементів у боротьбі за владу, що здійснюється через прихований вплив на зміну масової свідомості, на спрямування суспільних настроїв і громадської думки в потрібному напрямі [3, с. 523].

За Р. Ароном, метою того, хто маніпулює, є створити ілюзію «вільного вибору», змінити поведінку аудиторії на свою користь, без прямого примусу, лише певним чином скеровуючи дії людини, на яку спрямована маніпуляція. Успішність маніпуляції може залежати від того, як мало знає людина, чи є вона аполітичною та чи довіряє інформації. Якщо всі три показники наявні і є на досить високому рівні, то така людина легко піддається політичним маніпулятивним впливам, порівняно з тою, в якій вони на низькому рівні [6, с. 256, 263].

В умовах війни, яка є гібридною, тобто як фізичною, так і інформаційною, засоби масової інформації (ЗМІ) і комунікації (ЗМК) несуть велику кількість інформації в маси, одна людина не може перевірити це все перевірити на достовірність, тому просто відмовляється від перевірки [3, с. 523]. Вона ніби втікає в «псевдореальність». Крім цього, існує такий ефект, як «новини знайдуть мене», коли користувач даних засобів не старається шукати інформацію самостійно, а чекає, поки вона дістанеться йому автоматично [4, с. 26].

В сучасних умовах існують різні засоби, де може здійснюватися політичне маніпулювання. В основному вони базуються на створенні і введенні в масову свідомість суспільних міфів і ідей. Найбільш популярними з них, можуть бути засоби масової комунікації і публічні виступи політиків. А також: соціальні мережі, блоги, форуми, які політичні лідери використовують для досягнення різного роду цілей (особистих і державних), для агітації, пропаганди, і через які маніпулюють суспільною свідомістю для досягнення політичних цілей. Для того щоб виправдати певного політичного суб'єкта чи політику, зробити їх більш легітимними, ЗМІ і ЗМК змішують правдиві факти з вигаданими, перекручують дійсні факти, застосовують брехню, роблять все емоційнішим, спеціально підбирають новини, створюють дискусії в соціальних мережах. Все це можна вважати політичними маніпуляціями спрямованими на зміну масової політичної свідомості [1, с. 39-40].

Велике значення для політичного маніпулювання на даний час відіграє «епоха постправди», яка ґрунтується на відкиданні реальних фактів на перевагу емоціям і особистим переконанням. Це можна аргументувати тим, що політичне маніпулювання включає в себе такі характеристики постправди, як: безперервний потік інформації, який переважує людину, замовчування всього обсягу інформації, виділення лише ніби-то основного з неї, звернення до емоцій і переживань аудиторії, на яку спрямовується маніпуляція, поєднання правди, брехні і перекручування інформації, вибір відповідного часу для здійснення маніпуляції, провокація бурхливих реакцій через штучну сенсаційність.

Якщо говорити про прийоми політичного медіа-маніпулювання, то варто виокремити два основних прийоми і це: інформаційна повістка дня і фреймінг. Суть інформаційної повістки дня полягає у тому, що ЗМІ виокремлюючи певні теми, розповідаючи більший обсяг інформації з цієї ж теми, розповідаючи якусь тему першою і наголошуючи, що вона є найважливішою на даний час, привертаючи увагу до певного питання, формують рівень важливості даного питання для людей. ЗМІ ніби вказують на те, про що люди у масі повинні думати, знати, відчувати. Інші питання постають не такими важливими порівняно з цим, відволікається увага суспільства від інших можливо більш реальних і важливих проблем, які не вирішує влада. Прикладом даного явища можуть бути інформаційні впливи російського ЗМІ, яке готувало їхнє суспільство до повномасштабної війни з Україною. Першоплановими питаннями, на той час були питання про євроатлантичний курс України, та одночасно приниження, дегуманізації українців, через ніби-то неможливість вести самостійне життя. Це стало однією, але не основною, із причин позитивного оцінювання і підтримки росіянами повномасштабного вторгнення росії в Україну. В Україні також часто можна спостерігати таке явище, особливо під час війни. До прикладу: більшість новин, які зараз транслюють по телебаченні чи в соціальних мережах безпосередньо стосуються війни (фронту бойових дій, карти повітряних тривог та іншого),

однак часто можна помітити і дуже багато новин про ліквідацію церков московського патріархату, про викриття корупції в якихось установах, батальйони депутатів закордоном. Буває, що такі новини заповнюють весь медіа-простір. І тоді виникає питання: чи не відволікають в той час нашу увагу від більш важливих моментів: від війни? Чи дійсно це зараз настільки важливо?

Іншою технологією політичного маніпулювання аудиторією є фреймінг. Основною суттю якого є: ракурс під яким висвітлюється конкретне питання тим, хто його поширює, безпосередньо впливає на те, як його зрозуміють споживачі цієї інформації. Одну і ту ж інформацію як дві різні людини, так і два різні медіа-ресурси можуть проінтерпретувати по-різному. Як приклад, можна навести дві різні інтерпретації звільнення Збройними силами України українських міст, які були окуповані російськими військами. Російські пропагандисти назвали це як «жест доброї волі» зі свого боку для того аби «зменшити кількість жертв серед мирного населення», але насправді ми розуміємо, що це був не «жест доброї волі», а героїчне звільнення міст українськими військами.

Цікавою є також технологія масової емпатії. Мова йде про формування асоціацій одної аудиторії з станами чи емоціями іншої реальної чи уявної аудиторії. Наприклад, у окупованих східних областях України, російські медіа трансливали мотивацію війни через наративи: «вісім років бомбили Донбас», «переможна Велика Вітчизняна війна», «агресивний і прогнилий Захід», «велика» росія, і через міф про «другу армію світу». Це зумовило в них формування нової ідеології, яка базується на образах і емоціях, які впливають на те, що досить велика частина людей з окупованих територій стала готовою брати участь у війні з Україною без раціональних на те причин [4, с. 26-28].

Варто зазначити, що політичне маніпулювання є важливим не тільки в період виборів для того, щоб отримати прихильність від людей, чи виключно в політичних процесах, воно добре простежується і в повсякденному управлінні суспільством. Це здійснюється через обмежений доступ до інформації, її приховування для підриву довіри до влади, навішування ярликів на владу (депутатів, політичних діячів) [1, с. 40].

Для того аби вміти фільтрувати політичні маніпуляції, не піддаватися їхньому впливу, що є зараз дуже важливим, необхідною є медіаосвіта, яка повинна акцентувати увагу на протидії маніпулятивним інформаційним впливам. Вона повинна формувати у людей навички фільтрування інформації, вчити як відрізняти фейки від реальних фактів. Крім цього, вона має спонукати людей завжди перевіряти інформацію, шукати першоджерела, зіставляти інформацію з декількох джерел, застосовуючи критичне мислення. Згідно з дослідженнями, в ХХІ столітті важливою є така медіаосвіта, яка буде комплексом заходів, які спрямовані на деміфологізацію і дестереотипізацію масової суспільної свідомості. Це теж дуже важливо, адже всі маніпулятивні впливи, в тому числі і політичні, спираються на використання різних за природою (політичних, етнічних, соціальних) міфів і стереотипів. Кожній людині важливо бути медіаграмотною, для того аби бути максимально адаптованою в сучасному суспільстві, в сучасних умовах для життя, переповнених інформацією та впливом через неї. Медіаграмотність є необхідною для розвитку національної державності і громадянського суспільства в Україні в умовах гібридної війни [2, с. 66-67].

**Висновки:** підсумовуючи все вище викладене можна зробити висновки, що відповідно до темпів розвитку інформаційності суспільства, збільшується використання маніпулятивних впливів на масову свідомість людей і що є ефективним в політиці та керуванні політичною свідомістю, поведінкою людей. Політичне маніпулювання можна трактувати як: «приховане управління політичною свідомістю та поведінкою людей, аби примусити їх діяти (або не діяти) всупереч власним інтересам». Найефективнішими інструментами або засобами для здійснення політичних маніпуляцій є засоби масової комунікації та інформації: соціальні мережі, публічні виступи політиків, форуми. До основних прийомів політичного маніпулювання можна віднести: інформаційну повістку дня, фреймінг і технологію масової емпатії. Для того аби не піддаватися впливу політичних маніпуляцій необхідною є медіаосвіта, яка буде спрямована на розвиток критичного мислення, формування навичок перевірки інформації, розрізнення правди від брехні, фейків від реальності.

#### *Література:*

1. Арабаджиєв Д.Ю., Сергієнко Т.І. Політична маніпуляція та інформаційно-психологічна безпека в політичних відносинах. *Науковий журнал «Політикус»*. Вип. 2, 2020. С. 36-43.

2. Бульбенюк С. Медіаосвіта як системна контрстратегія за умов тривалої гібридної війни. *Медіаосвіта як інструмент розвитку громадянського суспільства в Україні: мат. Всеукраїнської наук.-практ. конф. (м. Маріуполь, 29 листопада 2019 р., ДонДУУ)*. Маріуполь: ДонДУУ, 2019. С. 64-67.
3. Важненко К. О., Ярошенко Т.В., Сергієнко Т.І. Дослідження політичного маніпулювання в інформаційній сфері у сучасному політичному процесі. *The IV International Science Conference «Prospects and achievements in applied and basic sciences»* (February 9 – 12, 2021). Budapest, Hungary, 2021. С. 522-525.
4. Дем'яненко В.М., Прядко Т.П. Політичне маніпулювання в епоху постправди. *Регіональні студії*. Вип. 32, 2023. С. 24-29.
5. Єфтєні Н.М. Політичне маніпулювання: особливості застосування. *Актуальні проблеми політики*. Вип. 56, 2015. С. 234-241.
6. Семенченко Ф. Г. Політичні маніпуляції як суб'єктивний вид політичного впливу. *Актуальні проблеми політики*. Вип. 51, 2014. С. 254-263.

*Анастасія Гроденцова*  
*кафедра теоретичної та практичної психології*  
 Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
 наук. керівн.: к. психол. н., доц. Партико Н. В.

## **ОСОБЛИВОСТІ СПРИЙМАННЯ ПОЛІТИЧНОЇ ІНФОРМАЦІЇ ТА ТИПИ ПОЛІТИЧНОГО МИСЛЕННЯ ІНДИВІДУМІВ**

**Вступ.** Роздуми щодо проблем ролі політичної активності людей, їх політичного мислення, сприймання ними політичної інформації продовжуються у XXI столітті. Повномасштабна війна Росії проти України, агресія проти України, розпочаті РФ відповідно в 2022 та 2014 роках з трагічними наслідками для цивільного населення поставили на порядок денний питання політичного мислення. Тип політичного мислення індивідуума та сприймання ним політичної інформації є джерелом його активності в цілому, та, зокрема політичної активності. Отже, без ґрунтовного дослідження етапів сприймання особою політичної інформації та переваги певного типу політичного мислення неможливе наукове усвідомлення змісту політичної активності представників електоральних груп і змін їх політичної поведінки, що й зумовило вибір теми нашого дослідження.

Нами проаналізовано етапи сприймання політичної інформації реципієнтами. Також розкрито сутність типів політичного мислення індивідуумів. На першому етапі сприймання політичної інформації – відкриття інформації, експозиція, дії індивіда у напрямку визначення, з якою з універсально доступної інформації він буде входити у контакт. Існують чинники-фільтри: близькість, схожість, цілісність, замкнутість, суміжність. На другому етапі сприймання інформації здійснюється ще один вибір – впорядкування інформаційних повідомлень, які вже отримано. На третьому етапі спрацьовує такий ще фільтр вибору, як вибір в інтерпретації, у тлумаченні інформації з ракурсу бажаного та очікуваного ефекту.

Проаналізовано типи політичного мислення. За Розенбергом, існують три типи політичного мислення: послідовно-ситуаційне, лінійне, систематизоване.

*Аналіз наукового внеску у розвиток даної проблеми.* Низка дослідників, як українських, так і закордонних представили результати розвідок про політичну поведінку осіб, її детермінанти, мотивацію електоральної активності, перевагу типу політичного мислення, класифікацію мотивів політичної участі громадян тощо. Так, у працях вченого Казміренка В.П. запропоновано найбільш повну класифікацію мотивів політичної участі громадян України [3]. Свідерською О. І. осмислено проблему наукового обґрунтування усіх детермінант політичної поведінки, виявлено зв'язок між політичною системою та формуванням політичної поведінки індивіда. Важливим аспектом у дослідженні Свідерської О. І. є взаємовплив психологічних особливостей особистості та інституційних норм у формуванні певного типу політичної поведінки індивіда і у сучасних суспільствах, і в суспільствах, де відбувалось панування таких

політичних режимів як тоталітаризм та авторитаризм [7]. Також серед інших емпіричних досліджень: Хома Н.М. – дослідження політичної участі та її мотивації, зокрема; Шайгородський Ю.Ж. – політичне мислення як чинник регулювання політичного життя [8]; Шестопал О.Б. досліджувала мотиваційні переваги інтерналів та екстерналів; Походенко С.В. зробила внесок щодо чинників електоральної активності тощо [5].

*Основний зміст.* Наявність у індивіда політичних стереотипів, схем або сценаріїв допомагає йому організувати політичний простір у більш-менш зрозумілий спосіб. Змістовно стереотипи постійно пропонують людям стандартні способи осмислення і підходи до політичних явищ і проблем [9]. Вони сприяють скороченню процесу пізнання, а також прийняттю необхідних рішень [4]. Вони не сприяють точності пізнання, натомість пришивиджують реакції на основі емоційного прийняття чи неприйняття інформації, її потрапляння чи непотрапляння у рамки стереотипу. Механізм дії стереотипу в тому, що «упізнаючи» за зовнішніми прикметами в реальному житті об'єкт чи явище, люди автоматично домислюють, додаючи щодо них ті характеристики «периферії», які їм нав'язують усталені стереотипи [4]. Тоді з'являється висновок, який визначатиме політичну поведінку особи.

Представимо етапи сприймання політичної інформації. Відкриття інформації для себе індивідом залежить від багатьох чинників. *На першому етапі* – відкриття інформації, експозиція, дії індивіда у напрямку визначення, з якою з універсально доступної інформації він буде входити у контакт. Завдання, які розв'язує індивід на цьому етапі сприймання інформації – вибір стимулів для усвідомлення та спрощення відкритої інформації із застосуванням фільтрів сприйняття [4]. Тобто формується «фігура – тло», тобто частина стимулів стає виділеною як об'єкт (фігура) на противагу менш опуклому задньому плану (тлу). Гештальтпсихологи дійшли висновку, що навіть коли людина дивиться на щось вперше, багато чинників вносять у її сприймання якусь впорядкованість, тобто дають змогу спрощувати інформацію, що надходить [10]. Можемо представити такі чинники-фільтри: близькість, схожість, цілісність, замкнутість, суміжність.

*На другому етапі сприймання* інформації здійснюється ще один вибір – впорядкування інформаційних повідомлень, які вже отримано. На цьому етапі сприймання інформації індивід розв'язує декілька завдань. Умовно кажучи, він намагається дати відповіді на такі запитання. Спершу він вирішує питання про те, що власне сприймається, тобто виокремлює об'єкт сприймання із загального контексту (поток) повідомлень. Саме тут об'єкт сприймання перетворюється на текст, тобто на інформацію, об'єднану логічними зв'язками, інформацію, що містить певний задум, ідею для того, хто її сприймає.

*На третьому етапі* спрацьовує такий ще фільтр вибору, як вибір в інтерпретації, у тлумаченні інформації з ракурсу бажаного та очікуваного ефекту. Фітцджеральд С. завважив: «Ми не даємо визначень тому, що побачили, навпаки, ми спочатку даємо визначення, а пізніше вже бачимо» [12, с. 21]. Формулюючи індивідуальну реакцію на те або інше, індивід покладається на свої настанови щодо цієї інформації, повертаючись до персоналізованої системи настанов, яка утворює «словник політичних схем» [4]. На цьому етапі сприймання інформації індивід також розв'язує певні завдання – по-перше, співвіднести отриману та організовану інформацію з досвідом індивіда і групи, вписати цілісний сприйнятий об'єкт у загальний культурний контекст; по-друге, висунути пояснювальну гіпотезу з репертуару наявних у масовій політичній свідомості схем інтерпретації.

За Розенбергом, існують три *типи політичного мислення*: послідовно-ситуаційне, лінійне, систематизоване. У його експериментах індивіди з різними типами мислення розглядали проблему розподілу повноважень між Президентом і Конгресом США. Людина з *послідовно-ситуаційним типом мислення* розглядає політичну реальність як перебіг подій, що узгоджено розгортаються у певній послідовності. Події та дії для осіб з *лінійним мисленням* розгортаються не самі по собі, вони взаємопов'язані; політичний універсум такого індивіда розширюється за рахунок минулого та майбутнього. *Систематизоване мислення* є аналітичним, як і лінійне. Аналіз політичних відносин та явищ підводить індивідів із систематизованим мисленням до висновку про існування системи взаємин у політиці, яка, своєю чергою, є продуктом або об'єктивних умов, або суб'єктивних зусиль. Політичний універсум індивіда з таким мисленням становить систему взаємопов'язаних відносин між суб'єктами як по вертикалі (тобто ієрархічно), так і по горизонталі.

Індивід конструює певну картину світу завдяки символам, які допомагають зрозуміти та прийняти суперечливий світ і орієнтуватися в ньому. Саме ранжування суб'єктом різних подій у межах вибраної ним системи соціальних (всезагальних, групових тощо) координат, а відповідно, і використання ним в цих цілях певних вербальних структур, можна визнати механізмом формування політичного факту як такого. Оскільки ідеальний компонент морфологічно зафіксований в політичному факті, а зміст, характер та інші фундаментальні параметри останнього безпосередньо зумовлені якістю духовних утворень, то сама політика може розглядатися як соціальний феномен (артефакт), що формується під час продукування переміщення явищ свідомості в площину практики [4]. Політичний факт “діагностується” символічним означенням. Велика кількість інтерпретаційних схем із застосуванням символів є культурно зумовленою. Тому можемо розуміти, що ці інтерпретаційні схеми будуть відрізнятися, насамперед, за віковими параметрами, оскільки в ході соціалізації сам зміст інтерпретаційних схем буде відрізнятися від соціального та історичного часу.

**Висновок.** Політичні стереотипи зумовлюють стандартне, схематизоване розуміння політичних явищ, які сприймаються індивідуумом поетапно, відповідно до процесу сприйняття ним інформації, власне політичної інформації. Відкриття інформації для себе індивідом залежить від багатьох чинників. Одним з них вважаємо типи політичного мислення реципієнтів.

#### *Література:*

1. Васютинський В.О. Демократичні цінності в структурі масової та політичної свідомості: психосемантичний аналіз. Розвиток демократії та демократична освіта в Україні: Матеріали II міжнар. наук. конф. (Одеса, 24-26 трав. 2002). К.: Ай Бі, 2003. 729 с.
2. Іванова О.І. Соціальна політика: теоретичні аспекти. Курс лекцій. К.: Видавничий дім “КМ Академія”, 2003. 107 с.
3. Інтеграційні процеси в суспільстві та політичний вибір особистості: Монографія / за ред. В.П. Казміренка. К.: Міленіум, 2008. 360 с.
4. Климанська Л. Д. Соціально-комунікативні технології в політиці: Таємниці політичної “кухні”: Монографія. Львів: Видавництво Національного університету «Львівська політехніка», 2007. 332 с.
5. Походенко С.В. Мотивація особистості як чинник електоральної активності. Психологічні основи розвитку особистості: монографія / за заг. ред. В.Й. Бочелюка, за ред. М.А. Дергач, Н.В. Волошиної. Запоріжжя: Просвіта, 2018. С. 151—163.
6. Психологія політичного мислення. URL: <https://studfile.net/preview/5288065/page:21> (дата звернення: 21.04.2023)
7. Свідерська О.І. Політико-психологічні виміри детермінант політичної поведінки. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. Серія 22. Політичні науки та методика викладання соціально-політичних дисциплін. 2016. Вип. 19. С. 89—94.
8. Шайгородский Ю. Ж. Політичне мислення як чинник регулювання політичного життя. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 22 : Політичні науки та методика викладання соціально-політичних дисциплін. 2017. Вип. 22. С. 3—15.
9. Цюрупа М.В. Основи сучасних політичних і правових знань: Навчальний посібник. К.: Вадекс, 2020. 274 с.
10. Partyko N.V. Gestalt Cycle of Changes in the Program of Social and Psychological Support for Organizational Changes. Сучасний рух науки: тези доп. I міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. (Дніпро, 29—30 берез. 2018). Дніпро, 2018. С. 21—23.
11. Rosenberg S.W. The structure of Political Thinking. *American Journal of Political Science*. 1988. Vol. 32(3). P. 543—547.
12. Verderber R.F., Verderber K.S. Inter-act: using interpersonal communication skills. USA: Wadsworth Inc., 1983. 307 p.



## ОСНОВНІ ТРУДНОЩІ ТА ПІДХОДИ ДО ВИЗНАЧЕННЯ ПОНЯТТЯ ВПО

**Вступ.** Повномасштабне вторгнення РФ на територію України порушило низку питань, які передусім стосуються категорії вимушено-переміщені особи. Незважаючи на те, що поняття ВПО регулюється правовими нормами, необхідність його детального вивчення залишається актуальною, оскільки наявність кількох категорій людей, які можуть попадати під цю класифікацію суттєвим чином ускладнює розмежування термінів, а тому потребує розуміння та чіткої концептуалізації й врахування міждисциплінарних особливостей його тлумачення. Загалом поняття вимушено-переміщена особа тісно пов'язане із такими поняттями, як «внутрішньо-переміщена особа», «мігрант», «біженець», «особа, яка шукає політичного притулку», «особа, яка потребує тимчасового захисту, та ін.

У нашому дослідженні ми звертатимемо увагу на українське та міжнародне законодавство, а також на наукові напрацювання Н. Ніколайчук, Г. Гудвін-Гілл, Р. Наджафгулієв, М. Малиха та ін.

Сьогодні існує чимало суперечностей у визначенні ВПО. Так, М. Ніколайчук розглядає внутрішньо переміщених осіб як специфічну цільову групу реалізації міграційної політики. Ця категорія людей, на переконання автора, має свої потреби, особистісні характеристики та суттєвим чином залежать від зовнішніх обставин [8, с. 109]. Г. Гудвін-Гілл ототожнює поняття «внутрішньо переміщена особа» та «переселенець». У його розумінні ВПО – це категорія осіб, які вимушено покидають місце свого проживання однак залишаються у межах територіальних кордонів своєї держави та користуються її правовим, економічним, соціальним та ін. захистом [2, с. 314-315]. Р. І. Наджафгулієв під поняттям «внутрішньо переміщена особа» розуміє, як особу, яка є громадянином своєї держави, але змушена покинути місце постійного проживання через військову агресію, стихійне або техногенне лихо [6, с. 52]. М. Сірант під поняттям ВПО розглядає групи людей, які були вимушені покинути свої домівки, щоб урятуватися від збройних конфліктів, проявів насильства, або масових порушень прав людини [7, с. 158]. М. Малиха визначає внутрішньо переміщених осіб, як громадян держави, які через військові дії та їх наслідки змушені покинути постійне місце проживання задля забезпечення свого життя, при цьому не перетинаючи межі державного кордону [5, 6, с. 10].

Події, пов'язані із повномасштабним вторгненням зумовили певні зміни у законодавстві України та світу, зокрема йдеться про ті країни, які надали тимчасовий прихисток для українських жінок та дітей після 24 лютого 2022 року. Насамперед це зумовлено тим, що особи, які попадають під категорію ВПО дуже часто є вимушено переміщеними, адже величезна частина з них це люди, які реально втратили або залишили своє житло, роботу, інше нерухоме та рухоме майно, стосунки з рідними та близькими, інші соціальні контакти. Тому сьогодні ми можемо говорити про ВПО як категорію осіб які: а) покинули місце постійного свого перебування, однак залишилися на території України; б) перетнули кордон України у пошуках безпечного місця перебування.

Згідно Статті 1 Закону України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб», внутрішньо переміщеною особою є громадянин України, іноземець або особа без громадянства, яка перебуває на території України на законних підставах та має право на постійне проживання в Україні, яку змусили залишити або покинути своє місце проживання у результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації, повсюдних проявів насильства, порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру [4].

Отже, вимушено-переміщені особи, які перебувають поза межами української державності кваліфікуються як особи, які потребують тимчасового захисту (persons in need of temporary protection). Так, Згідно Директиви Ради ЄС 2001/55 від 20 липня 2001 року, тимчасовий прихисток – процедура виняткового характеру, яка проводиться для забезпечення негайного тимчасового захисту переміщених осіб, у разі масового або неминучого масового їхнього напливу із третіх країн [3]. Особливістю такого прихистку є розуміння того, що такі особи не можуть повернутися до країни свого походження у найближчому часі.

Отже, «переміщені особи» (displaced persons) – громадяни третіх країн або особи без громадянства, які були змушені покинути свою країну чи регіон походження. Причиною може бути також евакуація у відповідь на звернення міжнародних організацій. Переміщені особи також кваліфікуються як такі, що не можуть повернутися у безпечні та стабільні умови через ситуацію, що склалася у цій країні, і які підпадають під дію статті 1А Женевської конвенції або інших міжнародних чи національних документів, які надають міжнародний захист.

Саме завдяки цій Директиві відбувається регулювання «тимчасового захисту» в усіх країнах ЄС, окрім Данії. До слова, у деяких країнах для надання тимчасового захисту українцям ухвалювали додаткові законодавчі акти та норми. Наприклад, від 12 березня 2022 року у Польщі прийнято Закон «Про допомогу громадянам України у зв'язку зі збройним конфліктом на території цієї держави». Таким чином, до осіб, які вимушені були покинути свою Батьківщину через війну, застосовують механізм тимчасового захисту, яким переважно і скористалися українці в країнах ЄС [1]. Унікальність запровадження такого механізму захисту українців створило інші, відмінні від біженців умови, адже українці мають змогу отримувати не лише соціальні виплати, але й мають право на освіту, медицину, відвідування інтеграційних курсів, вивчення мов, та ін.

Водночас для українців створюються різноманітні програми культурної інтеграції, психологічної підтримки та реабілітації. До прикладу для підтримання ментального здоров'я вимушено переміщених осіб у тій ж таки сусідній Польщі офіційно дозволено працювати українським психологам.

**Висновок.** У підсумку хочеться підкреслити, що категорія вимушено-переміщених осіб є доволі складною, й потребує ретельного дослідження із позицій норм та законодавчих актів, визначної міграційною політикою. Якщо говорити про психологічний аспект дослідження цієї категорії українських громадян, варто дотримуватися підходу до визначення, яке запропонував Гудвін-Гілл, а саме: поняття «внутрішньо переміщена особа» тотожне поняттю «переселенець», або ж «вимушено-переміщена особа», що позначає осіб, які раптово й масово змушені покинути свої будинки через: активні бойові, військові, воєнні дії; збройний конфлікт; внутрішню ворожнечу; систематичне порушення прав людини або стихійних лих і перебувають на території власної країни чи іншої країни, яка запропонувала свою допомогу, зберігають своє громадянство та користуються на його підставі тими правами, які регламентовані нормативними актами тієї країни, в якій вони перебувають. Для вивчення психологічних особливостей ВПО варто звертати увагу на вивчення психології війни, питань адаптації, ідентичності, психології мігранта, особливостей переживань біженців і ін.

#### *Література:*

1. Вплив повномасштабної війни на міграцію українців: як масштаби переміщення оцінюють держава Україна та міжнародні організації. URL: <http://surl.li/jhsbc>
2. Гудвін-Гілл Г. С. Статус біженця в міжнародному праві. М., 1997. 648 с.
3. Директива Ради ЄС «Про мінімальні стандарти для надання тимчасового захисту у разі масового напливу переміщених осіб та про заходи, що сприяють збалансованості зусиль між державами-членами щодо прийому таких осіб та відповідальності за наслідки такого прийому» URL: <http://surl.li/jhsey>
4. Закон України "Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб. URL: <http://surl.li/bkhnf>
5. Малиха М. І. До проблеми сутності поняття «внутрішньо переміщені особи»: державна політика та регіональна практика. Грані. 2015. № 8. С. 6-11
6. Наджафгулієв Рафіг Іслам огли. Адміністративно-правовий статус біженців і вимушених переселенців в Азербайджанській Республіці: канд. юрид. наук: 12.00.07. К., 2013. 195 с
7. Сірант М. М. Біженці та внутрішньо переміщені особи: співвідношення понять. Митна справа. 2015. № 2(2.2). С. 154-159
8. Nikolajchuk M. The constituent elements of the mechanism of regulation of migration processes of the rural population. Regional'na ekonomika. 2005. Vol. 3, No. 37. P. 105-112
9. Ustawa «O pomocy obywatelom Ukrainy w związku z konfliktem zbrojnym na terytorium tego państwa» URL: <http://surl.li/jhsgz>

## **МЕМ ЯК ОДИНИЦЯ ПЕРЕДАЧІ ІНФОРМАЦІЇ В ІНФОРМАЦІЙНІЙ ВІЙНІ**

**Вступ.** В ХХІ ст. інтернет найкраще місце для поширення інформації. В Україні з 24 лютого 2022 року почалась гібридна повномасштабна війна з росією. Гібридна війна – це війна яка поєднує у собі фізичний бій та інформаційний. Інформаційна війна є не менш важливою у досягненні мети, а саме перемоги. Якщо у фізичній війні беруть участь Збройні Сили України, то у інформаційній цивільні люди та інші.

У інформаційній війні одним із найпоширеніших та найдієвіших способів є використання мему – одиниці поширення певної інформації від людини до людини за допомогою інтернет-комунікації через фрази, зображення, відео і т.д. Позитивний бік використання мему полягає у його вірусності. Мем, який запустили в інтернеті тяжко забрати або повністю видалити, він або може «зникнути» через свою неактуальність, протягом деякого часу, або ж його може зазмарити інший мем, який буде мати більшу актуальність в той період часу, але ні в першому, ні в другому випадку мем не зникає повністю з інтернету, він просто стає менш популярним, і люди менше звертають на нього увагу.

Політичні мему досліджуються не перший рік. Перший науковець, який почав досліджувати цю тему був британський біолог Річард Докінз Про мему як технології інформаційної війни робили дослідження Д. Рашкофф, Р. Броуді, С. Блекмор, Д. Даннет, А. Манегетті, М. Лопес-Паредас, С. Андраде та багато інших.

Повномасштабна гібридна війна в Україні з росією, для Європи та інших країн було як щось неможливе в 2022 році. Завдяки простим громадянам, які поширювали інформацію у всіх соціальних мережах, про те що робиться в Україні після 24 лютого 2022 року, Україна мала успішність у інформаційній війні. Мему про «Привида Києва» або ж «Як чоловік міну в руках переніс» мають великий сенс про героїзм українців. Чим більше різних політичних мемів створюють українці, тим більше піднімається їх бойовий дух і створюється інформаційний опір, що під час війни є не менш важливим. Майже завжди, мем це просто картинка з карикатурним підписом. Така форма забезпечує краще запам'ятовування. Також, завдяки такому вигляду, мем легко розуміється, тому може бути охоплений більшою аудиторією.

Гуманітарну допомогу, озброєння, фінанси, міжнародну симпатію які отримує Україна від інших країн, також в якійсь мірі заслуга політичних мемів. Прикладом такого мему є, коли Анджеліна Джолі 30 квітня 2022 року приїхала у Львів, і завітала у кав'ярню, перед нею сидів хлопчик Юліан, який слухав музику і дивився в телефон, не звертаючи увагу на світову зірку, через цю ситуацію фото з ним і Джолі розлетілись по всіх пабліках, з саркастичними підписами. Хто перший запустив цей мем невідомо. Через те, що мем розлетівся по всьому інтернету, і на ньому була голлівудська акторка, ще більше людей почало дізнаватись про ситуацію в країні, і брати приклад із зірки, яка допомагає Україні. В загальному приїзд Анджеліни Джолі і інших знаменитостей робить ще більший розголос про ситуацію в Україні, і закликає ще більше допомагати.

Під час війни мему можуть декілька призначень. Перше – це деморалізувати армію ворога, прикладом такого мему є «звернення» президента росії до військового з словами «Час вмирати, Іване», або ж мем про «Могилізацію» назва пов'язана з словом мобілізація, але значення має «вмирати», а не «призов до служби своїй країні». Друге – підвищувати репутацію військових, прикладом такого мему є «Привид Києва». І останнє – підтримувати цивільний народ та показувати, його не меншу значущість у війні, прикладом такого мему є «Як цигани вкрали танк». Також мем може використовуватись як і в наступальних операціях, так й в оборонних. У випадку наступальних мемів вони допомагають поширювати пропаганду, для певної цільової аудиторії, для сформування думок та для виконання конкретних дій, які будуть вигідні тому хто поширює цей мем. Оборонний мем допомагає зменшити або ж стримати вплив пропаганди ворога. Якщо в Україні роблять все, щоб поширювати інформацію в інтернет-мережі, про те що робиться в країні, то з сторони росії все навпаки, там застосовується жорстока цензура на

вислови. Вони навіть починали блокувати різні соціальні мережі, тільки щоб до їхнього народу не доходила правда, про те що вони роблять в Україні, так як їм це просто не вигідно.

Х. Ардент звертала увагу на те що, коли страждає велика маса людей це тільки показує бездіяльність загальноприйнятих норм або ж правил. Якщо перенести це на теперішню ситуацію, прикладом може бути, що прохання України про допомогу від НАТО чи міжнародних партнерів інколи набуває ознак мемів, у яких висміюється «збройний потенція», роздмухується пенве ставлення до тго чи іншого міжнародного партнера. Можна по-різному розцінювати таку інформаційну політику. З одного боку, зверхність та певна зухвалість у мемах може й справді на користь країні, по відношенню до якої здійснюють військову агресію. З іншого ж боку – інколи така риторика виходить поза рамки етики та дипломатії, що може завдати непоправної шкоди для репутаційного капіталу держави. Політика – це мистецтво можливого, а отже використання політичних мемів і справді може бути хорошим інструментом в інформаційній війні проти сильного противника, а також засобом комунікації і залучення нових партнерів для ефективного протистояння, однак варто пам'ятати і про ризики.

Загалом меми можна розділити на кілька категорій: інформативні меми: інформація, яку транслює мем може бути використана там де вона є актуальною і там де її зрозуміють. Наприклад, меми з Китаю ми навряд чи зможе зрозуміти одразу; маніпулятивні – це меми, які сформовані таким чином, щоб здійснити психологічний вплив на людей, і зважають на так звані «чуттєві точки», які пов'язані з життєво важливими проблемами; емоційні – меми, які мають викликати емоції; комунікативні – меми, після розповсюдження яких користувачі починають обговорювати інформацію, яку містить мемо, виражати свої враження від нього, та ін. Також, меми можна поділити на: політичні, інтернет – меми та природні. Для політичних мемів важливим є соціальні мережі, оскільки через них найлегше поширювати інформацію. Основою таких мемів можуть бути суспільні цінності та ідеології. Інтернет меми зазвичай використовуються для поширення якихось жартів, відео або ж веб – сайтів від однієї людини до іншої.

**Висновки.** У підсумку, можна сказати, що політичний мем це важлива частина інформаційної війни. Оскільки ХХІ ст. це передусім цифрова епоха, епоха, у якій людина не розлучається із своїми гаджетми більше ніж на кілька годин на день, а соціальні мережі дуже часто виступають полем, де проходить переважна більшість нашого життя, політичні меми можуть виступати не лише інформаційною одиницею, але й цілим «каналом новин» де дуже коротко зображуються основні події політичного життя країни чи світу. Сьогодні позитивним фактором інформаційного опору проти російської агресії є те, що значна частина звичайного українського населення, окрім компютеризації, починає формувати критичне мислення та зберігати інформаційну гігієну. Однак цього не достатньо, адже чимала кількість людей і далі піддається негативному впливу, який здійснюється ворогом через поширення політичних мемів.

#### *Література:*

1. Булах М. Б. Особливості мема як засобу політичної реклами. *Science and Education a New Dimension. Philology*, VIII(64), Issue: 216, 2020. С. 7 – 10.
2. Запорожець О. Меметична зброя в інформаційній війні URL : <http://surl.li/jjaer>.
3. Свідерська О. І. Роль політичного мему в інформаційних війнах. *Актуальні проблеми філософії та соціології*. 2022. № 36. С. 136–140.
4. Сивак Р. І. Меми як засіб інформаційного опору в часи російськоукраїнської війни (на прикладі мему «могілізація»). І-ша Міжнародна науково-практична конференція «Прикладні аспекти сучасних міждисциплінарних досліджень». Вінниця: Донецький національний університет імені Василя Стуса, 2022. С. 55-58.

## **ФЕЙКИ, ЯК ЗАСІБ ВПЛИВУ НА СВІДОМІСТЬ ЛЮДЕЙ В УМОВАХ ВІЙНИ**

**Вступ.** У ХХІ столітті інформація стала не лише всеохоплюючим ресурсом та середовищем існування для людини та різних видів спільнот, а й розглядається як серйозний інструмент впливу та навіть зброя. При чому інформацію вважають найнебезпечнішим видом зброї, її вплив та можливості ще не вивчені достеменно, та й результат її застосування може проявитися через значний проміжок часу [1, с. 203]. Фейк як явище суспільного інформаційного простору є невід'ємною складовою формування інформаційної системи. Оскільки, завжди у всіх процесах є добро і зло, правда і брехня, прихильність і ненависть, тому і створюється неправдива інформація, яка також направлена на окрему категорію громадян, окреме суспільство, а інколи і для усього світу, для формування сумнівів та недовіри [2, с. 67]. Дана проблематика є досить новою, тож дослідження серед українських вчених є у сфері журналістики та реклами, це Ю. Нестеряк, М. Присяжнюк, В. Студінський, Р. Шутов та багато інших.

Сучасна Україна стала об'єктом не просто ворожої пропаганди, а справжнім полем бою під назвою «війна сенсів» (початок якої можна умовно віднести до 2006-2007 рр.). Задля їхнього поширення використовується не лише наявна інформація, але й недостовірні факти [1, с. 203].

Одним із багатьох інструментів інформаційної війни є фейк. Термін «фейк» досить новий, сучасний і молодіжний термін, оскільки часто ним називають недостовірну, неправдиву інформацію, неперевірений фактаж. Це підробка, фальшивка, яка розповсюджується спеціально для того, щоб дезінформувати аудиторію. Фейками називають фотографії, які зроблені у фотошопі, спеціально створені відеоролики, написані або вигадані неправдиві новини, які важко відрізнити від правдивих. Також фейками називають створені акаунти вигаданих людей у соціальних мережах, через які розповсюджується неправдива інформація [5, с. 21]. Перелік «вкидів» занадто довгий, і це не просто фейки, а частина продуманої інформаційної війни проти України. І в цій війні є свої правила, від яких залежить фізична і психологічна безпека кожної людини. Це особливо гостро відчувається в умовах війни, коли емоції, страх не дають можливості критично оцінювати, аналізувати ситуацію й ту інформацію, що поширюється в соціальних мережах [4, с. 859]. Отже, фейк у політичних процесах – це такий тип політичної інформації, метою якого є здійснення впливу на психо-емоційний стан людей та формування викривленого уявлення про політичні процеси, рішення, висловлювання офіційних політиків, для політичної дестабілізації в окремому регіоні, державі чи навіть світі [3, с. 69].

В умовах ведення гібридної війни інформація може впливати на стосунки між людьми, спонукати порушувати прийнятні норми поведінки, цінності й традиції, підривати довіру до органів влади, формувати панічні настрої. В умовах російсько-української агресії фейки є ще й битвою нарративів і культур. Зокрема РФ використовує такі нарративи, як: «Україна – фашистська держава», «незаконне захоплення влади в Україні у 2014 році», «уряд України – хунта», «українці – бандерівці», «звільнення українців від націоналістів», «керованість уряду України політиками Заходу», «західні цінності антигуманні», тощо [2, с. 81].

Суспільство, яке можна охарактеризувати як колективне, масове, як правило не має високого потенціалу до інтелектуального розвитку, воно інфантильне, споживацьке, яке зосереджене на особистому Его, відтак дуже швидко піддається психологічному впливу. Інтернет середовище ж сприяє тому, щоб фейки, у які повірила більшість дуже швидко розповсюдилися далі через лайки, репости та коментарі. Таким чином замовникам фейків вдається не лише швидко й достатньо бюджетно розповсюдити інформацію, але й нівелювати авторитетність думок, які насправді важливими й збільшити важливість субекта інформації, який запустив черговий фейк [3, с. 69].

Щоб не стати заручником фейкової інформації необхідно пам'ятати, що фейки – одна з ключових проблем сьогодення. Розповсюдження фейків є вкрай небезпечним. За допомогою фейкових новин можна не лише маніпулювати думкою людей, але й розв'язати війну. Тож медіаграмотність є досить актуальним і прогресивним напрямом для розвитку суспільства [5, с.

21]. Сучасна політична інформація дуже різноманітна та суперечлива, тому завдання людей в сучасному суспільстві здійснювати самоаналіз та очікувати офіційної інформації від осіб, які несуть відповідальність за те, що публічно повідомляють [3, с. 70]. Для ефективної боротьби з фейками необхідно: сприймати інформацію беземоційно; перевірити першоджерело інформації; перевірити дані автора, який поширив інформацію; перевірити у кількох джерелах надійність фактів; перевірити дату публікації.

**Висновки.** Підсумовуючи, можна сказати: фейки – це не єдиний, хоча і досить дієвий, інструмент інформаційної війни. Інформаційна війна спрямована на маніпуляції свідомістю, гру фактами, підміну цінностей та понять, тому для нашої держави це становить реальну загрозу і потребує значної уваги влади, громадськості та кожного українця. Звичайно, люди, які мають обмежений доступ до кіберпростору мають менші можливості для отримання інформації, щодо спростування фейків, але разом з тим, мають менші можливості отримати фейкові новини. Необхідна адекватна інформаційна протидія, масштабне інформування населення про неправдиву інформацію, про недостовірні інтернет-ресурси та механізми їх діяльності. Лише знання можуть стати зброєю проти брехні.

#### *Література:*

1. Беленчук І. В. Фейки та їх використання російськими мас-медіа в умовах інформаційної війни. Магістерські студії : альманах. Вип. 21. Херсон : ХДУ, 2021. С. 203-205.
2. Вовк В. М. Фейки як загроза національній безпеці в умовах гібридної війни. *Філософські та методологічні проблеми права*. № 2 (24) 2022. С. 80-83.
3. Завгородня Ю. В. Фейки як сучасна форма політичного протистояння у кіберпросторі. *Регіональні студії*. № 28, 2022. С. 67-70.
4. Писаренко Л. М. Фейки як інструменти інформаційної війни. Європейський вибір України, розвиток науки та національна безпека в реаліях масштабної військової агресії та глобальних викликів XXI століття» (до 25-річчя Національного університету «Одеська юридична академія» та 175-річчя Одеської школи права) : у 2 т. : матеріали Міжнар.наук.-практ. конф. (м. Одеса, 17 червня 2022 р.). Одеса : Видавничий дім «Гельветика», 2022. Т. 1. С. 859-861.
5. Правденко В. Ю. Вплив фейкової інформації на свідомість особистості. Сучасні технології виробництва і професійна освіта: тенденції та інновації: матеріали I Всеукраїнської наукової інтернет-конференції студентів та молодих вчених (м. Старобільськ, 16 квітня 2020 року). Старобільськ: ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2020. С. 20-23.

*Мар'яна Кузьмів*  
*кафедра теоретичної та практичної психології*  
Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
наук. керівник: к. психол. н., доц. Борисюк О.М.

### **ВПЛИВ ЗМІ НА СВІДОМІСТЬ ЛЮДЕЙ В УМОВАХ ВІЙНИ**

**Вступ.** Сучасний етап розвитку суспільства характеризується бурхливим розвитком інформаційно-цифрових технологій, які суттєво впливають як на життя кожної конкретної людини, так і на життєдіяльність людства в цілому. Особливо актуальним і важливим такий вплив стає у кризових умовах життя, насамперед, під час пролонгованих травматичних ситуацій, до яких відносяться воєнні дії. Сучасна війна має не тільки бойову складову, а й інформаційну, яка займає важливе місце у підтримці бойового духу військових, забезпеченні нормального психічного стану та психічного здоров'я мирних громадян, й яка суттєво впливає на ефективність воєнних дій та результат війни в цілому. Кожен українець наразі занурений у великий інформаційний потік, масштаби якого він не завжди в змозі контролювати, диференціювати та свідомо обробляти. Наявність великої кількості стресорів, розмах інформаційних технологій у

сфері комунікацій, який дозволяє поширювати інформацію миттєво на численну аудиторію, чи навпаки, ізолюваність від незалежних ЗМІ людей, які знаходяться на окупованих територіях, знижують стійкість особистості перед інформаційно-психологічними впливами. Саме тому дослідження психологічних аспектів інформаційного впливу на особистість пересічного громадянина під час воєнних дій стає актуальним завданням.

Інформаційний вплив – це поширення певних ідей, поглядів чи ідеології, є засобом певної політики, головним інструментом його є засоби масової інформації (ЗМІ) та різні комунікації. Інформаційний вплив або пропаганду визначають, як цілеспрямовані, систематичні спроби формувати сприйняття, маніпулювати свідомістю та спрямовувати поведінку суспільства у певному напрямку.

Зазначимо, що сучасні ЗМІ мають величезний вплив на свідомість і вчинки людини. З одного боку, ЗМІ публікують інформацію, що викликає інтерес аудиторії. З іншого – транслиують різні ціннісні установки, стереотипи, формують громадську думку, будучи головним засобом зміни масової свідомості. Вплив на свідомість людей відбувається не під час безпосереднього контакту, а через засоби масової інформації, які створюють ілюзію об'єктивної подачі відомостей і тому мають високий ступінь переконливості.

Маніпулятивність як одна з ключових властивостей технологій ЗМІ на сьогодні реалізується ненасильницьки і ґрунтується переважно на ненавмисному обмані. Від споживача інформації приховані справжні мотиви маніпуляції та спосіб агресивного впливу – управління увагою й свідомістю. Як правило, маніпулювання свідомістю відбувається під гаслами свободи висловлювання, однак свобода саме втрачається в цьому процесі знищення аутентичності свідомості. Адже інформаційна маніпуляція є найбільш ефективною формою придушення свободи, причому поза усвідомленням особистістю цього процесу. Усе відбувається непомітно, але неухильно без свободи сприймання. Мислення навіть не формується, бо автономне смислотворення суб'єкта заміщується нав'язуваними думками, поглядами, смаками, переконаннями тощо.

ЗМІ завжди самі визначають, що необхідно, а що не потрібно виносити на суд суспільства. Окрім того, ЗМІ використовують наступні принципи залучення уваги суспільства:

- пріоритетність і привабливість теми для суспільства;
- неординарність фактів (схильність ЗМІ до негативної і сенсаційної інформації);
- новизна фактів.

На тлі останніх подій у нашій державі, очевидно, що основним джерелом інформації для переважної більшості населення залишається телебачення, оскільки інтернет-користувачів у невеликих містах, селах досить мало. Така ситуація і в Російській Федерації. Тому саме телебачення формує громадську думку, впливаючи на наше сприйняття реальності крізь призму специфічного подання подій. Все частіше можна чути звинувачення російських ЗМІ у відвертій пропаганді й відсутності професіоналізму, оскільки вони не інформують і аналізують, а вигадують і спотворюють факти. Тим часом авторитетні вчені, чиновники різних рівнів, політики і просто небайдужі громадяни визнали, що Україна програла інформаційну війну пропагандистській машині Росії. Власне поняття «пропаганда» має чимало визначень, але нам імпонує найбільш нейтральне: поширення ідеологічних і політичних поглядів на аудиторію з метою формування поглядів, цінностей, уявлень, емоцій, ідеології, надання впливу на поведінку людини чи суспільства.

Зазвичай цей процес здійснюють в інтересах конкретної соціальної спільноти. Пропаганду виділяють самостійною складовою системи політичних комунікацій. Вона є засобом поширення ідеологічних поглядів, підтримання вже існуючої ідеології або ж боротьби з ворожою ідеологією. За впливом на емоції реципієнта розрізняють позитивну і негативну пропаганду. Перша виконує інформаційну, роз'яснювальну і переконуючу ролі, друга – компрометуючу, допомагаючи механізму маніпуляції. За метою впливу виділяють:

- пропаганду створення. Покликана переконати в необхідності побудови чогось нового (інституту, суспільства), пропонує приєднуватися до цього процесу. Не завжди є позитивною;
- пропаганду руйнування. Переконує у наявності ворога, який щось задумує проти нас. Не є однозначно негативною;

- пропаганда роз'єднання. Розпалює ворожнечу, переконує, що «ми не такі як вони». Тільки під час локальних воєнних дій або війни така пропаганда виконує позитивну функцію;
- пропаганда залякування. Запевняє можливого противника у власній економічній силі. Впливає на внутрішню аудиторію;
- пропаганда відчаю. Наголошує на безнадійному становищі можливого противника, примушує його здатися. Не використовується для впливу на власний народ;
- пропаганда героїзму. Закликає до згуртування навколо певних цінностей, допомагає легше пережити труднощі, ілюструє приклади, до яких необхідно прагнути. Зазвичай має позитивний характер;
- пропаганда просвітництва. Виконує інформативну функцію, тобто повідомляє населення про дії керівництва різного рівня, рекламує спосіб життя. Така пропаганда може в залежності від умов бути як негативною, так і позитивною.

За іншою класифікацією розрізняють:

а) біла пропаганда – це офіційна пропаганда, посиляється на відкриті офіційні джерела, не приховує своїх намірів;

б) сіра пропаганда – часто не посиляється на джерела, використовує численні підтасовки фактів і методи коментування задля обґрунтування, нав'язує думки, часто приховує свої цілі;

в) чорна пропаганда, основою якої є вигадка і неправда, завжди приховує свої джерела інформації та цілі;

Також, аналізуючи подання інформації російськими ЗМІ, можна виділити функціонування наступних різновидів міфа:

- історичний міф (про винятковість російського народу);
- географічний міф (про Крим як одвічно «руську» землю, про Новоросію);
- національний міф (про необхідність захисту російськомовного населення в Україні, про росіян як «старшого брата» українців);
- політичний міф (про київську хунту, «злих бандерівців», каральні батальйони, ультра-радикалів із «Правого сектора»).

Функціонування вище перелічених міфів неодмінно відбувається із залученням «чорної» пропаганди. Отже, для маніпулювання свідомістю населення влада РФ розпочала масштабну інформаційну кампанію дискредитації України, використовуючи при цьому реанімовані міфи радянської епохи, нові міфи та широкий пропагандистський арсенал. Рупором російської пропаганди є засоби масової комунікації, російські та проросійські політики. Завдяки цим прийомам в інтересах влади РФ формується негативна громадська думка щодо певних подій, персон; спостерігаючи за тим, що відбувається в Україні, російське населення відволікається від соціально-економічних і політичних подій в середині країни. Для нашої держави найбільш позитивним моментом у цій антиукраїнській інформаційній кампанії є об'єднання громадян під загрозою зовнішнього ворога, популяризація героїзму військових, добровольців, медиків, загальне піднесення патріотизму.

**Висновки.** Вплив ЗМІ на свідомість людей в умовах війни є надзвичайно значущим і складним явищем. Воєнні новини чинять вплив на психічні стани людей, їх самопочуття, когнітивні процеси, перспективу на майбутнє. Розуміння цього впливу є важливим. Соціально-психологічна адаптація до життя в умовах воєнних дій відбувається за рахунок зменшення часу перегляду воєнних новин, розвитку вміння визначати фейкову інформацію, розвитку толерантності до невизначеності та відновлення безперервності життя.



## **НАЦІОНАЛЬНА СВІДОМІСТЬ ЯК ПЕРЕДУМОВА РОЗВИТКУ УКРАЇНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА В УМОВАХ ВІЙНИ**

**Вступ.** В реаліях повномасштабного військового вторгнення на територію України, національна свідомість є однією з найважливіших складових колективного самосвідомого буття української нації. Війна, як надзвичайний соціальний контекст, несе з собою великі виклики та загрози для самоідентифікації та існування національної самобутності. Отже, в таких обставинах саме національна свідомість стає особливо актуальною, оскільки визначає спосіб сприйняття, розуміння та реагування на виклики воєнного конфлікту.

Національна свідомість – це не просто сукупність індивідуальних свідомостей, але й спільне розуміння державних цінностей, історії, культури та ідентичності. Саме це явище відіграє роль каталізатора патріотичних почуттів, єднання та солідарності серед громадян, а також сприяє формуванню волі до захисту своєї нації та територіальної цілісності. Розглядаючи націю, відповідно до визначення британського професора у галузі націоналізму Е. Смітта, – це певний колектив людей, що має власну назву, історичну територію, спільні міфи та історичну пам'ять, спільну масову громадянську культуру, спільну економіку і єдині юридичні права та обов'язки для всіх членів спільноти [1, с.233]. Отже, нація не може існувати без розуміння власного континуального буття, адже це сутність її ідентичності, гарантія самоусвідомленості, кордон.

За визначенням, національна свідомість – це складна система духовних феноменів та їх утворень, які сформувалися в процесі історичного розвитку нації, відображають основні засади її буття та розвитку [4, с. 392]. Її структура ґрунтується на таких компонентах, як раціональні: тобто сформована ідентичність – чітка та ґрунтовна належність особистості до певної нації, асоціація себе з представником її частини, та емоційних: що є менш концентрованими, але також важливими – мова йде про неусвідомлене співпереживання єдності із іншими представниками певної громадської спільноти.

Основними функціями досліджуваного явища є: пристосувальна, що забезпечує передачу різних елементів нації наступному його поколінню; захисна, яка дозволяє зберегти національно-культурні цінності, інтереси громади, оберігає національну гідність від зовнішнього та внутрішнього тисків; пізнавальна, що включає надання знань про історичну, духовну та культурну спадщини нації від покоління до покоління та допомагає зберегти громаді інформацію про минуле, зрозуміти свою історію і на основі цього розвивати культурне самоусвідомлення; та найголовніша, функція відповідальності та самоконтролю, що забезпечує регулювання індивідуальних дій і поведінки, передбачає здатність особи свідомо впливати на своє мислення, почуття і вчинки, зокрема враховуючи національні цінності, норми та ідеали, усвідомлюючи наслідки всієї своєї діяльності [3, с.19].

Процес формування національної свідомості має такі етапи як: Етнічна самоідентифікація – усвідомлення власної етнічної приналежності; розвиток національних та наднаціональних компонентів, таких як: сформоване позитивне ставлення до своєї Батьківщини, свого народу, його історії, традицій та культури, розвиток патріотизму на основі гордості за свою країну; політичної культури, себто оцінку політичної ситуації, системи влади, формування поглядів, переконань та шляхів їхньої реалізації у громадській діяльності; етнічні стереотипи, системи виховання під впливом навколишнього середовища та виховний вплив державних інститутів, мета дій яких – формування культури міжетнічного спілкування [3, с. 19];

Цей процес включає урахування таких факторів як: 1) соціально-економічні умови життя громадян (тарифи, доступність житла, освіти, медичних послуг, пенсійне забезпечення, ціни на товари і послуги, вартість споживчого кошика); 2) інформаційний вплив, пропаганда; 3) правова захищеність, свобода від корупції; 4) зовнішньо політична та внутрішньо політична стабільність держави [2, с. 11-12].

До важливих аспектів ми також можемо віднести ставлення влади до життєвих інтересів суспільства, що охоплює співвідношення між владою та населенням у сфері соціально-

економічних питань, а також рівень довіри громадян до владних структур; рівень загроз для складових державної безпеки, що включає в себе оцінку військових, економічних, інформаційних, енергетичних, фінансових, продовольчих, етнополітичних та інших небезпек, проблему корупції; рівень соціального захисту вразливих категорій населення, зокрема дітей, жінок, учнів, студентів, пенсіонерів, ветеранів, їхньої соціальної підтримки та доступу до послуг. Врахування цих факторів є важливим у формуванні та розвитку національної свідомості, оскільки вони впливають на сприйняття громадянами власної нації, їхню готовність діяти спільно та відстоювати національні інтереси у складних умовах війни та конфліктів.

Е. Смітт також зазначав, що найважливішою рушійною силою розвитку в людей національної ідентичності є саме війна, за його словами, вона мобілізує етнічні почування й національну свідомість, стає об'єднавчою силою в житті спільноти і забезпечує міфами та спогадами наступні покоління [7, с. 28-51]. Умови війни дійсно нерідко випробовують національну свідомість до межі. Воєнний конфлікт супроводжується страхом, тривогою, травмою та втратою. Ці емоційні та психологічні виклики можуть підірвати стійкість національної свідомості та призвести до дезінтеграції національного колективу. Проте, саме в таких складних обставинах важливість її наявності збагачується новими аспектами. Вона стає інструментом для подолання складнощів, відновлення та регенерації, а також формування внутрішньої сили та впевненості у своїх можливостях.

Будь-які перетворення в суспільстві супроводжуються, як правило, потужним соціальним і соціально-психологічним стресом, переоцінкою цінностей, що становлять основу свідомості. Однак навіть за такими радикальними змінами в ній нерідко примхливо відтворюються стереотипи «старого мислення» [6, с. 49]. Російська-українська війна почалась у 2014 році, а агресія з боку Росії є систематичною ще з давнього минулого, але ті перетворення українського народу та його поглядів, які відбувалися від розпаду Радянського союзу до анексії Криму важко прирівнювати до тих, які наявні зараз. Це спровоковано тим, що досить важко сприймати щось негативне на свій рахунок, коли це далеко і стосується фактично не тебе, важко відмовлятися від власного комфорту, поки злочини навкруги не починають шкодити тобі особисто та впливати на якість власного життя.

Фондом «Демократичні ініціативи» імені Ілька Кучеріва спільно з соціологічною службою Центру Разумкова було проведено дослідження, де визначили, що у 2022 році, з початку повномасштабного вторгнення, зросла частка громадян, що вживають українську мову в повсякденному житті, порівняно з результатами ідентичного опитування за рік до. Якщо у 2021 році цей показник становив 64%, то нині він зріс до 71% [5]. Це є яскравим прикладом того, що воєнні події провокують в нашого суспільства розвиток національної свідомості, адже усвідомлюючи важливість поширення державної мови, зберігається і духовність української нації. Загалом, спостерігаючи за поведінкою громади України останні півтора роки, помітно, що нація починає об'єднуватися, змінювати пріоритети, поширювати націоналістичні погляди та активно захищати свої кордони, висвітлюючи країні-агресорці культурні відмінності між ними – в історії, менталітеті, намагавшись довести, що є не єдиним цілим з росіянами.

**Висновок.** Отже, розуміння та розвиток національної свідомості в умовах війни виявляються вкрай важливими завданнями для національного виживання та подолання кризових ситуацій. В умовах воєнного конфлікту в Україні стало видно, наскільки важливим фактором стає єдність національної спільноти та розповсюдження ідеї української незалежності. Під час війни українці виявляють віру в перемогу та незламну волю захищати свою країну, це викликає почуття гордості за своє громадянство та стає важливою складовою їхнього особистого самоусвідомлення. Таким чином, війна в Україні викликала перетворення національної свідомості та сприяла формуванню політичної нації з інклюзивною етнічною ідентичністю. Вона надихнула українців на віру у свої можливості, зміцнила національну гідність та побудувала основу для активної громадянської взаємодії на благо своєї країни.

#### *Література:*

1. Головатий М. Ф. Політична психологія: підруч. для студ. вищ. навч. закл. Київ : МАУП. 2006. 400 с.
2. Журавков В. В. Національна свідомість в Україні і Росії під впливом гібридної війни. Інформаційний огляд джерел Інтернету. Серія: Державність України: історія і сьогодення: Цифрова бібліотека «Київ. 2016. 182 с.

3. Івченко Ю. В. Національна свідомість і патріотизм як чинники відродження Української держави. *Прикарпатський юридичний вісник*. Вип. 6(1). 2017. С. 18-21.
4. Кресіна І. О. Українська національна свідомість і сучасні політичні процеси (етнополітичний аналіз): Монографія. Київ: Вища школа. 1998. 392 с.
5. Національна культура та мова в Україні: зміни в громадській думці після року війни. *Фонд «Демократичні ініціативи» ім. Ілька Кучеріва*. URL: <http://surl.li/jhzut>
6. Паніч Ю. Національна свідомість українських громадян в сучасних умовах. *Політичний менеджмент*. № 6. 2006. С. 45-51.
7. Сміт Е. Д. Національна ідентичність. Київ: Основи. 1994. С.28-51.

*Роман Мазьняк*

*аспірант кафедри політології*

Львівський національний університет імені Івана Франка, Україна  
науковий керівник: канд. політ. н., доц. Була С. П.

### **ЛІНГВІСТИЧНИЙ ВИМІР ПОЛІТИЧНОГО МАНІПУЛЮВАННЯ У КОНТЕКСТІ ПРЕЗИДЕНТСЬКИХ ВИБОРІВ 2019 РОКУ**

**Вступ.** Політичне маніпулювання є надзвичайно актуальним предметом наукових досліджень та дискусій. Сьогодні можна стверджувати, що політика без маніпулювання неможлива, адже будь-які інтеракції між політиками і народом завжди супроводжують елементи того чи іншого впливу. За цією логікою, маніпулювання у різних формах присутнє практично у всіх сферах політичного життя, незалежно від того, чи до нього вдаються офіційні інституції, політичні актори, міжнародні партнери, політики загальнодержавного чи політики та активісти місцевого рівня. Особливої актуальності політичне маніпулювання набуває у час політичних криз, нестабільності, масових невдоволень, та передвиборчих перегонів. Існує безліч інструментів, механізмів та можливостей завдяки яким можна досягнути мети, поставленої маніпулятором. У нашому дослідженні ми намагатимемося розкрити один із інструментів політичної маніпуляції – мовні засоби, які використовуються у політичних текстах чи промовах кандидатів та спробуємо провести паралелі із президентськими виборами в Україні 2019 року.

Вивчення політичного маніпулювання не є новим. У загальному ми можемо стверджувати, що певні маніпулятивні техніки досліджувалися ще у контексті масової свідомості, а отже маніпулювання тісно пов'язане із прізвищами З. Фрейда, Г. Лебона, Г. Гарда; Серед представників франкфуртської школи Т. Адорно, Г. Маркузе, Е. Фрома, Ю. Хабермаса. Серед інших відомих філософів, політологів, соціологів можна виділити прізвища З. Баумана, С. Кара-Мурзи, С. Кассіра, Ж. Бодріара, Г. Шиллера, М. Кастельса, та ін. Починаючи з 2000 в Україні також збільшується кількість наукових розвідок пов'язаних із політичним маніпулюванням та масовою свідомістю. Зокрема можна виділити такі прізвища, як Г. Почепцов, Б. Станкевич, А. Цуладзе, О. Юр'єва, В. Шейнов, О. Свідерська, Л. Кучма, Л. Чабак та ін.

Л. Чабак, підкреслює: проблема мовного маніпулювання, як прихованого інформаційно-психологічного впливу на людину значно посилилася на межі ХХ – ХХІ століть, що зумовлене різким стрибком науково-технічного прогресу [4]. Не можливо не погодитися з даним твердженням, хоча б через те, що епоха, яка подарувала людству нові можливості комунікації й отримання інформації, водночас спростила доступ до маніпуляції масовою свідомістю. Сьогодні через надмірне споживання інтернету та постійне залучення до віртуальної маси, індивід дедалі більше орієнтований на себе й задоволення власного Его, що знову ж таки спрощує маніпулятору здійснення певного впливу: створюючи симулятивну реальність, вибір, уподобання, потреби чи мотиви.

Однією із цікавих розвідок є стаття Красівського О. М. та Горностаї Л. М. про маніпулювання у політичних промовах. У своїй розвідці автори підкреслюють вагомість вивчення граматики наративу, яким займається структурна лінгвістика, що у свою чергу дозволяє будувати ширше підґрунтя для дискурс-студій. У статті автори пропонують розглянути декілька стилістичних засобів мовних маніпуляцій, які часто використовують політики. Першим таким

засобом є *гіпербола* – стилістичний засіб навмисного перебільшення з метою посилення виразності [1]. Не зважаючи на достатньо давню історію застосування цього методу, гіпербола залишається досить дієвою у побудові маніпулятивних нарративів. Переважно її використовують з метою перебільшення можливостей кандидата чи сфери реалізації його політичної стратегії. Дуже вдалим прикладами є використання у цьому сенсі ототожнення «Україна – це ти», «кожен з нас президент», маніпуляція із збільшенням заробітних плат, обіцянки ефемерного кращого майбутнього, яке «забезпечить» нова команда, та ін. Використовуючи гіперболу у промовах можливо формувати образи непереможності, унікальності, уяву про власну винятковість. У популістичних промовах гіпербола використовується як звернення саме до електорату, до його ідентичності, Его, самолюбства.

Наступним вагомим інструментом у мовних маніпуляціях є використання *метафори*. Метафора у політичному маніпулюванні виглядатиме як художній засіб, що полягає у переносному вживанні слова або виразу на основі аналогії, схожості або порівняння [1]. Завдяки метафорам можна будувати образи політиків виходячи із порівнянь добра та зла, обіцянки та дії, відповідальності та легковажності. Наприклад, метафорично роблячи заувагу, що вибори – це не гра, можемо сформулювати «образ безвідповідального політика, який нехтує інтересами виборців заради власного задоволення», водночас це викликає стійкі асоціації щодо інфантильності кандидата у президенти. Так, у дебатах між П. Порошенком та В. Зеленським від П. Порошенка звучить фраза: «Величезний ризик для держави – некомпетентність, а ви наголосили, що вчитиметесь на посаді президента», також присутні порівняння В. Зеленського із «котом у мішку», у відповідь від В. Зеленського звучить порівняння П. Порошенка із «вовком у овечій шкірі». [2]. Таким чином п'ятий президент України наголошує на відсутності знань та необхідних навичок у В. Зеленського щодо управління державою. В. Зеленський ж наголошує на симулюванні Петра Порошенка, на програванні ролі «свого» серед чужих. Також ключові зауваги до головного опонента П. Порошенко буде на апелюванні несерйозності, некомпетентності й легковажності. Водночас ще одним метафоричним образом, який використаний у передвиборчій програмі 2019 року П. Порошенка є протистояння П. Порошенка та В. Путіна. Використання цієї метафори підкреслювало необхідність обирати сильного лідера, який має важелі впливу та протистояння проти російського диктатора. Метафоричне протистояння між Порошенком та Путіним також зберігається і під час дебатів. У них Порошенко часто нівелює роль Зеленського як кандидата у президенти порівнюючи його із «обгорткою», у якої зовсім інше значення – повернути Україні зрадників, які втекли після Революції Гідності, легітимізувати вплив Коломойського на українську політику та ін. Завдяки метафорі можна підсилити уявлення про ту чи іншу загрозу, або ж навпаки – нівелювати стратегію програми політичного опонента. Найчастіше, апелюючи до свого політичного опонента, політики використовують декілька метафоричних образів, тим самим закріплюючи негативний образ опонента [3, с.59].

Наступним засобом мовної маніпуляції можна виділити анафору – «повторення синтаксичних конструкцій з однаковим початковим елементом» [3, с. 60]. Досить часто у політичних маніпуляціях використовується анафорична конструкція з метою виокремлення відмінностей між розмовою та дією ключового політичного опонента. Дуже показовим прикладом таких маніпуляцій є промова одного із кандидатів у президенти України 2019 року – В. Зеленського. Так, перед емоційно розігрітою публікою він описує свого опонента : «Ми з вами голосували за одного Порошенка, а обрали іншого. Це правда. Бо існує два Порошенка...» далі у промові будується образ людини, яка не є справжньою, образ «брехуна», який з одного боку фахівець своєї справи, а з іншого, «продовжує стосунки із кремлівським диктатором», «збільшує кількість магазинів», «збагачується у 82 рази» і т. д.

Ще одним засобом мовних маніпуляцій, які розглядають автори є використання прикметників та прислівників. Найкраще видно такі маніпулятивні звороти при використанні найвищого ступеня порівняння, наприклад: «найкорумпованіший». У контексті передвиборчих дебатів, які відбулися на стадіоні у 2019 році можна виокремити кілька прикладів мовних маніпуляцій. Звертаючись до українського народу, П. Порошенко так формулює ймовірне управління В. Зеленського, який не розкриває чіткої стратегії розвитку держави: «... це слабкий глава держави, слабкий, який не зможе утримати удари Путіна...». Натомість В. Зеленський, звертаючись до свого опонента використовує такі фрази як: « Я просто людина, проста людина...». І одна і інша промова містять у собі підкреслення негативних образів. Якщо практично весь

текст, яким апелює Зеленський до Порошенка сфокусований на тому, щоб закріпити за ним образ «зłodія», «брехуна», «бариги», «олігарха», який збагачується на війні, але з іншого боку позиціонує себе як дипломата та державника. То текст порошенківської промови містить отожднення Зеленського із міфом, вигадкою, російським фейком, «котом у мішку», обгорткою, під якою заховане справжнє зло.

У статті, автором якої є Л. Чабак, підкреслюється, що наслідком застосування політичних маніпуляцій є «вплив на суспільну свідомість, її так звані «больові точки» [ 4, с.86]. Це нашоує на роздуми, що політичне маніпулювання залишатиметься актуальним стільки, скільки буде необхідність звертатися до публіки, аби досягнути політичних явних чи прихованих задумів та цілей.

**Висновок.** Отже, у підсумку хочемо зазначити наступне: по-перше політичне маніпулювання є складним процесом, який потребує ретельного вивчення з точки зору міждисциплінарного підходу; по-друге, у будь-який політичний процес, який потребує залучення політика та аудиторію як правило містить певні елементи маніпуляції; по-третє, не зважаючи на те що демократичні засади розвитку державності максимально мали б регулювати використання маніпуляції у реалізації політики, зрештою зводячи її до мінімуму, однак загальні особливості суспільного розвитку, зокрема: нестабільність, часто емоційна та громадянська незрілість, панування радше споживацької поведінки, віртуалізація політики, та багато інших, насправді сприяють тому, що політичне маніпулювання залишається доволі популярним та поширеним явищем.

#### *Література:*

1. Академічний тлумачний словник. URL: <http://sum.in.ua/s/ghiperbola>
2. Вони тривали майже годину URL: <http://surl.li/jenmk>
3. Красівський О., Горностай Л. Маніпуляція у політичній промові: лінгвістичні засоби. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Сер.: Філологія.* 2018 № 33 том 2. С. 58 – 61.
4. Чабак Л. Мовні засоби політичної маніпуляції. *Проблеми соціальної роботи: філософія, психологія, соціологія.* № 1 (9), 2017 С. 86-90.

*Ксенія Недоліз*  
*кафедра теоретичної та практичної психології*  
Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
наук. керівн: к. пол н., доц. Свідерська О.І.

### **ДОСЛІДЖЕННЯ АТРИБУТИВНОГО СТИЛЮ ВИМУШЕНО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ЯК ОЗНАКИ ВРАЗЛИВОСТІ ДО ФОРМУВАННЯ СИНДРОМУ БЕЗПОРАДНОСТІ**

**Вступ.** Сьогодні українська нація переживає черговий важкий період у нашій історії, який, як і всі попередні, залишить свій відбиток на колективній психіці народу. Вже зараз члени нашого суспільства мають багато нових психологічних проблем, які заважають їм нормально функціонувати. Внаслідок російсько-української війни 2014-2022 і повномасштабної війни РФ проти України, яка розпочалась 24 лютого 2022 року, багато наших співгромадян були змушені залишити свої міста чи села і почати життя заново. Деякі з них втратили не лише матеріальні речі – комусь не вдалося вивезти живим із окупації свого собаку – найкращого друга, у когось під завалами багатоповерхівки загинула маленька дитина або улюблені батьки, хтось місяцями не бачить сина-військового, а хтось уже точно знає, що його рідний захисник уже ніколи не повернеться додому. Історій переселенців безліч і всі вони різні, але їх об'єднує те, що вимушено переміщені особи потрапили у ситуацію, яку вони не можуть контролювати. Одним із можливих негативних наслідків цього є синдром безпорадності, який виникає через певний досвід, завдяки якому людина усвідомлює відсутність зв'язку між своїми діями та результатом цих дій.

У наш час дослідження, які стосуються синдрому безпорадності є актуальними, оскільки це сприятиме розвитку ефективних методів корекції цього негативного стану у вимушено переміщених осіб, що дасть їм можливість знову повноцінно жити і досягати нових звершень.

Синдром безпорадності досліджувало чимало науковців, серед яких Т. Дучимінська, В. Кердивар, О. Дудник, І. Зарубінська, В. Попов, Л. Абрамсон, М. Селігман, Х. Хекхаузен, Д. Хіротто, Дж. Брунштейн, Б. Скіннер, М. Майер, Дж. Овермайер, Дж. Тісдейл, Ю. Куль, М. Мікулінцер, А. Бандура, К. Петерсон та інші.

Більшість науковців розуміють вивчену безпорадність як психологічний стан, що виникає через осмислення людиною непередбачуваності подій, головним симптомом якого є зниження прагнення до активності [9]. Безпорадність як психологічне явище включає в себе декілька компонентів: когнітивний (атрибутивний стиль, креативність, ригідність), емоційний (депресія, тривожність), мотиваційний (відсутність прагнення долати перешкоди та стратегія їх оминання, неспроможність ставити цілі і скеровувати зусилля заради їх досягнення, низький рівень мотивації досягнення), вольовий (вольова організація та вольова саморегуляція) [10].

Часто вивчену безпорадність називають наслідком, реакцією на події, які для індивіда були травматичними. Такої думки притримуються як представники біхевіористського варіанту теорії набутої безпорадності, так і когнітивного [5].

М. Селігман стверджував, що коли стан безпорадності, який виникає через неможливість впливати на зовнішні події, переноситься на інші ситуації, це свідчить про виникнення вивченої безпорадності. Іноді навіть дуже короткотривалого випадку непередбачуваності буває достатньо для формування синдрому безпорадності [6]. Людина, яка потрапила у безвихідну ситуацію, стає пасивною, і механізм реагування на конкретну ситуацію переноситься на безліч інших, з якими, можливо, реально справитись, однак, враховуючи попередній досвід, найкращим вибором здається полишити всі спроби діяти [2].

В. Кердивар вказує на те, що синдром безпорадності здійснює негативний вплив на сприйняття людиною світу, на мотивацію, ставлення до стану свого здоров'я тощо. Від того, наскільки високого рівня є набута безпорадність, залежить не лише життєвий успіх, психологічний стан, а й фізичне здоров'я [7]. М. Селігман, здійснивши експерименти з тваринами, а потім і з людьми, довів, що синдром безпорадності здійснює вплив на можливість організму боротися з хворобами та на нормальне функціонування імунної системи [5].

Крім того, за словами М. Селігмана, синдром безпорадності може сформуватися не лише через власний досвід неконтрольованості подій, а й також внаслідок спостереження за безпорадними людьми [5]. Основна ознака наявності набутої безпорадності – відсутність будь-яких активних дій з метою покращення власного життя, незважаючи на можливість це зробити. Іншими проявами є залежний і пасивний тип поведінки, неврози, внутрішньоособистісні конфлікти, низький рівень продуктивності [3].

Багато дослідників вважають, що безпорадність має взаємозв'язок із атрибутивним стилем – песимістичним, як із основною когнітивною складовою безпорадності. Для того, щоб описати індивідуальні особливості атрибуції М. Селігман із колегами запровадили термін «стиль атрибуції», тобто стиль пояснень. Впродовж свого життя людина набуває стійку манеру пояснювати те, що відбувається, певними причинами, і те, як вона це робить відповідає конкретному стилю атрибуції [11]. Було виокремлено оптимістичний і песимістичний атрибутивні стилі. Індивід з оптимістичним атрибутивним стилем переконаний, що проблеми є тимчасовими, стосуються лише однієї ситуації і спричинені зовнішніми обставинами. А от гарні події, на думку особистості з оптимістичним стилем атрибуції, мають постійний характер, стосуються усіх сторін життя і причиною того, що вони стались, є сама людина. Індивід же з песимістичним атрибутивним стилем впевнений, що неприємності є постійними, ставатимуться у всіх сферах і причиною цього він вважає себе, а щось хороше, що стається – непостійне і скоро мине, стосується лише деяких сторін життя і є випадковістю. Враховуючи вищеописане, вчені дотримуються думки, що в людей із вираженим песимістичним стилем атрибуції є більший ризик формування синдрому безпорадності у випадку складних життєвих обставин [4].

Як уже було зазначено на початку цієї роботи, нашій країні не пощастило зіткнутися з війною, яка принесла безліч нещастя: масові каліцтва та загибель населення, руйнування, негативні економічні наслідки тощо. Гостро постає також питання психологічних проблем, які

з'явилися у великій кількості українців унаслідок бойових дій. Однією з таких проблем є вивчена безпорадність, що може виникнути у вимушено переміщених осіб.

Ще до початку повномасштабного вторгнення РФ багато українців були змушені покинути свої домівки на території окупованого Криму та окупованих частин Луганської та Донецької областей. Ці люди залишилися без житла, майна і роботи, вони втратили свої місця проживання не лише фізично, але й ментально – в один момент раніше рідне місто стало чужим, ворожим і небезпечним, а більшість його мешканців роз'їхались по всіх кутках України. У 2019 В. Кердивар у своїй роботі наводив офіційні дані Міністерства соціальної політики України, згідно з якими кількість осіб, що переселились з окупованих територій в інші регіони складала 1,3 млн. осіб. Дослідник писав, що багаторічна тривалість бойових дій на Донбасі значно зменшує віру внутрішньо переміщених осіб на позитивний розвиток подій, невизначеність у термінах ставить переселенців у складні умови життя на новому місці, ускладнює їхню адаптацію та соціалізацію в новому соціумі [7].

Після того, як 24 лютого 2022 року почалась повномасштабна російсько-українська війна, кількість захоплених і прифронтових територій значно збільшилась, як і кількість людей, що виїхали з цих небезпечних для життя місць. Загальну кількість вимушених переселенців, включно з внутрішньо переміщеними особами, оцінюють у більше ніж 12 млн людей [1]. Відповідно, негативні наслідки війни є тепер набагато поширенішим явищем.

Українці з прифронтових та окупованих територій опинилися в ситуації, на яку не могли жодним чином вплинути – вони не мали можливості власними силами зупинити російський наступ на їхні міста чи села або завадити загарбникам створювати окупаційні адміністрації на захоплених ними територіях. Саме через подібний негативний досвід переселенці більш уразливі до розвитку набутої безпорадності.

В. Кердивар зазначає, що велика кількість спостережень під час бесід і роботи з внутрішньо переміщеними особами вказують на ті самі особливості поведінки людини, що були описані в результаті експериментів М. Селігмана. Коли зовнішній світ стає надто агресивним, люди втрачають над ним контроль і стають безпорадними. Навіть якщо одразу після переїзду з зони бойових дій людина не проявляла пасивності, то, у випадку певних невдач уже на новому місці (наприклад, відсутність результатів під час пошуку роботи) у неї може сформуватися синдром безпорадності [7].

У 2018 році А. Львовичкіна, досліджуючи волонтерську діяльність як засіб формування соціальної активності переселенців, писала, що у значній кількості людей, які переїхали з Луганської та Донецької областей, сформувався «синдром мігранта», який поміж інших симптомів, включає в себе і безпорадність. У роботі зазначається, що в переселенців із Криму таке явище менш поширене: на відміну від мешканців Луганщини та Донеччини, більшість із них доволі швидко знаходили собі житло та роботу. А. Львовичкіна пояснює це тим, що в Криму не було бойових дій і люди, в основному, виїжджали не через загрозу життю. Можемо зробити висновок, що наявність збройного протистояння на території, з якої довелось переселитися, значно впливає на формування набутої безпорадності [8].

Отже, вимушено переміщені особи вважаються групою ризику щодо формування синдрому безпорадності. Для того, щоб з'ясувати, який атрибутивний стиль переважає серед переселенців і, спираючись на це, зробити висновок про наявність або відсутність у них уразливості до формування вивченої безпорадності, було вирішено провести емпіричне дослідження на основі методики «Тест атрибутивних стилів (ТАС)». Дослідження відбувалося в онлайн-форматі за допомогою програми Google.Form. У ньому взяли участь вимушено переміщені особи у кількості 77 осіб (16 чоловіків та 61 жінка) із різних регіонів України (з Донецької, Луганської, Херсонської, Харківської, Запорізької та ін. областей) віком від 15 до 62 років.

За шкалою «час невдачі» респонденти мають наступні показники: низький рівень – 29,9%; середній рівень – 50,6%; високий рівень – 19,5%. Більшість респондентів мають середній показник за цією шкалою, яка виявляє, наскільки постійними досліджувані вважають причини своїх невдач, що вказує на деякий оптимізм.

За шкалою «час успіху» респонденти мають такі показники: низький рівень – 39%; середній рівень – 48,1%; високий рівень – 13%. Більшість респондентів мають середній і низький показники. Це вказує на те, що більша частина досліджуваних дещо песимістично оцінюють постійність у поясненні гарних подій.

За шкалою «широта невдачі» респонденти мають такі показники: низький рівень – 39%; середній рівень – 39%; високий рівень – 22%. Більшість респондентів за цією шкалою мають низький і середній показники – вони певною мірою песимістично налаштовані, схильні до того, щоб не пояснювати невдачі конкретними причинами, а поширювати безпорадність на більшість сфер діяльності.

За шкалою «широта вдачі» респонденти мають такі показники: низький рівень – 42,9%; середній рівень – 35,1%; високий рівень – 22%. Більшість респондентів мають низький показник. Тобто вони не схильні поширювати хорошу подію на інші ситуації.

За шкалою «Я-невдача» респонденти мають такі показники: низький рівень – 10,4%; середній рівень – 41,6%; високий рівень – 48,1%. Більша частина досліджуваних мають високий і середній показники. Отже, вони найчастіше покладають провину за невдачі на себе.

За шкалою «Я-успіх» респонденти мають такі показники: низький рівень – 19,5%; середній рівень – 62,3%; високий рівень – 18,2%. Більшість респондентів мають середній рівень оптимізму щодо персоналізації у хороших умовах, констатації своїх заслуг.

За шкалою «Песимізм-Оптимізм» Тесту атрибутивних стилів респонденти мають такі показники: песимізм – 59,7%; середнє – 28,6%; оптимізм – 11,7%. Результати за цією шкалою у більшості респондентів свідчать про їх песимістичний атрибутивний стиль.

Виявлено, що серед жінок глибокий песимізм мають 85% досліджуваних, а серед чоловіків – 75%. Помічено залежність рівня оптимізму від віку – чим більший вік мали респонденти, тим більший відсоток осіб серед них мали високий рівень песимізму. Крім того, встановлено, що досліджувані, сім'я яких зараз не є у повному складі, мають більшу схильність до песимістичного атрибутивного стилю, ніж респонденти, чії рідні поруч із ними.

**Висновок.** Отже, за результатами дослідження можна зробити висновок, що значна частина вимушено переміщених осіб є вразливими до формування синдрому безпорадності, оскільки більшість із них мають песимістичний атрибутивний стиль. Проблема набутої безпорадності є серйозною загрозою для психологічного та фізичного здоров'я переселенців, тому ця тема потребує подальшого вивчення заради розробки ефективних методів подолання набутої безпорадності, що значно допоможе людям, які постраждали від збройної агресії РФ проти України.

#### *Література:*

1. Вимушені переселенки з України в європейські країни: нова реальність. За результатами дослідження ситуації щодо жінок, які залишили Україну після 24 лютого 2022 року та перебувають у країнах Європи. Аналітичний звіт. Київ : ТОВ «Вістка». 2022. 120 с.
2. Дудник О. А. Набута безпорадність та депресія: особливості взаємозв'язку. *Психологічний журнал*. № 7'2021. С. 37 – 45.
3. Дучимінська Т. І. Психологічний аналіз взаємозв'язку особистісної безпорадності з провідною діяльністю в юнацькому віці. *Психологічні перспективи*. Вип. 24, 2014. С. 77-88.
4. Дучимінська Т. І. Психологічний аналіз складників когнітивного компонента особистісної безпорадності в навчальній діяльності студентів. *Психологічні перспективи*. Вип. 28, 2016. С. 118-129.
5. Дучимінська Т. І. Психологічні особливості подолання особистісної безпорадності в навчальній діяльності студентів: дисертація на здобут. н. ступ. канд. психол. наук: 19.00.07. Острого: Нац. ун-т «Остроз. акад.». 2013. 190 с.
6. Зарубінська І. Б. Синдром набутої безпорадності та його профілактика в студентів у процесі викладання іноземної мови. *Педагогіка і психологія*. № 2, 2005. С. 42-48.
7. Кердивар В. В. Вивчена безпорадність, як психологічна складова особистості деяких внутрішньо переміщених осіб. *Особистість, суспільство, закон*. 2019. С. 60-62.
8. Львовичкіна А. Волонтерська діяльність як засіб формування соціальної активності переселенців. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Соціальна робота*. Вип. 2, 2018. С. 13-16.
9. Попов В. М. Мотиваційний компонент вивченої безпорадності працівників ДСНС України. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. Вип. 16, 2014. С. 165-174.



10. Попов, В. М. Емоційний компонент набутої беспорядності працівників ДСНС України. «Наука і освіта». № 2-3, 2016. С. 169-173.
11. Heckhausen, J., & Heckhausen, H. (Eds.). Motivation and action: Introduction and overview. Cambridge: University Press. 2008. pp. 1–9.

*Юстина Палош*  
*кафедра теоретичної та практичної психології*  
Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
наук. керівник: к. психол. н., доц. Борисяк О.М.

## **ГІБРИДНА ВІЙНА В УКРАЇНІ: ПРИЧИНИ ЇЇ ВИНИКНЕННЯ, СТРАТЕГІЇ ВЕДЕННЯ І МОЙВИ НАСЛІДКИ**

**Вступ.** Ще в середині минулого, ХХ століття деякі з політиків, істориків та економістів висловлювали думку про те, що війни майбутнього – це будуть передусім «війни економічні». Мається на увазі, що основною метою воєнних протистоянь будь-якого типу й форми повинні стати здобуття, захист або посилення власної економічної могутності. Термін «гібридна війна» використовують також для опису атак із застосуванням ядерної, біологічної та хімічної зброї, саморобних вибухових пристроїв та інформаційних технологій. Такий підхід до ведення конфліктів є потужним і складним різновидом війни.

Сучасні дії Російської Федерації, спрямовані на порушення територіальної цілісності, дестабілізацію ситуації в Україні, стали серйозним випробуванням для нашої країни.

Складність протидії подібному впливу полягає в тому, що арсенал заходів, який використовує сторона-агресор, включає сукупність та поєднання різноманітних видів деструктивних дій, які можуть забезпечуватись збройними силами (недержавними формуваннями), інформаційним впливом, економічними важелями, людським чинником тощо.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Розгляд різних аспектів, пов'язаних із дослідженням феномену гібридної війни, здійснювався багатьма науковцями, серед яких варто виокремити праці А. В. Близнюка, Е. М. Галейна, В. П. Горбуліна, В. К. Горовенка, О. С. Власюка, О. А. Заводовської, К. А. Кононенка, Н. А. Костіної, В. А. Кравченка, Л. О. Кузьменка, В. А. Ліпкана, О. М. Ляшенко, Є. В. Магди, А. І. Октисюка, В. М. Петрика, Г. Г. Почепцова, Ю. В. Радковця, М. І. Розумного, А. В. Трюхана, Н. П. Фрейера, М. І. Цюрюпи, О. А. Штоквиша та ін.

**Основний текст.** Говорячи про небезпеку гібридної війни, Г. Почепцов зазначав, що гібридна війна завжди починається раптово. Гібридна війна Росії проти України почалася ще в 2014 році. Головним завданням гібридної війни з психологічного впливу є зміна установок особистості. Для цього в ході гібридної війни усе, що сьогодні поширюється російськими засобами масової інформації на території України, особливо у східних областях, є відвертим перекручуванням картини дійсності. Механізм психологічного впливу ґрунтується на маніпуляції свідомістю мас і внесенням у свідомість цілеспрямованої дезінформації.

Її наслідки можна оцінювати як з негативного, так і з позитивного боку. Останніми роками виникла нова форма воєнного конфлікту, який починається з «мирних» антиурядових акцій, що переростають у жорстке громадянське протистояння, і завершується зовнішньою інтервенцією. Збройні конфлікти з використанням технологій «гібридної війни», як правило, стають конфліктами на виснаження. Стратегія Росії у війні проти України, риторика В. Путіна щодо обґрунтування російської агресії практично повністю збігаються з планами Адольфа Гітлера перед Другою світовою війною. І А. Гітлер, і В. Путін відштовхувалися від тези про приниження своєї країни, яке слід подолати і «піднятися з колін» коштом загарбання сусідніх земель. Обидва диктатори апелювали до «історичних прав» своїх держав на сусідні території та

брали на себе функцію захисту співвітчизників – судетських німців (Гітлер), росіян та російськомовних мешканців України (Путін).

Причини й витоки російсько-українського протистояння, використання Росією гібридних методів боротьби проти України знайшли оцінку в міжнародних і вітчизняних документах, висновки яких підтверджені численними матеріалами та безперечними свідченнями. Особливості сучасної гібридної війни, які характеризують війну Росії проти України зводяться до такого:

- ✓ здійснення російської агресії без оголошення війни;
- ✓ приховування російським керівництвом безпосередньої участі Росії в збройному конфлікті;
- ✓ широке використання підготовлених «п'ятої колони» та нерегулярних озброєних формувань;
- ✓ нехтування Росією міжнародних норм ведення бойових дій;
- ✓ відкрите невиконання чинних угод і досягнутих Мінських домовленостей;
- ✓ заходи політичного та економічного тиску на Україну;
- ✓ широка антиукраїнська пропаганда і контрпропаганда із застосуванням «брудних» інноваційних технологій.

Інформаційна й смислова специфіка російсько-української гібридної війни, порівняно з попередніми конфліктами, які відносили до воєн цього типу, полягає, в (1) інтенсивності та широті охоплення аудиторії інформаційних впливів, яка набула глобального масштабу, (2) систематичному й комплексному застосуванні медійних та новомедійних засобів і (3) створенні нового дискурсу війни, спрямованого на руйнування наявних і формування нових інтерпретаційних і смислових механізмів сприйняття дійсності.

Основними напрямками та способами маніпулятивних психоінформаційних технологій агресора відносно України були (та й залишаються надалі): – поступове зниження міжнародного іміджу України з метою послаблення її геополітичного значення; – відповідне дозування та спотворення інформації з метою дестабілізації ситуації в державі та впровадження власної політики; – формування стереотипу меншовартості та вторинності українців, а також відповідне руйнування почуття нації та народу; – домінування російської мови, культури та традицій для утвердження самоідентифікації при одночасному витісненні української мови та культури.

**Висновки.** Отже, у неоголошеній війні проти України Росія використовує всі методи і способи, щоб розколоти українське суспільство, ослабити та позбавити Україну її власної державності. У гібридній війні використовується широкий спектр дій, у якому одне із чільних місць належить інформаційному впливу на свідомість людини. Для досягнення цієї мети Росія широко використовувала та продовжує використовувати інформаційний фронт, який охоплює фальсифікацію української історії, сіє зневагу до історичного минулого українського народу в його боротьбі за свою свободу та незалежність. Така війна виходить за рамки традиційних понять про неї, вона набуває комбінованого характеру, перетворюючись на клубок політичних інтриг, запеклої боротьби за політико-економічне домінування над країною, за території, ресурси й фінансові потоки. Причому сторони вдаються до всіх можливих засобів і будь-яких, навіть найбезчесніших, прийомів та дій – як силових, так і несилових. Жертвами ведення такої війни, зазвичай, стають мирні жителі, передусім найбеззахисніші категорії населення – люди похилого віку, жінки й діти. В умовах такого конфлікту стає проблематичним відрізнити правих від винуватих, ворогів від союзників, простих мирних громадян від терористів, найманців і бойовиків.

### *Література*

1. Гібридна війна: сутність та структура феномену / О.Комарчук // Міжнародні відносини, суспільні комунікації та регіональні студії. – 2018. – № 1. – С. 48-54. – 2018. – №1. – С. 48-54
2. Перепелиця Г. М. Україна – Росія: війна в умовах спів- існування / Г. М. Перепелиця. – К. : Видавничий дім «Стилос», 2015. – 880 с.

3. Попович К. В. Гібридна війна як сучасний спосіб ведення війни: історичний та сучасний виміри//Науковий вісник Ужгородського університету, серія «Історія», вип. 2 (35), 2016 – С.75-79.
4. Радковець, Ю. І. Ознаки технологій «гібридної війни» в агресивних діях Росії проти України.

*Каріна Перець*  
*кафедра теоретичної та практичної психології*  
Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
наук. керівн: к. пол н., доц. Свідерська О. І.

### **«ПОЛІТИЧНІ ГАСЛА НА БІЛБОРДАХ: ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ТА СПЕЦИФІКА ЇХНЬОГО ВПЛИВУ НА СВІДОМІСТЬ ВИБОРЦЯ»**

**Вступ.** У передвиборчих змаганнях за посаду президента України велике значення має рекламна кампанія кандидатів. У змінних політичних умовах та широкому доступі до інформації відбувається постійна конкуренція за увагу виборця. Публічна агітація у вигляді виступів, співпрацювання із ЗМІ, на веб-сайтах, у соціальних мережах є досить ефективною, але найбільшу увагу аудиторії привертає зовнішня реклама – передвиборчі білборди та агітаційні плакати. На відміну від віртуальної політичної реклами, доступ до якої можна самостійно контролювати, вулична реклама працює цілодобово. Навіть ті, хто вважають, що не піддаються впливу, насправді є об'єктами підсвідомих маніпуляцій.

Вивчення психологічних особливостей політичних гасел на білбордах є надзвичайно важливим завданням для розуміння того, яким чином політичні дії впливають на усвідомлення та рішення виборців. Протягом передвиборчих кампаній, гасла й слогани, надруковані на цих великих поверхнях, набувають особливого значення, оскільки вони несуть в собі потужну психологічну силу, спрямовану на зміну свідомості виборця. Тому, дослідження психологічних особливостей політичних гасел на білбордах та їхнього впливу на свідомість виборця стає дуже актуальним. Через зростання значення візуальних елементів у політичній агітації, важливо досліджувати, як саме гасла на білбордах впливають на свідомість виборця.

У межах даної теми вчені відзначають актуальність і своєрідність феномену політичної комунікації (Р. Барт, Є. Песоцький, О. Чудинов та ін.), специфіку її медіарепрезентацій (С. Кара-Мурза, С. Квіт, Н. Кондратенко, Н.Кутуза, Б. Потятинник, Ю. Фінклер, Г. Штромайер та ін.). Політична реклама на білбордах досліджується у працях С. Лісовського, С. Маріарті, Є. Ромат.

Отже, головним завданням політичної реклами є переконання виборців у необхідності обрання пропонованого кандидата. Гасла є обов'язковим елементом практично всіх політичних дискурсів, вони є потужним складником передвиборчої кампанії в цілому, бо містять головну ідею політичної кампанії та відзначаються частотністю вживання. Тому їх форма та зміст мають бути ідеальними.

Саме активізація механізмів підсвідомості та архетипів колективного підсвідомого роблять процес сприйняття і визначення рішення зовні ірраціональним, а процес перцепції інформації – субдомінантним, увиразнюючи впливову природу будь-якого рекламного тексту [5].

Політичні гасла є «словесним портретом політичного діяча», який виражає чітку позицію кандидата. Основні властивості таких гасел в тому, що термін дії політичної реклами регулюється законодавчо і така реклама закінчується після виборів, тому він має подіяти за значно менший відрізок часу, а отже, повинен містити більше елементів для здійснення впливу на аудиторію [1].

Взагалі слоган визначають як «спресовану до формули суть рекламної концепції, доведена до лінгвістичної досконалості запам'ятовувальну думку [3]. Так, Т. Петерс підкреслює, що основною вимогою успішності політичного слогану є «його несуперечливість відносно ключових положень рекламної кампанії кандидата в цілому й узгодженість із текстами його інтерв'ю, промов та інших рекламних матеріалів» [6, с. 110].

За приклад візьмемо процес президентських виборів у 2019 році. За результатами голосування в першому турі можна визначити трійку кандидатів-лідерів та відсоток людей, що за них проголосували: Володимир Зеленський (30,24%), Петро Порошенко (15,95%) та Юлія Тимошенко (13,40%) [4]. Саме вони, за різними даними, витратили найбільшу кількість коштів на передвиборчу рекламу. Спробуємо розібрати їхні передвиборчі гасла.

Аналізуючи з психологічної точки зору основні політичні гасла Володимира Зеленського, можна зазначити спільний психологічний наратив, який базується на критиці поточного стану суспільства і обіцянках змін на краще. Це може мобілізувати виборців і створити відчуття нагальності змін. Бідність або жадібність як причини негативних явищ бачимо у гаслах «Кінець епохи бідності», «Кінець епохи жадібності». Обіцянки змін, трансформації і поліпшення ситуації закладені у «Все буде ЗЕшибісь! Президент-слуга народу», «Весна прийде – саджати будемо». Виклик активності, стимулювання виборців до дії, до участі в змінах і боротьби зі злочинністю чи корупцією в «Зробимо їх разом», «Весна покаже, хто де крав», ствердження боротьби, вираження волі до досягнення мети, без зворотнього шляху чи відступу: «Ні обіцянок, ні пробачень».

Додатковий вплив на свідомість виборця має колір. Гасла часто розміщуються на білбордах, рекламних постах в Інтернеті, друку на різноманітних матеріалах з використанням кольорового оформлення, яке насправді обирається не випадково.

Колір – це елемент, який за професіонального використання може забезпечити надзвичайну ефективність реклами, керуючи ставленням споживача до неї. [2, 175].

Гасла Володимира Зеленського супроводжувались використанням зеленого, білого та жовтого кольору. На білбордах відсутнє зображення обличчя Володимира, лише текст.

А. Бондаренко розглядає значення використання основних кольорів для реклами та маркетингу. Тут зелений – це символ миру і надії, колір спокою і природи, натякає на молодість, натуральність, життєву силу, розслабляє. Білий – колір спокою, чистоти, прозорості та чесності. Характеризується досконалістю та завершеністю, демонструє остаточне рішення. Жовтий – є кольором молодості та оптимізму, колір відкритої душі і комунікації. Викликає настрій радості, піднесеності, задоволення.

Насправді досить влучне поєднання, що підсилює вплив політичного гасла. Використання зеленого кольору на білборді може надавати кандидату образу миролюбного та екологічно освіченого. Використання білого може підкреслити чесність, досконалість та непорушність ідей кандидата. Жовтий колір може залучати увагу та підсилювати враження виборців. Відсутність зображення обличчя на рекламних об'єктах з політичними гаслами – теж хороший хід, адже йде всупереч створенню ідола з політичного діяча.

У гаслах Петра Порошенка можна виділити спільний психологічний наратив, він базується на важливості лідерства, виборів, національних цінностей та реалізації конкретних справ. «Кандидатів багато – президент один»: це гасло ставить акцент на унікальність і вибір президента серед багатьох кандидатів, воно створює образ сильного і незалежного лідера. «21 квітня. Вирішальний вибір» – надає значення конкретному дню виборів і вкладає його важливість у вирішенні майбутнього країни. Воно може активізувати виборців, підкреслюючи їх роль у прийнятті важливого рішення. «Армія! Мова! Віра! Геть від Москви!»: гасло виражає патріотичність і національну свідомість, закликаючи до захисту інтересів країни та незалежності від зовнішнього впливу. «Головне – не втратити країну»: акцентує на важливості збереження країни та захисту її інтересів, може стимулювати виборців до активної участі та підтримки кандидата, який має зацікавленість у добробуті країни. «Ми йдемо своїм шляхом»: підкреслює важливість самостійного розвитку і вибору шляху країни, надає самодостатності та незалежності. «Реальні справи, а не брехливі обіцянки»: гасло підкреслює важливість конкретних досягнень і результатів, може залучати виборців, які бажають бачити реальні зміни. «Думай»: таке гасло ставить акцент на важливості осмисленого мислення та виважених рішень. Воно може сприяти мобілізації виборців, які вважають свою думку інструментом змін.

Стосовно візуального оформлення гасла розміщувались в поєднанні з зображенням Петра Порошенка. Основні кольори тут: текст білий, іноді жовтий та темно червоний фон. Якщо білий та жовтий нами аналізувався, то червоний потребує уваги. Він асоціюється з міццю, силою, владою, ініціативністю, агресією і нашоухує на сильну емоційну реакцію. Червоний колір здатний створювати відчуття потреби, належності, спонукає до дії і викликає

інтерес. Вибір червоного кольору для політичного білборду стимулює формування образу політичного діяча як сильного та визначного лідера, формує образ впливового, сміливого та рішучого політичного діяча, який здатний приймати важливі рішення та змінювати ситуацію.

Гасла Юлії Тимошенко мають загальний психологічний наратив створення іміджу політичного діяча, який обіцяє зміни, вірить у потенціал України, прагне до економічного зростання, мирного співіснування та забезпечення правопорядку. Він спонукає виборців сприймати Юлію як сильну, впевнену та відповідальну особистість, здатну забезпечити позитивні зміни. Гасло «Зміни, на які всі чекають» виражає обіцянку змін, які всі чекають, надію на позитивні трансформації в суспільстві та підкреслює необхідність змін для поліпшення життя людей. «Вірю в Україну!»: гасло зосереджене на патріотичних та позитивних емоціях, виражає віру в потенціал України та її майбутнє, підкреслюючи важливість спільного діяльності та підтримки для досягнення успіху. «Гарантую. Ціна на газ для населення буде знижена в 2 рази!»: тут прослідковується спрямовання на економічні питання та політику цін, створює відчуття захисту та підтримки економічних інтересів громадян. «Мир та безпека»: це гасло акцентує увагу на значущості миру та безпеки в країні, передає важливість стабільності серед громадян, створюючи відчуття безпеки та спокою. «Сильна економіка»: гасло підкреслює важливість створення сильної економіки для підтримки країни та підвищення рівня життя громадян. «Нова стратегія миру»: виражає бажання змінити підходи до вирішення конфліктів та забезпечення миру в країні. Він підкреслює необхідність нової стратегії, яка забезпечує стабільність та мирне співіснування. «Закон і порядок»: гасло зосереджене на важливості правопорядку та розвитку суспільства на основі закону, виражає бажання створити сильну систему правосуддя.

Візуальне оформлення гасел завжди супроводжується портретом Юлії із залученням синього, жовтого та білого кольором. Тут новий для нас синій колір. У психологічному трактуванні це колір спокою і врівноваженості, наштовхує на роздуми і змушує концентруватися, створює відчуття довіри і безпеки. Вибір синього кольору для політичного білборду може бути для формування образу політичного діяча як надійного, спокійного, стабільного та компетентного, може підкреслити ідею, що політичний діяч є готовим виконувати свої обіцянки та здатний до діалогу та співпраці. Синій колір також часто пов'язується зі знаннями, професіоналізмом та впевненістю, може підкреслити кваліфікації та експертність політичного діяча. Це може спонукати громадян підтримувати та вірити політичному діячу, що використовує такий наратив.

**Висновок.** Політичні гасла на білбордах мають потужний емоційний вплив та здатні змінювати сприйняття та погляди виборців. Звичайні, на перший погляд, словосполучення, як виявилось, несуть глибокий сенс через символічність та запам'ятовуваність. Використання ефектних візуальних елементів, яскравих кольорів та простих, зворушливих фраз допомагає привернути увагу та залишити слід у свідомості виборця. Тут нами була виявлена цікава закономірність використання жовтого та білого кольору серед трьох кандидатів-лідерів. Крім того, емоційне навантаження гасел, їхня спрямованість на особисті цінності та потреби виборців стимулюють активну реакцію та мобілізують їхню підтримку.

Проте, варто зазначити, що свідомість виборця є багатофакторною сферою, тому дослідження психологічних особливостей політичних гасел на білбордах є складним завданням. Тому, для більш точного розуміння їхнього необхідно подальше дослідження та аналіз з урахуванням комплексного підходу до політичної психології.

#### *Література:*

1. Ковалевська А. В. Структурна класифікація слоганів політичної реклами. Наукові записки Національного університету "Острозька академія". Серія : Філологічна. Вип. 44, 2014. С. 124-126.
2. Крещук Л. П. Використання кольору в рекламі. Економічні науки. Маркетинг і менеджмент. URL: <http://surl.li/hirpz>
3. Кутуза Н. В. Слоган як центральний сугестоген політичної кампанії. Учені записки Таврійського національного університету ім. В. І. Вернадського: Серія «Філологія. Соціальні комунікації». Т. 24 (63). – № 2. – Ч. 2, 2011. С. 300–305.
4. Протокол Центральної виборчої комісії про результати голосування у день виборів Президента України. 7 квітня 2019 року. Архів оригіналу за 30.04.2019.

5. Юнг К. Архетипи колективного несвідомого. Читанка з історії філософії у 6 книгах. – Кн.6. Київ: Наукова думка. 1993. С. 167-179.
6. Peters T.W. Political Campaign Advertising. The practice of Political Communication. Englewood Cliffs. N.J.: Prentice Hall. 1994. P. 100-116.

*Сивак Марія*  
*кафедра теоретичної та практичної психології*  
 Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
 наук. керівн: к. пол н., доц. Свідерська О. І.

## ПОЛІТИЧНА ПРОПАГАНДА В УМОВАХ ВІЙНИ

**Вступ.** Ситуація в Україні загострює актуальність проблеми впливу політичної пропаганди на масову політичну свідомість і поведінку. Пропаганда поширюється всюди і різними способами: через телебачення і радіо, пресу, дані соціологічних опитувань, фільми, плакати, листівки, соціальні мережі. Це спонукає звертати увагу на ознаки, які допоможуть визначити пропаганду та не піддатися її впливу. Саме від політичної обізнаності населення залежить, чи будуть вони розпізнавати політичну пропаганду, яка активно поширюється задля дестабілізації ситуації всередині країни.

Дану тему висвітлено в роботах Ж. Бодріяра, Г. Почепцова, Л. Войтасика, В. Горбуліна, Л. Смоли, М. Кіци, О. Гарматій, Д. Павлова, В. Кириченка, Д. Креча [1], О. Кузнецової, Н. Еляшевської, І. Мудрої [2]. Серед західних авторів, що вивчали політичну пропаганду слід назвати Г. Алмонда, Д. Марвіка та В. Ашера [5].

Слід розпочати з того, як тлумачать різні джерела визначення «політична пропаганда». Слово «пропаганда» походить від латинських слів pro – «для», «на користь» та aganus – «язичник, обиватель, сільський житель, простий, невчений», propagatio – «розповсюдження, розширення меж» [3, с. 225]. У роботі «Теорія політичної пропаганди» Г. Ласвелл дає таке визначення пропаганди: «Пропаганда є управлінням колективними настановами через маніпуляцію значущими символами» [9, с. 627]. Пропаганда – це систематична діяльність, що передбачає формування потрібного сприйняття аудиторією наданого їй повідомлення, маніпулювання процесом роздумів аудиторії, спрямовування поведінки аудиторії в напрямку, вигідному пропагандисту [8]. За В. Торічним та А. Стадник пропаганда – це навмисні, систематичні зусилля змінити сприйняття, маніпулювати когніцією та спрямувати соціальну поведінку з метою досягнення реакції, яка веде до поставленої пропагандистом мети [6; 7].

Прагнучи впливати на масову свідомість, пропаганда, яка реалізується як складова війни, не обмежується жодними моральними рамками. Пропаганда діє за принципом «мета виправдовує засоби». Створюється тиск на людську психіку, при якому раціональною вбачається тільки єдина ідеологія, яка саме й нав'язується пропагандистами. Відбувається нагнітання соціальної тривожності, загострення суперечностей у суспільстві, розпалювання ворожнечі, конфліктів, створення ілюзії виникнення відносно певних суб'єктів політики загроз навіть, якщо в реальності вони відсутні [1, с. 31].

Пропаганда має такі особливості та принципи [10, с. 192]:

1. Дотримання позиції «не ми розпочали війну». Її головна мета – запевнити людей, що ворог поряд і вже готовий до нападу. Керуючись цим принципом розпочала свою діяльність російська пропаганда, яка навіювала своїм громадянам ненависть до Заходу, а також україномовних громадян, які, нібито, «утискають російськомовних».
2. Війна – це «порятунок».
3. Створення максимально негативного іміджу супротивника.
4. Публічне проголошення спільної мети та замовчування особистісних інтересів. У такому випадку наміри по досягненню або утриманню геополітичних та економічних цілей замовчуються, і акцент переноситься на гуманітарні чинники.
5. Поширення фейкової інформації про злочини противника, з метою дегуманізації його образу і розпалу ще більшої агресії.

6. Розповсюдження недостовірної інформації щодо використання ворогом забороненої зброї.  
7. Замовчування власних втрат серед військовослужбовців з перенесенням уваги на втрати супротивника з метою збереження та підняття бойового духу.

8. Залучення підтримки від представників інтелігенції, мистецтва і культури.

Ефективність пропаганди визначається рівнем її розповсюдження і засвоєння, підтримкою у суспільстві. Рівень професіоналізму формування пропагандистських меседжів вимірюється не їх логічністю, адекватністю чи унікальністю, а тим, наскільки вони працюють, тобто успішністю результатів від їх використання [4].

Методи, що використовують з метою пропаганди:

- анонімний авторитет – використання у матеріалі слів шанованого та авторитетного джерела, ім'я якого при цьому не повідомляється;
- буденна розповідь – метод, що використовується для адаптації людини до негативної інформації;
- ефект присутності – містить трюки, які імітують реальність, часто із зони бойових дій. Створюється ефект присутності, глядач ніби бере участь у показаних подіях;
- інформаційна блокада – створюється інформаційний вакуум якої-небудь проблеми з подальшим поширенням тенденційної інформації про неї. Це дає змогу забезпечити єдину інтерпретацію подій і становить масове зомбування людей;
- використання медіаторів – розповсюдження правдоподібних чуток, які транслюються на рівні міжособистісних комунікацій;
- констатація факту – бажаний розвиток подій подається ЗМІ як факт, що вже відбувся;
- навішування ярликів – надання явищу, проти якого виступає пропаганда, яскравої агресивної назви для створення у публіки негативних асоціацій;
- затуманення свідомості, неясність, плутанина – публікування неконкретних, нечітких повідомлень для дезорієнтації аудиторії в інформаційному просторі [2].

За цілями та характером впливу політичну пропаганду поділяють на позитивну й негативну. Мета позитивної пропаганди – сприяти соціальній згоді, розвитку, політичній соціалізації та консолідації членів суспільства. Негативна – переслідує маніпулятивні цілі та використовує деструктивні методи впливу [1].

**Висновок.** Отже, політична пропаганда – це інформаційно-психологічний вплив на масову політичну свідомість, який має на меті змінити погляди і установки, ціннісні орієнтації населення. Пропаганда – це те, що набуває широкого поширення зараз. Задля збереження свідомості громадян, потрібно поширювати рекомендації протидії пропаганді та пояснення способів та методів впливу на них. Громадянам варто навчитися розпізнавати пропаганду ще до того, як вона почне відображатися на їх мисленні, поведінці та наративах. Політична пропаганда є небезпечною, адже може зомбувати населення і обмежувати можливість людини мислити раціонально.

Людям потрібно зрозуміти, що всю інформацію, яку вони отримують із преси, ЗМІ, соціальних мереж, телебачення потрібно фільтрувати та перевіряти. Часто це може зайняти багато часу і зусиль, проте це створить можливість мислити холодним розумом та робити логічні висновки. Неможливо повністю гарантувати те, що пропаганда перестане впливати на нас, проте можна спробувати навчитися її розпізнавати та зменшити інтенсивність її впливу на людську свідомість.

#### **Література:**

1. Вітюк Н. Особливості дискурсу політичної пропаганди в умовах інформаційно-психологічної війни. *Збірник наукових праць: психологія*. Вип. 24, 2019. С. 29–38.
2. Іваницька Б., Гусева С. Основні методи пропаганди в російському інтернет-ЗМІ pravda.ru. *Вісник Національного університету "Львівська політехніка". Серія: Журналістські науки*. 2018. № 896. С. 54–58.
3. Коруц У. З. Практика нюрнберзького трибуналу та її значення для кваліфікації пропаганди війни як міжнародного злочину. *Альманах міжнародного права*. Вип. 24, 2020. С. 224-227.
4. Лавриненко Г. А., Примуш М. В. Роль пропаганди в умовах гібридної війни. I Міжнародна науково-практична конференція «Прикладні аспекти сучасних між-

- дисциплінарних досліджень». Вінниця: Донецький національний університет імені Василя Стуса. 2022. С. 327-330.
5. Павлов Д. М. Теорія політичної пропаганди Г. Лассвела. URL: <http://surl.li/jiajl>
  6. Стадник А. Г. Основні моделі організації інформаційних війн та їх різновиди. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*. Вип. 67–68, 2015. С. 81-85.
  7. Торічний В. О. Дослідження пропаганди як інструменту інформаційного забезпечення державної безпеки. *Право та державне управління*. № 3, 2019. С. 183-186.
  2. Шпилик С. Інформаційна війна, пропаганда та рг: такі схожі й такі різні-. *Галицький економічний вісник*. Том 47. № 4., 2014. С. 178-188.
  3. Lasswell H. D. The Theory of Political Propaganda. *The American Political Science Review*. Vol. 21, № 3, 1927. P. 627–631.
  4. Ponsonby A. Falsehood in War-Time: Containing an Assortment of Lies Circulated Throughout the Nations During the Great War. Whitefish (MT) : Kessinger Publishing, LLC. 2010. 190 p.

*Євгеній Шевчук*  
*кафедра теоретичної та практичної психології*  
Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
наук. керівн: к. пол н., доц. Свідерська О. І.

## **ЯКІСНИЙ АНАЛІЗ СПРИЙНЯТТЯ ПРАВДИВИХ ТА ФЕЙКОВИХ НОВИН У КОНТЕКСТІ РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ**

Вступ. Серед впливів, які домінують у сучасному світі найпоширенішим є вплив інформаційний як інструмент, який несе нові виклики та загрози, пов'язані з дезінформацією, фейковими новинами, фальшивою інформацією. Фейки – одна із найважливіших проблем сучасності. Вони є інструментами впливу. Їх розглядають і як інструмент війни. Всесвітній економічний форум назвав дезінформацію однією з найбільших загроз світу.

Самі ж фейки як проблему почали досліджувати відносно недавно. Саме поняття стало відомим завдяки поширенню інформації про нього в різноманітних ЗМІ. Актуалізація та популяризація проблеми спричинило перехід поняття «фейків» з поля публіцистичного дискурсу в науковий. З наукової точки зору фейки розглядають такі галузі, як журналістика, соціологія та політологія, лінгвістика. Їхня мета полягає в тому, щоб дослідити вплив фейків на суспільство. Серед дослідників цього явища можна назвати вітчизняних науковців М. Кіцу, І. Мудру, С. Ланюка, О. Грищенка, Г. Почепцов та іноземних вчених М. Гоянес, А. Лавін, Х. Муні, М. Каріган, С. Фуллер тощо.

У контексті когнітивно-сислової війни, що актуальна на даний момент в Україні, де фейкова інформація використовується з метою маніпулювання свідомістю та перекручення дійсності, вивчення психологічних особливостей сприймання молоддю є важливим для розуміння їхньої уразливості та розроблення ефективних стратегій протидії маніпулятивним впливам.

Отже, для того аби дослідити як саме сприймають фейкову та правдиву інформацію українці, яка пов'язана із війною, було складено авторську анкету, яка містила 5 правдивих та 5 фейкових новин. Далі у анкеті використано шкалу Лейкерта, згідно якої респондентам пропонувалося кожне із поставлених завдань оцінити за ступенем від 1 до 5, оцінюючи наскільки подана новина викликає у них довіру; наскільки новина виглядає правдивою; з якою ймовірністю респонденти поділяться цією новиною з іншими; яка ймовірність того, що респонденти перевірять інформацію на правдивість. Останнє питання анкети було описовим, де ми запропонували респондентам описати яке значення має для них ця новина? Власне, результати останнього питання і є предметом сьогоденного аналізу.

Отже, на основі відповідей респондентів про значення для них достовірної новини про те, що «Унаслідок повномасштабного вторгнення російських військ в Україну постраждали вже понад 1465 дітей» можна зробити такі спостереження: більшість відповідей виражають



занепокоєння та сум у зв'язку з постраждалими дітьми. Відповідачі висловлюють співчуття родинам, які втратили своїх дітей і виражають бажання захистити дітей від військових конфліктів. Деякі відповіді виражають злість і обурення щодо ситуації, засуджують тих, хто відповідає за страждання дітей. Частина відповідей має нейтральний характер і не виражає яскравої емоційної реакції. Відповіді також відображають особисті досвіди відповідачів, зокрема свої статуси (наприклад, бути мамою, педіатром), що може впливати на їхнє ставлення до ситуації. Є кілька відповідей, які висловлюють сумнів щодо точності зазначеного твердження про кількість постраждалих дітей, зазначаючи, що цифра може бути недооціненою або вважаючи, що інформація потребує перевірки.

На основі відповідей респондентів про значення для них достовірної новини про те, що *«Нацгвардійці збили російський безпілотник з стрілецької зброї та завдали удар по координатах зльоту БПЛА з його карти пам'яті»* можна зробити такі спостереження: Багато відповідей виражають позитивне ставлення до новини про збиття російського безпілотника. Відповідачі сприймають це як успіх у бойових діях та демонстрацію сили українських військ. Частина відповідей має нейтральний характер і вказує на необхідність перевірки та більш детального дослідження інформації про тип зброї та джерело інформації. Деякі відповіді виражають сумніви щодо достовірності новини, вказуючи на можливість перебільшень або викривлення фактів. Частково присутні емоційні реакції, такі як радість, задоволення, підтримка української армії. Деякі відповіді виражають зацікавленість у перевірці інформації та бажанні знайти додаткові джерела, щоб переконатися в достовірності новини. Також на основі відповідей респондентів про значення для них фейкової новини про те, що *«Російські військові встановили антени для прослуховування телефонних розмов українців»* можна зробити такі спостереження: багато відповідей виражають сумніви щодо достовірності новини про встановлення антен для прослуховування телефонних розмов. Деякі відповіді характеризують інформацію як фейкову або недостовірну. Частина відповідей має нейтральний характер і вказує на необхідність перевірки інформації та більш детального дослідження. Деякі відповіді виражають обурення та негативне ставлення до можливості прослуховування телефонних розмов. Частково присутні практичні поради щодо захисту особистої інформації, наприклад, фільтрація того, про що говорити по телефону. Деякі відповіді вказують на бажання перевірити інформацію та знайти додаткові джерела підтвердження.

На основі відповідей респондентів про значення для них достовірної новини про те, що *«США відмовились надавати Україні новітні дрони Gray Eagle»* можна зробити такі спостереження: Багато відповідей виражають сумніви та негативну реакцію щодо відмови США надавати Україні новітні дрони. Деякі відповіді також вказують на необхідність перевірки цієї інформації. Частина відповідей характеризує новину як важливу та виражає обурення, сумніви чи негативне ставлення до дій США. Деякі відповіді вказують на незнання або недостатнє розуміння теми зброї та зовнішньої політики. Частково присутні відповіді, які вказують на політичні мотиви або ігри, які можуть бути причиною відмови США надавати дрони. Деякі відповіді підкреслюють важливість отримання зброї для України та виражають сподівання на допомогу партнерів.

Також на основі відповідей респондентів про значення для них фейкової новини про те, що *«Велика Британія підтримує Україну в рішенні застосувати брудну бомбу»* можна зробити такі спостереження: більшість відповідей виражають сумніви, негативну реакцію та неприйняття новини про підтримку Великою Британією використання «брудної» бомби. Деякі відповіді вказують на відсутність важливості цієї інформації, або на недовіру до її достовірності.

Частина відповідей характеризує новину як фейк, брехню або абсурд. Декілька відповідей вказують на політичні мотиви, маніпуляції чи підступність такого дії. Деякі відповіді виражають цікавість або запит на перевірку інформації перед її обговоренням. На основі відповідей респондентів про значення для них достовірної новини про те, що *«Війна Росії проти України спричинила найбільшу хвилю біженців після Другої світової війни»* можна зробити такі спостереження: більшість відповідей підтверджують, що інформація про велику хвилю біженців після війни Росії проти України є правдивою. Деякі відповіді виражають сумніви щодо точності або важливості цієї інформації. Частина відповідей виражає занепокоєння та сумнів щодо ситуації, коли багато людей змушені покинути свої домівки. Декілька відповідей зазначають, що ця інформація є важливою та потребує перевірки фактів.

Ще на основі відповідей респондентів про значення для них достовірної новини про те, що «Сили оборони України з 24 лютого 2022 року по 24 травня 2023 року ліквідували близько 204 тисяч 760 російських загарбників» можна зробити такі спостереження: більшість відповідей виражають позитивне ставлення до інформації про ліквідацію російських загарбників ЗСУ. Частина відповідей виражають сумніви щодо точності цієї інформації, вважаючи її перебільшенням або пропагандою. Деякі відповіді висловлюють радість та підтримку ЗСУ за їх перемогу. Є також відповіді, які виражають бажання перевірити цю інформацію або відсторонитись від насильницьких висловлювань. Деякі відповіді виражають цікавість і бажання отримати більше інформації про цю тему.

Також на основі відповідей респондентів про значення для них фейкової новини про те, що «ЗСУ застосовують хлор та фосфор на Херсонщині та Луганщині» можна зробити такі спостереження: більшість відповідачів відкидають інформацію про застосування хлору та фосфору ЗСУ на Херсонщині та Луганщині як фейк або пропаганду. Вони висловлюють негативне ставлення до таких методів ведення війни і засуджують їх використання.

Деякі відповіді виражають сумніви щодо точності цієї інформації та виразили бажання перевірити її достовірність. Ще на основі відповідей респондентів про значення для них фейкової новини про те, що «Фото та відео з Бучі – це провокація України, щоб отримати допомогу Заходу, дискредитувати армію Росії та зірвати мирні угоди» можна зробити такі спостереження: більшість коментарів вказують на те, що ця інформація про провокацію України у Бучі є фейком або брехнею. Багато відповідачів висловлюють свою недовіру до цієї інформації і вбачають в ній маніпуляцію з боку Росії або російських ЗМІ. Деякі коментарі вказують на важливість перевірки достовірності цієї новини та висловлюють сумніви щодо її правдивості. На основі відповідей респондентів про значення для них фейкової новини про те, що «Маріупольський «Азов» закликає до повалення українського уряду» можна зробити такі спостереження: Більшість респондентів вважають дану новину фейковою. Бо «Азов» не здійснив би такого, особливо під час війни.

**Висновок.** Отже, зважаючи на вищенаведене, можна побачити, що більшість опитуваних можуть визначити фейкову новину, які вважають смішними або абсурдними. Однак, через деякі можуть тривожитись та бажати перевірити. Правдиві ж новини викликають радість, сум або здивування, в залежності, від їх наповнення. Також деякі респонденти аналізують причини цих новин, або підтверджують їх, зважаючи на свої джерела.

#### ***Література:***

1. Шевчук Є. О. Психологічні особливості сприймання молоддю фейкових повідомлень у контексті когнітивно-сміслової війни. Бакалаврська кваліфікаційна робота зі спеціальності «053» Психологія. Львів: Національний університет «Львівська політехніка» 2023. 100 с.

*Марія Яремко*  
*кафедра теоретичної та практичної психології*  
Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
наук. керівн: к. пол н., доц. Свідерська О. І.

## **ІСЛАМСЬКИЙ ФУНДАМЕНТАЛІЗМ ТА ЕКСТРЕМІЗМ**

**Вступ.** У сучасній науковій літературі зустрічається багато визначень слова «фундаменталізм», і більшість значень слова зводяться до того, що це течія у релігії, тверда основа, на якій ґрунтується розуміння справжньої істини і яка виступає проти критичного перегляду усталених понять. Фундаменталізм, радикалізм і екстремізм – це дуже схожі між собою поняття. Однак, характерною різницею між фундаменталізмом і радикалізмом є те, що фундаменталізму притаманні ідеологічні переконання, бачення світу через призму релігії, та віра в те, що ця ідеологія є єдино правильною, а радикалізм, як раз, направлений на радикальні дії, які запроваджують певні зміни. Фундаменталізм приваблює своєю простотою ідеології, яка піддається

розумінню усіх людей, оскільки, насамперед, вона базується на емоційній сфері. Він існував ще на початку XIX ст., але самого поняття ще не існувало. В релігійному плані термін «фундаменталізм» вперше було вжито на початку XX ст. Ісламський фундаменталізм є одним із найпоширеніших в світі.

Що ж стосується терміну «екстремізм», то цей термін також має багато схожих визначень, і якщо їх всіх з'єднати, то отримаємо таке визначення: «схильність до крайностей, а саме поглядів, які базуються на релігії, дій та заходів». Саме ж поняття екстремізму має досить широке поняття і багато хто його розуміє як стійку релігійну установку, яка характерна для ісламу, християнства та іудаїзму, хоча, він також поширений і в буддизмі, індуїзмі та конфуціанстві. Основні ідеї та історичні витоки ісламського екстремізму датуються XIX-XX ст., саме тоді певною популярністю користувались праці ісламських екстремістів Джаміля ад-Діна аль-Афгані і Рашида Ріди, які, спираючись на спадщину Ібн Таїмійі, в своїх працях закликали ісламські країни до опору імперській політиці європейських країн, виправдовуючи політичне насильство, тим самим вони мали повернутися до первісного «чистого» ісламу.

**Метою даного дослідження** є короткий аналіз визначення поняття «ісламський фундаменталізм» та «ісламський екстремізм» у всіх їхніх аспектах, історії, а також їхній вплив на політику держав та світу.

Ісламський фундаменталізм є поширеною темою для досліджень, тому він розглядається в роботах багатьох науковців і деякі з них - це Бернхальд Льюїс, Олівер Рой, Жіль Шозель, Роберт Паппе, Хосеф Ольбрайтс та інші.

Активне зростання ісламського фундаменталізму в багатьох країнах світу та формування на його базі великої кількості релігійно-політичних течій сьогодні є однією з актуальних проблем сучасної науки. Іслам є найбільш поширеною релігією на Близькому Сході, Північній Африці та Південно-Східній Азії. В мусульманських країнах іслам є не просто релігією, а цілим складом наук, які іскладають основний світогляд його вірян. Саме завдяки мусульманам ісламський фундаменталізм і піднявся, оскільки для багатьох він є найбільш заземленою релігією Сходу, в якій є чітко виражене уявлення про єдність політики з релігією. Сама специфіка ісламського фундаменталізму як раз таки полягає в тому, що вона нав'язує певну модель поведінки - закликає мусульман відтворити атмосферу першого століття ісламу, оскільки, нібито, після цього всі їхні проблеми будуть вирішені. Іслам, як традиційна релігія, закликає людей бути смиренними, бути людяними у своїх діях та ставленні до інших людей, бути благочистивими і вести праведний спосіб життя, дотримуватись моральних та етичних норм. До того ж, ця релігія є суперечливою та неоднорідною, але вона не спонукає віруючого своїм прагненням уподібнитись до божества, лише виконуючи сліпі вказівки Всевишнього, що, як раз, і виступає ґрунтом для міцного розвитку ісламського фундаменталізму.

Головна особливість ісламу – це його вплив на правовий аспект держави, а саме шариат-моральні і юридичні норми в ісламі, що як раз взято на озброєння сучасними ісламськими фундаменталістами. Ісламський фундаменталізм здатний об'єднати різні рухи, напрями і течії - як помірні, так і екстремістські. Його головною декларованою метою є захоплення влади і перетворення суспільства суворо у відповідності принципів «чистого» ісламу.

Відродженням первинного ісламу досить широко трактується сучасними фундаменталістами. Перш за все, це повернення, або так звана «реставрація» ранніх соціальних та правових норм (інститутів). Всі права і норми тримаються на « законі Аллаха», на відмінну від чинного сьогодні «закону людей», який є зараз в більшості ісламських країн, який, на думку мусульман, є недосконалим. Найбільш важливою глобальною тенденцією суспільного розвитку в 1990-ті став процес релігійного відродження, істотна сторона якого – «реполітизація» ісламу [2, ст 97]. Єдина істина, яку проповідує ісламський фундаменталізм, - це головна цінність добра і зла, повага до особистості та її життя, сформованого духовними цінностями. Саме цією істиною мусульманські інтелектуали пояснюють і закликають великі соціальні групи, які проживають в певних несприятливих умовах, інтегрувати і діяти згідно цього.

Останнім часом, а саме в останні десятиліття, у більшості країнах з'являються сплески міжнародного ісламського фундаменталізму, який часом переходить межі і доходить до фанатизму або ж екстремізму. У 1970-80-х роках з'явилася тенденція до посилення ісламського фундаменталізму та екстремізму, що зумовилось ісламізацією політики. Термін «ісламський екстремізм» на своїх початках присвоювався багатьом релігійно-політичним організаціям, які

часто використовували терористичні методи і реалізації певних ідей. Ісламському екстремізму характерне насилля, яке є основним методом боротьби, яке іноді відкрито, а іноді нелегально використовують у складі військових підрозділів. Як правило, ісламський екстремізм діє у співдружності з крайнім націоналізмом, сепаратизмом і соціальним популізмом [3, ст. 32]. Також, на думку деяких дослідників почалася ера конфліктів у цивілізаціях, яка зводиться як раз до повернення основ ісламу, до його чистоти, ісламських традицій, шариату. Винуватцями усіх бід екстремісти висувають країни Північної Америки та Європи, «цивілізацію християн», «невірних» і т.д. 80% терористичних актів у світі було спричинено ісламськими терористами.

У перспективі релігійний екстремізм й ісламський рух можуть перетворитися на політичну силу, яка буде здатна надати вирішальний вплив на регіональну ситуацію [2, с. 99]. Складне економічне становище буде сприяти розхитуванню політичної обстановки, тим самим, створить умови для активації ісламу. Базові світоглядні принципи та положення будь-якого вчення спроможні за умови радикалізації і доведення до краю сформуванню як надзвичайно позитивне, так і негативне ставлення і до місця людини у світі, і до навколишнього середовища.

**Висновок.** Говорити про ісламський фундаменталізм та екстремізм можна довго і багато, адже з одного пояснення випливає зовсім нове і взаємопов'язане. Головна суть – це відновлення «чистого» ісламу, який існував в перший рік його існування. Для когось ідеї ісламізму звучать безглуздо і божевільно, а для когось вони і є сенсом життя. Важливо лише зазначити, що мотиви, які використовують мусульмани, щоб покривати цим їхній тероризм, не виправдовуються. Іслам – доволі суперечлива релігія, і тому, щоб повністю її проаналізувати і описати, потрібний великий проміжок часу, можливо, таке дослідження може тривати і декілька років, адже, щоб описувати іслам, і всі його напрями і мотиви, потрібно дослідити його як і ззовні, так і зсередини.

#### *Література:*

1. Боягузова О. Релігійний фактор у міжнародних відносинах (на прикладі ісламського фундаменталізму). *Емінак: Науковий щоквартальник*. №1-4 (3), 2008. С. 96–104.
2. Браїло А. Ідеологічні основи ісламського фундаменталізму та екстремізму: історія та модливі наслідки. *European political and law discourse*. Т. 5, № 3, 2018. С. 95-100.
3. Гуцало М. Г. Державна політика протидії тероризму: пріоритети та шляхи реалізації : збірник матеріалів «круглого столу» Київ : НІСД, 2011. С. 31-37.

# ЗАГАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

*Марта-Вікторія Дидів*  
*кафедра теоретичної та практичної психології*  
Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
наук. керівн: к. пол н., доц. Свідерська О. І.

## ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ ТА СТУДЕНТСЬКОЇ САМОЕФЕКТИВНОСТІ

**Вступ.** Різноманітність особистісних компонентів кожної людини несе за собою ряд особливостей, що впливають на її життєдіяльність. Одними з основних є мотиваційні, що ведуть за собою ряд спрямованості особистості, її мотиваційні переконання, бажання, ціла та найголовніше її віру та внутрішнє відчуття ефективності на шляху до здійснення бажаного. Одним з таких компонентів виділяємо почуття провини, котре здебільшого притаманне усім людям, питання лиш в тому, яким чином це почуття впливає на розвиток особистості та чи не несе воно шкоди психічному здоров'ю. Саме розуміння зв'язку між самоефективністю та почуттям провини є достатньо новим та актуальним аспектом досліджень, адже все більше людей зіштовхуються зі стресом, невизначеністю, почуттям невпевненості у власних здібностях, що підкріплюється мінливістю суспільних процесів та політичною ситуацією. У світлі цього, вкрай важливо зрозуміти, як саме почуття провини може впливати на розвиток самоефективності у студентській молоді, яка є однією з найбільш вразливих груп нашого суспільства.

Розпочнемо з термінологічного аспекту нашого дослідження, відтак провини описується як самосвідома емоція, яка включає негативну оцінку себе, почуття страждання та невдачі, тобто це складна емоція, яка широко досліджується в науковій літературі. Дослідники розглядають її наступним чином: Згідно з Д. Тангні та Р. Дірінгом, провини – це «Емоція, яка виникає через судження про те, що людина порушила моральну норму, інтерналізовану як власну»; Р. Баумейстер, А. Стілвелл і Т. Хізертон визначають провини як «Неприємну моральну емоцію, пов'язану з почуттям відповідальності за певний проступок». Українська дослідниця І. В. Ананова у своєму дослідженні на основі взаємозв'язку копінг-стратегій, переживання почуття провини та захисних механізмів виділяє 5 типів переживання почуття провини, зокрема: 1. схильний до самозвинувачення як прояву глобального негативного ставлення до себе – орієнтований на знецінення себе; 2. схильний до позитивного ставлення до себе, за якого не допускається переживання почуття провини – орієнтований на не звинувачення себе; 3. схильний переживати почуття провини внаслідок вираженої потреби зберігати позитивний «образ Я» – орієнтований на використання его-захистів; 4. схильний конструктивно вирішувати проблемні ситуації – орієнтований на дію; 5. схильний до самозвинувачення внаслідок вираженої потреби зберігати стосунки з оточуючими – орієнтований на взаємини.

Можемо сказати, що ці визначення підкреслюють загальні елементи провини, включаючи почуття відповідальності за порушення моральної або соціальної норми, негативну емоційну реакцію та самоприписування правопорушення. Важливо зазначити, що почуття провини може мати як позитивний, так і негативний вплив на психологічне та соціальне благополуччя людини, залежно від контексту та ступеня пережитої провини. Почуття провини може бути як адаптивним, так і дезадаптивним, слугуючи мотиватором для моральної поведінки та особистісного зростання, а також сприяючи психологічному дистресу та дисфункції. Незалежно від теоретичних рамок, які використовуються для розуміння провини, очевидно, що ця емоція відіграє значну роль у формуванні людської поведінки та досвіду.

Говорячи про самоефективність, то як поняття воно бере свій початок з досліджень А. Бандури. Відтоді, як він опублікував у 1977 році свою фундаментальну статтю «Самоефективність: шлях до об'єднуючої теорії поведінкових змін», ця тема стала однією з найбільш досліджуваних тем у психології. Ми починаємо формувати наше почуття власної ефективності в ранньому дитинстві, маючи справу з різноманітним досвідом, завданнями та ситуаціями. Однак зростання самоефективності не закінчується в молодості, а продовжує розвиватися

протягом усього життя, коли люди набувають нових навичок, досвіду та розуміння. Згідно з А. Бандурою, самоефективність – це «Віра у власні можливості організувати та виконати напрямки дій, необхідні для управління потенційними ситуаціями». Дане поняття охоплює впевненість людини в собі, що дозволяє контролювати свою поведінку, впливати на оточення та залишатися вмотивованим у досягненні своєї мети.

Тож на основі теоретичних розвідок та припущення, що почуття провини та самоефективності можуть нести у собі мотиваційне русло для особистості, було вирішено провести емпіричне дослідження за допомогою якого можна б було отримати більш ясне світло на досліджувані феномени. Було залучено 62 респонденти, віком від 18 до 25 років. Більшість склали жінки, тобто 48 респондентів (77,4%) та 14 респондентів чоловічої статі (22,6%). Вікові шкали виглядають наступним чином: 18 років (25,8%); 19 років (9,7%); 20 років (19,4%); 21 рік (19,4%); 22 роки (8,1%); 23 роки (6,5%); 24 роки (4,8%) та 25 років (6,5%). Психодіагностичне тестування проводилось за допомогою двох методик, а саме «Опитувальника на визначення загальної та соціальної самоефективності М. Шеєра та Дж. Маддукса» та методики «Вимірювання почуття провини та сорому» (TOSCA) Дж. П. Тангей.

Отож, за першою методикою отримано такі результати: за загальною самоефективністю високий рівень має 61 респондент (98,4%); середній рівень – 1 (1,6%) та низький рівень 0 досліджуваних (0%). За соціальною самоефективністю картина дещо інша, відтак маємо 60 опитуваних з високим рівнем (96,8%); 2 опитуваних зі середнім (3,2%) та 0 опитуваних з низьким рівнем (0%). Щодо загальної самоефективності, то найбільше число опитуваних маємо з високим рівнем, тож тут говоримо про так звану загальну самоефективність, коли є переконання людини в тому, що власні компетенції й набутий раніше досвід у конкретному виді діяльності вона зможе застосовувати в аналогічній діяльності в майбутньому, досягнувши при цьому успіху. Також тут говоримо про віру людини у свою здатність ефективно діяти та досягати успіху в конкретній сфері знань або діяльності. Це може бути, наприклад, вміння вирішувати математичні задачі, писати наукові статті, грати на музичному інструменті тощо. Якщо ж говорити про середній рівень, то нам він вказує на те, що особа може мати достатній рівень знань та вмінь у своїй обраній галузі, але їй може не вистачати впевненості у своїх здібностях та навичках. Вона може успішно виконувати свої обов'язки, але їй потребувати додаткової підтримки або поради від колег чи експертів. А також за низького рівня ми говоримо про те, що ці люди можуть відчувати значні труднощі у виконанні завдань, пов'язаних з конкретною предметною галуззю. Вони можуть мати недостатній рівень знань та вмінь, а також відчувати страх перед невдачею та низьку самооцінку.

Щодо соціальної самоефективності то бачимо здебільшого аналогічні результати. Для початку варто зазначити, що соціальна самоефективність відноситься до віри людини в свою здатність ефективно взаємодіяти з іншими людьми і впливати на них. Це може включати навички спілкування, лідерство, управління конфліктами та інші соціальні вміння. Найбільші результати у нас високого рівня, тож такі особи зазвичай є емпатичними та мають розвинені соціальні навички. Вони можуть легко взаємодіяти з іншими людьми, проявляють турботу та розуміння до інших, мають гарне розуміння міжособистісних відносин і здатні ефективно комунікувати. Такі люди зазвичай відкриті до нового досвіду та відносин, дотримуються соціальних норм та культурних звичаїв. Особи з середнім рівнем соціальної самоефективності можуть проявляти схожі риси, але можуть також потребувати деяких вправ та практики, щоб покращити свої соціальні навички. А також люди з низьким рівнем соціальної самоефективності можуть бути менш емпатичними, менше здатними до ефективної комунікації та проявляти менше розуміння міжособистісних відносин.

Тож як бачимо, обидві форми самоефективності взаємодіють між собою, тому що впевненість у своїх здібностях, а також у певній сфері може допомогти людині бути більш ефективною у соціальній взаємодії, а також, віра в себе у соціальних ситуаціях може позитивно вплинути на впевненість у своїх здібностях тощо.

За наступною методикою ми мали змогу дослідити такі особистісні характеристики, як почуття провини, сорому та інші компоненти. Найбільш переважаючою шкалою є «провина-риса», про що може говорити виражене почуття провини, бажання бути «корисним» для інших. Тут також можемо припустити і те, що високий рівень провини зумовлює за собою середній та високі рівні самоефективності, тобто як провину розглядаємо за конкретні невиконані роботи,

«згорівші» дедлайни тощо, коли студент максимально активно починає згуртовуватись задля дороблення «хвостів». Також особи з почуттям провини відчують глибоке невдоволення і вину перед собою та іншими за свої дії або ж бездіяльність, зазвичай зосереджуються на негативних наслідках своїх дій, що намагаються компенсувати діяльністю. Наступною шкалою у нас є «сором-риси», тут варто зазначити за почуття сорому, яке до прикладу виникає коли студент може сприймати за сором те, коли не виконав роботу, особливо коли мав на це час тощо. Люди з почуттям сорому зазвичай мають низьку самооцінку і постійно відчують себе непотрібними, недостатніми та неповноцінними. Вони можуть бути дуже обережними у соціальних ситуаціях, переживати за свою поведінку та відчувати стрес у взаєминах з іншими людьми, адже як їм видається все що вони роблять підлягає осоромленню. Екстернальність також на достатньо високому рівні, про що може говорити бажання «приписувати» звинувачення за власну неефективність зовнішнім чинникам, як приклад «поганому» викладачу, що вже очікує виконану роботу та через нього студент не може сконцентруватись та ефективно її виконувати. Віддаленість на досить нижчих показниках в порівнянні з попередніми, тож тут можемо припустити, що за почуття провини та сорому особі не хочеться бути «в людях», певною мірою ізолюватись та не відчувати емоцій, як приклад за скоєний аморальний вчинок. Бега-гордість нам говорить про позитивне ставлення до власної поведінки, то тут ми маємо достатньо низькі показники на противагу іншим, про що нам говорить певне «не горде» ставлення особистості до себе, зокрема в навчальному процесі. Та Альфа-гордість, тобто позитивне ставлення до себе в цілому, що має найнижчі показники і говорить про певне знецінюєче ставлення до себе, низьку самооцінку тощо.

Тож підсумовуючи усе вищенаведене обґрунтуємо, що взаємозв'язок між самоефективністю та почуттям провини є достатньо складним конструктом, що може проявлятися у таких вимірах: надміру «караюче» Супер-Его, що дозволяє особі ставити перед собою надмірні вимоги та їх виконувати; соціальне підкріплення, що проявляється у напрямі «бути на плаву» та здобувати соціально прийнятні «бонуси» у вигляді соціального статусу, соціальної ролі, бути самоефективним задля соціального підкріплення; основа, що лежить на базовому конфлікті самооцінки за ОПД-2, тобто бажання протиставляти свою низьку самооцінку на противагу високій, відтак бути активним/або ж базовому конфлікті провини, що проявляється у активній формі (перекладання відповідальності на інших, бажання брати владні позиції, навіть перекладати провину на інших, створюючи образ «безвинного» виконуючи соціально прийнятні норми); бажання «довести» свою активність та ефективність важливим фігурам (батьки, вчителі та інші важливі особи) тощо.

**Висновок.** Отже, можна сказати те, що почуття провини може стимулювати людину до більш відповідальних дій і прагнення до самовдосконалення. Може спонукати до виправлення помилок, вибачення та певної компенсації. Це може сприяти саморозвитку та покращенню самоефективності. В цілому, вплив почуття провини на самоефективність залежить від того, як людина реагує на ці емоції. Якщо вона використовує їх як стимул до розвитку і виправлення, то звичайно ж може підвищити свою самоефективність. Натомість не варто забувати і те, як саме і в якому аспекті переживається почуття провини, адже як відомо воно може нести у собі й негативний вплив на психічне здоров'я особистості.

*Наталія Козут*  
*кафедра теоретичної та практичної психології*  
Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
наук. керівн: д. психол. наук, проф. Карпенко З.С.

## **ЕМОЦІЙНА ПАМ'ЯТЬ ЯК ЧИННИК СТАНОВЛЕННЯ Я-КОНЦЕПЦІЇ ОСОБИСТОСТІ**

**Вступ.** Дослідження впливу емоційної пам'яті дитинства на становлення Я-концепції особистості повсякчас актуальне, оскільки цей конструкт визначає сприйняття та оцінку себе і свого місця в житті. Емоційна пам'ять зберігає емоційно забарвлені враження про події, які сталися в дитинстві та мають значення для формування особистості в майбутньому. Ця пам'ять

включає не тільки приємні спогади, але й негативні враження, такі як стрес, травми та інші емоційні переживання.

Небезпека психологічних травм полягає у їх довготривалості та замаскованості від самої людини її деструктивних наслідків, що призводить до розгортання травматичного досвіду. Травматичні події, складні життєві ситуації суттєво порушують базове почуття безпеки, зумовлюють ризик руйнування адаптаційної системи особистості, що призводить до невротизації, зростання конфліктності у соціальних взаєминах та порушення регуляції поведінки особистості. Мета даного дослідження полягала в тому, щоб теоретично обґрунтувати та емпірично визначити особливості й психологічні чинники впливу емоційної пам'яті дитинства на становлення Я-концепції особистості.

Становлення Я-концепції – це процес формування свідомого сприйняття особистості, яке включає у себе відчуття власної ідентичності та усвідомлення своїх цінностей, переконань, потреб та бажань. На цей процес може сильно впливати зміст емоційної пам'яті дитинства, на що вказують численні психологічні дослідження.

Так, згідно з психодинамічним підходом, пам'ять зберігає в підсвідомості багато негативних емоцій, наприклад, страху або невпевненості, що може призвести до формування негативної самооцінки та недостатньої довіри до себе. Водночас позитивний досвід може стати джерелом конструктивних емоцій та сприяти формуванню позитивної Я-концепції, розвивати моральні та вольові риси характеру людини, вселяти впевненість у свої здібності та можливості.

Зазвичай негативна Я-концепція супроводжується психічною травмою. Механізм дії травми включає: наявність зовнішньої події, яка суб'єктивно переживається як травматична; гостре емоційне переживання, що супроводжується відчуттям психологічного дискомфорту і душевного болю; обмеження функціонування «Я» і як наслідок – як негайні, так і відстрочені у часі реакції (психосоматичні розлади, афективні порушення та ін.); руйнування адаптаційної системи особистості; посилення схильності до майбутньої травматизації (Цит. за [4]).

Фіксація на травмі свідчить про невдалу інтеграцію травматичного досвіду в цілісну структуру життєвого досвіду особистості. Це «закріплення життєвої установки на певному відривку чи події власного минулого, в силу чого теперішнє і майбутнє залишаються для людини певною мірою відчуженими» [1]. При цьому значно підвищується рівень емоційної збудливості (Н. Тарабріна), з'являються дисоційовані стани з тенденцією до миттєвого мимовільного перенесення людини в травматичне минуле, дій і вчинків, адекватних не теперішній, а саме минулій травматичній ситуації (Цит. за [3]).

На думку В. Дорозцевої, психологічна травма – це переживання, в центрі якого знаходиться певний емоційний стан. Центральне місце емоцій в структурі психотравм обумовлене як важливим місцем емоцій в організації й інтеграції психічних процесів, так і їх роллю у взаємозв'язку психічних і соматичних систем особистості. О. І. Захаров розкриває це поняття дещо ширше, трактуючи травму як афективне відображення індивідуально-значущих подій життя, що спричиняють гнітючу та негативну дію на індивіда в цілому (Цит. за [5]). Д. Єнікєєва під психологічною травмою розуміє інтенсивний, але відносно короткочасний негативний вплив, котрий може викликати емоційні переживання – горе, сум, тривогу, жах, а також інші психічні порушення і розлади діяльності (Цит. за [2]).

Методами власного емпіричного дослідження стали: проективна методика «Хто Я?» (Тест Куна-Макпартленда / Модифікація В.І. Юрченка), Транзакційний аналіз Е. Берна (батько-дорослий-дитина), методика Б. І. Додонова на визначення емоційної спрямованості), авторська анкета про значущі події дитинства; методи математичної статистики – описова статистика, кореляційний аналіз за Ч. Спірменом. За методикою «Хто Я?» (Тест Куна-Макпартленда / модифікація В.І. Юрченка) встановлено, що високий рівень самоусвідомлення був виявлений у 72% респондентів, середній рівень присутній у 28% опитуваних, низький рівень самоусвідомлення не було виявлено у жодного із респондентів. В опитуваних осіб серед основних тем, що найчастіше повторювалися у відповідях, є вказівка на своє соціальне становище, місце і ролі в житті. Високий рівень самоусвідомлення пов'язаним із широким спектром уявлень про себе і про свої бажання, чоловіки та жінки об'єктивно оцінюють себе і свої можливості, що свідчить про самоповагу. Високий показник прояву саморефлексії у досліджуваних вказує на те, що особистість вірить у власні сили та налаштована на успішний результат своєї діяльності. Така



людина комфортно почувається при взаємодії з навколишніми, володіє здатністю до регуляції поведінки навіть у несприятливих ситуаціях, в неї не виникає комунікативних бар'єрів, їй притаманний оптимістичний погляд на життя.

Середній рівень самоусвідомлення притаманний 28% опитуваним. Такі показники говорять про те, що дані особи мають здатність до всебічного самоаналізу, самосприйняття і самоповаги. Середній рівень свідчить про те, що індивід почувається впевнено в окремих ситуаціях, тоді як інші обставини можуть викликати дискомфорт та тривогу, що може слугувати проявом отриманих у дитинстві психоемоційних травм та їхній вплив на становлення Я-концепції, що у свою чергу впливає на появу психологічних бар'єрів, стримує розвиток здатності до самовираження. Середній рівень притаманний особам, в яких уявлення про себе є суперечливими, а їхній Я-образ – амбівалентним. Вони не схильні до всебічної рефлексії та самоаналізу, що часто призводить до формування неадекватної самооцінки.

Наступним кроком було встановлення зв'язку між емоційною спрямованістю респондентів у дитинстві та в дорослому віці. Досліджуваним пропонувалося 10 коротких текстів, які описують певні емоційні модальності, які необхідно було прорангувати в порядку зниження частоти й інтенсивності переживання на даний час і ретроспективно (в дитинстві). Встановлено таку динаміку суб'єктивних переживань особистості в онтогенезі: зниження значущості чи інтенсивності праксичних, альтруїстичних, комунікативних та естетичних переживань з одночасним підвищенням ролі акізитивних (виражають інтерес до збагачення), гедоністичних, тих, що пов'язані зі самоствердженням, гностичних і романтичних емоцій та почуттів. Попри зміщення з віком домінантних переживань респондентів у бік більшої прагматичності й індивідуалізму кореляційний аналіз підтвердив щільний значущий зв'язок між дитячими і дорослими переживаннями, що свідчить про фіксацію в емоційному досвіді інфантильних вражень і способів реагування на них.

Результати тесту Е. Берна показали, що серед відповідей респондентів домінує его-стан Дорослий – 64% або 16 осіб. Домінуючий стан Дитина спостерігається у 28% опитаних або 7 осіб. Его-стан Батько домінує у 8% або 2 осіб. З'ясувалося, що респонденти, у яких на найбільше виражений Его-стан Дорослий, мають високий рівень самоусвідомлення: такі респонденти надавали більшу кількість відповідей за методикою «Хто Я?». Респонденти, які мали середній рівень самоусвідомлення, переважає его-стан Дитина.

У проведеному анкетуванні 55% досліджуваних описали три значущі позитивні події свого дитинства та переживання, які ці події викликали. Натомість 45% опитуваних описували негативні події та емоції.

Було проаналізовано низку ситуацій, звідки впливає, що більшість дитячих емоцій та переживань була пов'язана з мамою – 28%, з яких 17,3% подій характеризувалися позитивними емоціями, 10,7% подій були негативними. Наступною значущою дійовою особою, яка була залучена до подій у дитинстві, був тато – 20%, з яких 10,7% подій характеризуються позитивними емоціями, 9,3% – негативними. Такі значущі особи у дитинстві, як бабуся та дідусь займають 10,7% подій і мають лише позитивний характер. Інші дійові особи, які були причетні до подій у дитинстві: брат/сестра – 10,7% (6,7% позитивні, 4% негативні); друзі – 9,3% (8% позитивні, 1,3% негативні); інші родичі та знайомі 21,3% (10,7% позитивні, 10,6% негативні). За результатами анкетування найбільш пам'ятними є емоції радості (37,3%) та страху (22,7%), які по-різному детермінують вектор подальшого життя індивіда.

Зіставивши результати анкетування, де ситуація, пережита в дитинстві, мала негативну емоційну валентність, з позитивними переживаннями давніх значущих подій, висновуємо, що респонденти навіть у зрілому віці не в повному обсязі усвідомлюють і вербалізують свої емоції і, як результат, це може стати причиною виникнення неадекватного (помилкового) «Я», пов'язаного з пасивно-агресивною поведінкою, нездатністю контролювати своє життя, відчуттям себе «жертвою» тощо.

**Висновок.** У результаті емпіричного дослідження підтвердилася залежність: почуття, які люди переживали в дитинстві, достатньо однозначно визначають модальність почуттів, які особистість переживає в дорослому віці, що впливає на формування Я-концепції особистості.

У руслі даного дослідження перспективними для подальшого вивчення є питання впливу негативної емоційної пам'яті дитинства, ранніх психотравм на появу психологічних захистів, що позначаються на становленні конфліктної Я-концепції особистості.

#### *Література:*

1. Sansegolo M. L'enfant, un être d'éprouvés émotionnels: l'approche psychomotrice en crèche pour accompagner l'enfant dans ses vécus émotionnels Manon Sansegolo. URL: <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-02900501/document>.
2. Гриньова Н., Слободян С. Дослідження психотравм особистості та шляхи їх корекції у форматі позитивної психотерапії. *Психологічний журнал*. Умань: ВПЦ «Візаві», 2019. Випуск 3. С. 52–62.
3. Іваненко Б. Б. Психологічна травма як чинник самодеструктивної поведінки особистості. *Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України*. 2016. Випуск 239. С. 95–101.
4. Кердивар В. В. Поглиблений психологічний аналіз вразливих категорій внутрішньо переміщених осіб. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2019. Випуск 1. С. 217–222.
5. Терещук, А.Д. *Психологічна травма як чинник афективної поведінки особистості / Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка. Загальна психологія. Історична психологія. Етнічна психологія*. 2017. Випуск 10. С. 251–259.

*Каріна Кочетова*  
*кафедра теоретичної та практичної психології*  
Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
наук. керівн: к. пол н., доц. Свідерська О. І.

### **ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ТА ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ**

**Вступ.** Сучасна дійсність позначена безліччю кризових подій – від економічних спадів і політичної невизначеності до глобальних криз у сфері охорони здоров'я та викликів пов'язаних із війною. Ці події створюють всепроникну атмосферу стресу та невизначеності, яка впливає на людей на особистому, соціальному та національному рівнях. Для сучасного українського суспільства, яке за останні роки пережило чимало політичних та економічних трансформацій, а також початок війни в 2014 році та повномасштабне вторгнення Російської Федерації в Україну 24 лютого 2022 році дослідження особливостей перетину копінг-стратегій та толерантності до невизначеності може пролити світло на ефективні механізми сприяння психологічному благополуччю та стійкості перед лицем несприятливих обставин. Воно дає розуміння того, як вони справляються зі стресом та орієнтуються в умовах невизначеності, що має вирішальне значення для їхнього благополуччя та здатності до адаптації.

Проблематикою дослідження копінг-стратегій та толерантності до невизначеності займалися такі вчені як: Громова Г.М., Корольчук В.М., Склень О. І., Саннікова О.П., Санніков О.І., Родіна Н.В та ін. Із зарубіжних вчених варто виділити роботи таких науковців як: Р. Лазарус, С. Фолкман, К. Карвер, Д. Тобін, Р. Рейнольдс, Н. Ендлер, Дж. Паркер та ін.

Аналіз наукової літератури дозволив визначити стратегії подолання як свідомі або ж несвідомі зусилля, які людина докладає для подолання стресу, несприятливих обставин та складних ситуацій [2]. Копінг-стратегії – це психологічні, поведінкові або емоційні реакції, які люди використовують для управління внутрішніми, зовнішніми вимогами, що перевищують їхні поточні ресурси або становлять загрозу їхньому благополуччю. Ці стратегії спрямовані на зменшення дистресу, регулювання емоцій та відновлення відчуття рівноваги і контролю перед обличчям складних обставин.

Копінг, копінг-стратегії розглядають в межах чотирьох основних підходів. Перший підхід, в рамках якого розглядається копінг та копінг стратегії названий психоаналітичним, де

копінг розглядається в якості одного із засобів психологічного захисту. Психодинамічні моделі копіngu підкреслюють роль еґо-захистів і зазвичай визначають ієрархію зрілих та примітивних копінг-реакцій. Другим підходом, в рамках якого розглядаються копінг стратегії є диспозиційним. Тут робиться акцент на ситуативному подоланні стресових ситуацій (або використання різних стратегій подолання на основі природи стресових ситуацій). Третій підхід, в рамках якого розглядаються копінг та копінг-стратегії має назву трансакційний. Відповідно до трансакційної моделі, коли людина піддається впливу стресора, першим етапом є первинна оцінка. На цій стадії людина внутрішньо визначає ступінь тяжкості стресора. Якщо на цьому етапі стресори сприймаються як загрозові, то тоді проводиться вторинна оцінка, під час якої людина оцінює власні ресурси для боротьби зі стресом. Останнім підходом, який розглядає копінг та копінг-стратегії є ресурсним. Відповідно до даної теорії, люди прагнуть зберегти, захистити та нарощувати ресурси, коли їм загрожує потенційна, фактична втрата цих цінних ресурсів. Ресурси можуть бути матеріальними (наприклад, гроші, житло), соціальними (наприклад, підтримка, статус), або ж психологічними (наприклад, самоефективність, відчуття автономії).

Стратегії подолання можна розділити на різні типи залежно від їхньої природи та механізмів, що лежать в їх основі. Ось кілька найпоширеніших типологій копінг-стратегій: копінг, орієнтований на проблему; копінг, орієнтований на емоції; копінг, орієнтований на уникнення; соціально-орієнтований копінг; продуктивний копінг; непродуктивний копінг [1].

Далі, огляд літератури також допоміг концептуалізувати поняття толерантності до невизначеності. Толерантність до невизначеності означає здатність людини протистояти та справлятися із неоднозначністю, непередбачуваністю, а також невідомістю. Вона передбачає готовність і здатність приймати і орієнтуватися в ситуаціях, які не мають чітких результатів, вичерпної інформації або передбачуваного майбутнього [4]. Толерантність до невизначеності охоплює психологічні, емоційні та когнітивні реакції на неоднозначні обставини, а також рівень комфорту чи дискомфорту, який людина відчуває в таких ситуаціях. В науковій літературі даний конструкт розглядається із трьох різних підходів: як стійка риса особистості; як ситуативна реакція; як когнітивний процес та навик (певна копінг-поведінка)

Толерантність до невизначеності є важливою рисою особистості, яка означає здатність людини сприймати та приймати невизначеність та невпевненість у житті. Ця риса дозволяє людині бути більш гнучкою та адаптивною до змін в житті, тому що вона допомагає зберегти позитивне ставлення до ситуацій, які можуть викликати стрес та тривогу. Толерантність до невизначеності може залежати від різних факторів, таких як середовище, в якому виростала людина, досвід життя та внутрішні психологічні чинники. Проте, дана риса особистості може бути розвинута та змінюватися в ході життя під впливом різних ситуацій та досвіду.

Аналіз наукової літератури та джерел із даної проблематики, дозволяє припустити, що копінг-стратегії та толерантність до невизначеності – це тісно пов'язані поняття, які можуть впливати одне на одного. З одного боку, стратегії подолання – це поведінкові та психологічні зусилля, які люди використовують, щоб впоратися із вимогами невідомих та стресових ситуацій. Толерантність до невизначеності, з іншого, означає ступінь, до якого люди можуть справлятися з невизначеними або неоднозначними ситуаціями без надмірної тривоги або стресу. Дослідження зарубіжних та українських вчених [3;5] показали – ефективні копінг-стратегії можуть підвищити толерантність, а високий рівень толерантності до невизначеності може сприяти використанню ефективних копінг-стратегій. Наприклад, стратегії подолання, сфокусовані на проблемі, такі як пошук інформації, складання плану для вирішення стресової ситуації, можуть підвищити відчуття контролю над ситуацією, і відтак зменшити відчуття невизначеності. Емоційно-орієнтовані копінг-стратегії, як пошук емоційної підтримки від інших, можуть допомогти людям керувати своїми емоційними реакціями на стресові ситуації, зменшуючи тривожність і підвищуючи толерантність до невизначеності.

І навпаки, високий рівень толерантності до невизначеності також може сприяти використанню ефективних стратегій подолання стресу. Люди з вищим рівнем толерантності до невизначеності схильні до використання проблемно-орієнтованих стратегій подолання, таких як пошук інформації або вжиття заходів для вирішення стресової ситуації, оскільки вони менш схильні до того, щоб їх переповнювало почуття невизначеності або тривоги.

**Висновок.** В підсумку, відносини між копінг-стратегіями та толерантністю до невизначеності є складними та важливими. Розуміння взаємозв'язку між стратегіями подолання

труднощів та толерантністю до невизначеності має вирішальне значення для підвищення життєстійкості та психологічного благополуччя українців. Адже ефективні стратегії подолання підвищують життєстійкість, дозволяючи людям відновлюватися після невдач та адаптуватися до змін. Покращена толерантність до невизначеності зменшує тривожність, сприяє більш адаптивному реагуванню на невизначені ситуації, що в підсумку сприяє загальному благополуччю.

#### *Література:*

1. Родіна Н.В. Психологія копінг-поведінки: системне моделювання: монографія. Одеса: видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2011. 364 с.
2. Ткачук Т.А. Копінг-поведінка: стратегії та засоби реалізації. Ірпінь: УДФСУ, 2011, 286 с
3. Шиліна А. Специфіка долаючої поведінки у взаємозв'язках з толерантністю до невизначеності засуджених чоловіків. Право і безпека. 2018. № 4 (71). С. 157-162.
4. Budner, S. Intolerance of ambiguity as a personality variable. J. Pers. 30, 1962, p. 29-50.
5. Paralkar, U., Knutson, D. Coping with academic stress: Ambiguity and uncertainty tolerance in college students. Journal of American college health: J of ACH, 2021, p. 1-9.

*Вікторія Кричун*

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, Україна  
наук. керівник: доц. Поліщук О.М.

### **ПРОКРАСТИНАЦІЯ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН**

В сучасному непостійному та динамічному світі, раціональне управління найціннішим ресурсом – часом, стає надзвичайно важливим для кожної особистості. Завдяки швидкому темпу життя, високим вимогам суспільства та інформаційному навантаженню, люди все частіше схильні до прокрастинації – відкладання справ на потім, що призводить до нераціонального використання часу та зниження ефективності їхньої діяльності.

Явище прокрастинації особливо часто спостерігається серед студентів, оскільки навчальний процес характеризується умовами, що сприяють її виникненню – постійною психологічною напругою, інтенсивним розумовим навантаженням, великою кількістю завдань з чіткими обмеженнями у часі на виконання та іншими факторами.

За психологічними дослідженнями, відкладання справ на потім супроводжується такими психологічними та фізичними проявами: нервовою напругою, зниженням концентрації уваги, виникненням емоційного та фізичного стресу, зменшенням самооцінки, почуттям провини, втратою віри у власні сили та здібності.

Це явище має виразно негативний вплив на академічну діяльність та є однією з головних причин зниження успішності студентів, що негативно впливає на їхній професійний розвиток та рівень компетентності. Тому за останні роки спостерігається зростання важливості та актуальності досліджень у цій сфері.

Більшість наукових психологічних досліджень зосереджена на вивченні різних видів людської діяльності в сучасному світі, де зростає значення активності, кваліфікації та різноманітності. Однак, з останнім часом, все більше і більше людей стають на шлях протилежного процесу, який проявляється у формі прокрастинації, тобто схильності до лінощів та пасивності у будь-якій сфері життя.

Проблема прокрастинації є однією з найбільш поширених у всьому світі, і тому важливо вивчати причини та передумови цього явища з психологічної точки зору. Феномен прокрастинації має велику область застосування, охоплюючи різні сфери людської діяльності, такі як навчання (відкладання домашніх завдань та підготовки до іспитів), праця (нездатність закінчити завдання вчасно), соціальне життя (відкладання зустрічей і дзвінків тощо) та побутове життя (відкладання ремонту та домашніх обов'язків). Ця широка сфера застосування підкреслює важливість і практичне значення дослідження прокрастинації для розвитку психологічних та поведінкових стратегій, що допомагають зменшити відкладання та підвищити продуктивність.

Проблему прокрастинації досліджувало багато вчених в різні часи. Існує безліч теорій, підходів та гіпотез про природу прокрастинації, причин її виникнення та взаємозв'язках з особистісними особливостями. Уявлення про прокрастинацію як особистісну диспозицію розглядали Н. Мілграм, К. Лей, Б. Тукман, Я. Варваричева, а також сучасні дослідження академічної прокрастинації здійснювали Т. Пічл, П. Стіл, Дж. Бурка, К. Клінгсік. Екзистенційна психологія та екзистенційно-аналітичний напрям В. Франкл, А. Ленглі, Д. Леонт'єв.

Прокрастинація – це психологічне явище, що проявляється в тенденції відкладати важливі справи та думки на потім. За словами К. Лея, індивід, який страждає від прокрастинації, може ігнорувати виконання обов'язкових завдань, навіть якщо він розуміє їх важливість. В такому випадку, замість зайнятися основною справою, він може переключати свою увагу на будь-що інше.

Багато людей сучасного суспільства стикаються з проблемою прокрастинації, що може мати негативний вплив на різні сфери їхнього життя. Наприклад, відволікання на соціальні мережі може бути прямим наслідком цієї шкідливої звички, що часто призводить до появи тривоги через невиконання важливих завдань, а також погіршення результативності та незадоволення людей від невиконаних обов'язків. Крім того, прокрастинація може викликати стрес, почуття провини та негативно впливати на взаємини з оточуючими.

Досить велика частина наукових психологічних досліджень присвячена вивченню діяльності людини, що виявляється в різних сферах життя. У сучасному світі, в епоху науково-технічного прогресу, великий інтерес до вивчення діяльності очевидний, адже від більшості людей потрібна максимальна активність, висока кваліфікація, різнобічність. Проте останнім часом все більшого поширення набуває протилежний процес – прокрастинація.

Цей процес проявляється у схильності людей до пасивності і лінощів абсолютно в будь-якому виді діяльності. Ця проблема останнім часом стала однією з найпоширеніших у всьому світі та перед психологічною наукою постає важливе завдання: вивчення причин та передумов прокрастинації.

Феноменологія прокрастинації досить велика. Ця проблема може торкнутися будь-якої сфери діяльності людини: навчання (відкладання домашніх робіт, підготовки до іспитів), трудова (нездатність здати роботу вчасно), соціальна (відкладення зустрічей, дзвінків тощо), побутова (відкладання ремонту, відкладання домашніх обов'язків). Все це зумовлює високу актуальність та практичну значущість дослідження феномену прокрастинації.

У науковий обіг термін «прокрастинація» ввів Пол Рінгенбах у 1977 року під час роботи над книгою «Прокрастинація у житті людини». В тому ж році з'явилася книга А. Елліса та У. Дж. Науса «Подолання прокрастинації». У ній були зібрані клінічні спостереження щодо феномену прокрастинації та здійснено спробу когнітивного пояснення відкладання справ більш пізній термін.

Через шість років під авторством Дж. Бурка та Л. Юен з'явилася науково-популярна книга «Прокрастинація: що це таке і як з нею боротися». Виходячи з практичних спостережень як психотерапевтів вони описали прокрастинацію як складну психологічну проблему, основу якої становить низька самооцінка та страх невдачі.

Прокрастинація від латинського *procrastinatus*: *pro-* (замість, попереду) и *crastinus* (завтрашній) – у психології означає схильність до постійного «відкладання на потім» важливих справ та думок. Прокрастинація проявляється в ігноруванні індивідуумом виконання обов'язкових завдань, навіть якщо він розуміє всю важливість цих справ. При цьому він переключає свою увагу на все, що завгодно, аби не займатися основною конкретною справою. Так визначає прокрастинацію К. Лей – відома дослідниця цього феномену.

Так само прокрастинація може бути психологічною особливістю характеру людини, яка здатна продуктивно працювати лише у стані стресу через нестачу виділеного на роботу часу.

Прокрастинація визначається за наявності таких проблем: втрата продуктивності виконаної роботи; відсутність точно поставлених цілей; страх перед новими завданнями; постійне уникнення справ.

Прояви прокрастинації і механізми, що стоять за нею, дуже різноманітні, тому вона передбачає проведення комплексної терапії, спрямованої на зменшення негативних наслідків та на роботу з самооцінкою, страхами та стресостійкістю прокрастинатора.

Таким чином, прокрастинація – усвідомлена тенденція відкладати виконання провідної діяльності, що супроводжується внутрішнім дискомфортом та призводить до негативних наслідків; це складне, комплексне психологічне поняття.

#### *Література:*

1. Бабатіна С. І. Синдром академічної прокрастинації і соціальна відповідальність у студентському віці [Електронний ресурс] / С. І. Бабатіна // Вісник Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут». Філософія. Психологія. Педагогіка. – 2013. – № 2. – С. 24-25. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKPI\\_fpp\\_2013\\_2\\_6](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKPI_fpp_2013_2_6)
2. Milgram N., Tenne R. Personality correlates of decisional and task avoidant procrastination // European Journal of Personality. – 2000. – № 14. – P. 141–156.

*Вікторія Кричун*

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, Україна  
наук. керівник: доц. Поліщук О.М.

### **ПЕРФЕКЦІОНІЗМ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН**

У психологічній науці проблема перфекціонізму розглядається як результат завищених стандартів діяльності, що постійно ставляться особистістю перед собою і супроводжуються постійним прагненням до досягнення досконалості.

У дослідженнях цієї проблеми вчені використовують поняття "перфекціонізм" для позначення як здорового прагнення особистості до досягнення досконалості, так і проявів невротичної нав'язливої ідеї досягнення ідеалу. Перфекціонізм може слугувати джерелом сильних переживань обдарованих людей, оскільки він є невід'ємною частиною їхнього життєвого досвіду.

Прагнення до досягнення досконалості є характерною рисою людей, які мають потенціал для його досягнення, що проявляється у висловлюваннях, зроблених впевнено і аргументовано у різноманітних сферах діяльності людини.

Перфекціонізм, як прагнення до власної досконалості і результатів своєї діяльності у повсякденному житті, розглядається як цінна особистісна властивість характеру і є неодмінною складовою особистісного зростання. Проте слід розрізняти здорову мотивацію людини і мотивацію, якої вона досягти не може.

Здорова мотивація до досягнення успіху передбачає адекватну самооцінку та адекватний рівень домагань особистості. При цьому очікуваний результат сприймається нею з задоволенням, а ймовірність невдачі враховується. У людини з вираженим перфекціонізмом мета, задана зовнішньо, часто є недосяжною, оскільки вона у такому випадку не ґрунтується на власних знаннях і можливостях. Поставлені недосяжні цілі прирекають людину на невдачу.

Відсутність бажаного результату деморалізує особу із перфекціоністською спрямованістю, оскільки очікуваний результат досягнення, що не приносить їй задоволення. Отже, можна стверджувати, що здорове прагнення до досягнення досконалості є дуже важливим для ставлення та розвитку особистості, проте завищений рівень перфекціонізму може бути деструктивним для неї. К. Дабровські, Л. Данилевич, Л. Сільверман розглядають перфекціонізм як особистісну рису, притаманну обдарованим людям.

Представники цього підходу не виключають той факт, що тривожність може стати перешкодою на шляху до реалізації здібностей перфекціоніста. Водночас ці вчені відзначають, що перфекціоністські тенденції спрямовують особистість на пошуки сенсу власного життя, життєвої мети, сенсу існування, які звільняють особу від обмежень, відповідно і від надмірної тривоги.

Перфекціонізм, як прагнення людини до власної досконалості і результатів своєї діяльності у повсякденному житті, розглядається як цінна особистісна властивість характеру і ототожнюється із сильною мотивацією досягнення успіху, що є неодмінною складовою особистісного зростання.

У сучасній психології, дослідники виявляють перфекціонізм як багатовимірний особистісний конструкт, який має різні параметри. Деякі з них пов'язані з конструктивним прагненням особистості до досягнення досконалості, що вважається нормальним та адаптивним функціонуванням. Інші параметри пов'язані з патологічним прагненням до досконалості, що може спричиняти розлади афективного спектру та знижувати продуктивність у діяльності, що вважається дезадаптивним функціонуванням.

Саме через цю двовекторну спрямованість перфекціонізму, вивчення цього явища набуває особливої актуальності у сучасній психології. Особливу увагу приділяють розумінню психологічного змісту перфекціонізму та його феноменологічним аспектам. Дослідження у цій галузі допомагають розкрити складність цього явища та його вплив на психічне функціонування особистості.

Розуміння перфекціонізму як психологічного феномену допомагає виявити його роль у формуванні особистості, мотивації, ставленні до досягнень, а також відношенні до помилок та стресу. Такі дослідження дозволяють розробляти ефективні підходи до психологічної підтримки та розвитку осіб, які мають різні рівні перфекціоністських рис.

Проблема перфекціонізму, як психологічна категорія, почала розроблятися у зарубіжній психологічній науці нещодавно. Результати досліджень цього психічного явища розкриваються у працях Д. Барнаса, С. Блатта, Р. Фроста, П. Х'юїтта, Г. Флетта, Д. Хамачека, Д. Боучера, Р. Слейні, П.Слейд. В останні роки явище перфекціонізму знайшло своє відображення і у працях українських вчених: І. Гуляс, Л. Данилевич, Л. Карамушка, О.Кононенко, О. Лоза, О. Чала, Г.Чепурна.

Поняття перфекціонізму з'явилося в науковій літературі у середині ХХ століття, але як явище психічної спрямованості його відзначено значно раніше. Альфред Адлер описував його як компенсаторне прагнення до переваги та досконалості, а Карен Хорні розглядала як нарцисичну патологію. У період з 60-х по 80-ті роки у зарубіжній клінічній психології та психотерапії інтенсивно розроблялися теорії щодо перфекціонізму.

Слово "перфекціонізм" походить з латинської мови, де perfectus означає "абсолютну досконалість". У сучасній психології перфекціонізм визначається як переконання у тому, що досягнення вдосконалення, як для себе, так і для інших людей, є головною метою, до якої повинна прагнути людина.

На основі аналізу літературних джерел можна стверджувати про неоднозначність думок вчених щодо структури перфекціонізму. Так, наприклад, відомий британський дослідник проблеми перфекціонізму Р. Фрост виділив у структурі даного явища шість компонентів: особисті стандарти, організованість, невпевненість у діях, занепокоєння з певного приводу, батьківські очікування, батьківська критика.

Перфекціонізм – це складна концепція, що включає в себе високі стандарти та надмірне бажання досягти ідеального результату. З наукової точки зору, перфекціонізм є комплексним психологічним феноменом, що включає в себе когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти.

Когнітивні аспекти перфекціонізму включають в себе високі стандарти та вимоги до себе, а також надмірну увагу до деталей та помилок.

Емоційні аспекти перфекціонізму включають в себе страх помилки та надмірну самокритичність. Поведінкові аспекти перфекціонізму включають в себе надмірну працездатність та контроль, а також відмову від нових викликів та можливостей, які можуть призвести до невдачі.

Отже, перфекціонізм є складним і багатогранним феноменом, який може мати як позитивні, так і негативні наслідки для індивідів. Перфекціонізм можна визначити як складне багатовимірне утворення особистості, яке проявляється в постійному прагненні до досконалості і бездоганності у всіх сферах життя.

Важливою теоретико-методологічною основою для розробки концепції перфекціонізму є утвердження, що прагнення до високих стандартів не є патологічним: людина може відчувати задоволення від наполегливої праці, бажання до саморозвитку, самовдосконалення та поліпшення результатів своєї діяльності, при цьому вона усвідомлює, що існують обмеження в особистому самовдосконаленні. У такому контексті успіх допомагає перфекціоністу відчувати задоволення, підвищує його самооцінку або підтримує її на необхідному рівні.

Отже, головним критерієм формування концепції перфекціонізму є багатовимірність його психологічної структури, що дозволяє розглядати його як психологічну характеристику, що володіє певною функціональною та структурною самостійністю в структурі особистості і проявляється у прагненні суб'єкта бути бездоганним і досконалим у будь-якій сфері.

Саме по собі прагнення особистості до високих стандартів не є патологічним, індивід може відчувати задоволення від наполегливої праці, прагнення до саморозвитку, самовдосконалення і поліпшення результатів своєї роботи, з урахуванням меж особистого самовдосконалення. Невротичні форми перфекціонізму виникають у випадку неадекватного співвідношення або непропорційного розвитку перфекціоністських тенденцій.

#### *Література:*

1. Данилевич Л. А. Перфекціонізм як особистісний чинник академічної обдарованості студентів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: 19.00.01. Київ, 2010. 20 с.
2. Frost, R. (1990), «The dimension of perfectionism», *Cognitive Therapy and Research*, vol. 14, pp. 449–468.
3. Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of personality and social psychology*, 60(3), 456-470.
4. Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295-319.

*Надія Лозинська*

*кафедра теоретичної та практичної психології*

Національний університет «Львівська політехніка», Україна  
наук. керівн: к. психол н., ст. викл. Клименко М.Р.

### **ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ АЛЕКСИТИМІЇ У СТРУКТУРІ ЕМОЦІЙНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ**

**Вступ.** Актуальність дослідження феномену алекситимії залежить від його значення для соціокультурного функціонування суб'єкта та особистісного розвитку, оскільки може бути чинником незадоволеності, труднощів у формуванні стосунків, ірраціональної конфліктної поведінки та обмеженого доступу до соціальної підтримки. Проблема алекситимії, тобто нездатність виражати й розуміти емоції, є досить актуальною у сучасному світі. Через те що емоційний світ людини часто залишається поза її увагою, вагома причина полягає в недооцінці важливості емоційного аспекту життя, який у сучасній культурі є занедбаним. У зв'язку з цим значна частина людей негативно ставиться до прояву особистісних емоцій, вбачаючи в них деструктивну роль у соціальному та особистому житті.

У ХХІ столітті зростає кількість людей з алекситимією, що, зокрема, пов'язано із війнами, збільшенням стресових ситуацій та труднощами в адаптації до швидкоплинного світу. Війна в Україні є однією з найбільш жорстоких і травматичних подій, які можуть спричинити розвиток гострого та латентного стресу. Гострий стрес є реакцією на безпосередню небезпеку, тоді як латентний стрес є відповіддю на тривале та продовжене психологічне напруження. Ці переживання можуть підсилити алекситимічні тенденції, тобто знизити здатність до розуміння та вираження емоцій. У цьому контексті, вивчення проблем емоційного стану та алекситимії серед молодого населення, є важливим завданням для подальшої підтримки та розвитку українського суспільства.

Серед українських та вітчизняних авторів варто виокремити напрацювання Р.М. Бегбі, Д. К. Немія, Дж. Д. Паркер, П. Сіфнеос, Дж. Тейлор та інші. Зокрема, дослідники з'ясували, що алекситимія може мати згубний вплив на фізичне та психічне здоров'я людини та бути наслідком генетичних, середовищних чинників стресу та травм. Проте, незважаючи на фундаментальність праць названих учених, невирішеними залишаються ряд питань, як теоретичного,



методологічного так і практичного характеру стосовно дослідження проявів алекситимії у структурі емоційної саморегуляції.

За останнє десятиліття все більше уваги дослідників привертає регуляція людської поведінки. Особливе значення вона має в психології емоцій, де постають питання про регуляцію власної поведінки та поведінки оточуючих. Одним із вирішальних механізмів, що є стабілізуючим чинником запобігання та подолання кризових явищ, є емоційна саморегуляція, яка здатна регулювати емоції та контролювати їх прояви задля збереження фізичного та психічного здоров'я. Ефективна емоційна регуляція дозволяє людям справлятися зі стресовими чи складними ситуаціями, підтримувати здорові стосунки та досягати особистих цілей. Цей процес вимагає самосвідомості, когнітивної гнучкості та здатності розпізнавати емоції. Емоційне усвідомлення, контроль і регуляція допомагають молодим людям адаптуватися до динамічних умов сучасного життя, приймати обґрунтовані рішення та керувати своєю поведінкою.

Психодинамічна теорія алекситимії базується на психоаналітичній теорії Зигмунда Фрейда. Згідно з цією теорією, алекситимія виникає в результаті пригнічення емоцій в дитинстві або інших форм травматичного досвіду. Фрейд вважав, що підсвідомі думки та емоції можуть пригнічуватися та вести до невміння виражати емоції. Таким чином, психодинамічна терапія, що використовується для лікування алекситимії, орієнтується на те, щоб допомогти клієнтові пізнати свої приховані емоції та розвинути вміння виражати їх.

Зв'язок між алекситимією та іншими розладами свідчить про те, що вона може бути фактором ризику для їх розвитку, ймовірно, через те, що вона посилює реакції на стрес через вегетативну дисрегуляцію. Наявність факторів, що сприяють розвитку алекситимії, набуває важливого значення у світлі можливості зменшення її згубного впливу на ефективність лікування. Алекситимія є потужним предиктором стійкості до лікування, і цей ефект поширюється за межі сфери психічних розладів, про що свідчать дані, зібрані щодо соматичних розладів, таких як: шлунково-кишкові, дерматологічні захворювання та інші. Зокрема, люди з алекситимією не справляються ефективно зі стресовими факторами через реакцію на стрес, яка зазвичай змінюється в когнітивних, поведінкових та фізіологічних симптомах. Змінена реакція на стрес може подовжити вплив стресорів і в довгостроковій перспективі посилити сомато-вісцеральну реакцію. Отже, неправильне тлумачення тілесних відчуттів, пов'язаних з негативними емоціями, може бути ще одним механізмом, через який алекситимія погіршує клінічні стани.

У молодих людей із вираженими проявами алекситимії, неусвідомлені переживання емоцій викликають відчуття неспокою та небезпеки, що підсилює зовнішню та внутрішню конфліктність, загальну незадоволеність та соціальну дезадаптованість. Крім того, алекситимія може стати бар'єром і у виконанні освітньої діяльності, оскільки значно ускладнює процес продуктивної взаємодії з викладачами, без якої складно виконувати завдання, пов'язані із самовизначенням і професійною орієнтацією. Внаслідок цього алекситимія є чинником, що перешкоджає особистісному зростанню студентів і ускладнює досягнення цілей вищої освіти й професійної підготовки.

Було проведено емпіричне дослідження з метою виявлення особливості прояву алекситимії у структурі емоційної саморегуляції молоді. Формальне дослідження з метою економії часу та зручності респондентів проводилось за допомогою онлайн-анкети Google Form. У дослідженні взяли участь 80 осіб, віковий діапазон респондентів – 18-28 років, гендерний склад даної вибірки склав 69 жінок та 11 чоловіків, що є студентами львівських вищих навчальних закладів. Досліджуваних ознайомлено з темою дослідження та поінформовано щодо конфіденційності результатів.

Для того аби дослідити прояви алекситимії у структурі саморегуляції, було проведено емпіричне дослідження із застосуванням опитувальників «Торонтська алекситимічна шкала»; діагностику «Емоційного інтелекту» Н. Холл; опитувальник когнітивної емоційної регуляції CERQ; методику «Діагностика емоційної зрілості» О. Я. Чебикіна. Обробка, обрахування усіх даних здійснена з використанням пакету методів математичної статистики SPSS Statistics та Microsoft Excel. Використано такі методи статистичного аналізу: кластерний, факторний, кореляційний та порівняльний.

Згідно із кореляційним аналізом стратегії алекситимії та сама алекситимія позитивно корелюють із самозвинуваченням, прийняттям, зосередженістю на плануванні, баченням перспективи, румінацією, а також негативно корелюють з управлінням емоціями. Це свідчить

про те, що люди, яким важко визначити свої почуття, описати свої почуття, які мають тенденцію зосереджувати свою увагу на зовнішньому світі й мають високий рівень алекситимії можуть бути більш схильні до самозвинувачення, прийняття емоцій, планування та обмірковування своїх емоційних переживань, врахування перспектив інших людей як стратегій регулювання своїх емоцій. А також вони можуть мати труднощі з ефективним управлінням своїми емоціями.

За допомогою факторного аналізу вдалось встановити 5 факторів, де алекситимія входить в фактор 1, що включає зосередженість на плануванні, румінацію, звинувачення, бачення перспективи та алекситимію. Цей фактор являє собою групу змінних, пов'язаних із когнітивними стратегіями регулювання емоцій та алекситимією. Також отримано фактори, які виражають інші прояви емоційної регуляції, зокрема «когнітивна оцінка, а також емоційний фокус», «емоційно-інтелектуальна обізнаність і мотивація», «емоційна зрілість», «самозвинувачення та емоційне прийняття».

Кластерний аналіз виявив 3 групи досліджуваних із певними стратегіями та рівнем алекситимії. В перший кластер входять особи з середніми показниками за шкалами труднощів ідентифікації почуттів, труднощів опису почуттів, зовнішньо орієнтованого мислення та алекситимії. Вони мають помірні труднощі з емоційною саморегуляцією і демонструють збалансований прояв алекситимії та пов'язаних з нею факторів. У другий кластер входять особи із високими показниками труднощів ідентифікації почуттів, зовнішньо орієнтованого мислення та алекситимії, а також середніми показниками труднощів опису почуттів. Вони можуть мати труднощі із ідентифікацією та описом своїх емоцій, покладатися на зовнішні підказки й демонструвати високі рівні труднощів, пов'язаних з алекситимією. До третього кластера входять особи з низькими показниками труднощів ідентифікації почуттів, труднощів опису почуттів, зовнішньо орієнтованого мислення та алекситимії. Ці особи демонструють майстерність в емоційній ідентифікації, вираженні та мають внутрішню спрямованість у розумінні та регулюванні емоцій.

За допомогою порівняльного аналізу визначено, особи з групи емоційно компетентної молоді демонструють вищі показники управління своїми емоціями порівняно з іншими групами. А група з високим рівнем алекситимії і зовнішньої спрямованості демонструє вищі показники за шкалами прийняття, роздуми та зосередженість на плануванні порівняно з іншими групами, що вказує на специфічні стратегії емоційної регуляції, які застосовують особи з цієї групи.

**Висновок.** Проведене емпіричне дослідження демонструє, що алекситимія, як багатогранний конструкт, взаємодіє із різними когнітивними та емоційними чинниками, впливаючи на процес емоційної саморегуляції у молодих людей. Вона складається з кількох ключових компонентів: труднощі з ідентифікацією та описом почуттів, зовнішньо орієнтоване мислення, алекситимія. Емпірична модель підкреслює позитивну кореляцію між труднощами в ідентифікації та описі почуттів, зовнішньо орієнтованим мисленням, а також алекситимією і когнітивними стратегіями регуляції емоцій, такими як самозвинувачення, прийняття, зосередження на плануванні, погляд на перспективу, румінація, та негативну кореляцію із управлінням емоціями. Факторний аналіз виявив кілька окремих факторів, що представляють різні аспекти емоційної регуляції і місця алекситимії в ній. Адже фактори сприяють розумінню глибинних аспектів емоційної саморегуляції та їх взаємозв'язку із алекситимією. Кластерний аналіз додатково згрупував людей на основі їхніх рівнів алекситимії та пов'язаних змінних, надаючи уявлення про різні профілі або типології емоційної саморегуляції.

В цілому, роль алекситимії в емоційній регуляції є складною та багатогранною. Ефективна емоційна саморегуляція стосується здатності вираженням у відповідь на внутрішні та зовнішні подразники та змінювати їх, розуміти тригери, які призводять до емоційних реакцій, і розвивати здорові стратегії управління емоціями у відповідь на різні ситуації. Даний процес необхідний для адаптації до мінливих обставин, підтримки соціальних стосунків і досягнення особистих цілей. Молодому поколінню варто виробляти навички емоційної грамотності, які сприяють психологічному благополуччю та соціальній адаптації. Алекситимія може ускладнити цей процес, у такий спосіб, важливо безпосередньо розуміти причини та знайти шляхи покращення цього стану.

#### *Література:*

1. Алекситимія в «умовно здорових» людей: труднощі та можливості корекції. Психологія і особистість. 2020. С. 248–254.

2. Алекситимія як психолого-педагогічне явище. Соціальна адаптація особистості в сучасному суспільстві, ортобіоз та паліативна допомога : матеріали VIII науково-практ. інтернетконференції (з міжнар. участю), м. Луцьк, 10 груд. 2021 р. 2021. с. 21–22.
3. Клініко-психологічні аспекти алекситимічної психалгії / М. Б. Коробіцина // Наука і освіта. – 2010. – № 9. – с. 74-76. – Бібліогр.: 9 назв. – укр.
4. Саморегуляція навчальної діяльності та професійний розвиток студентської молоді. Полтава : Полт. нац. пед. ун-т ім. В. Г. Короленка, 2021. 385 с.
5. Теоретичний аналіз проблеми алекситимії у студентів. Особистість в екстремальних умовах : Матеріали X Всеукр. науково-практ. конф., м. м. Львів, 21 квіт. 2021 р. С. 171–175.
6. Development of alexithymic personality features. PubMed Central (PMC). URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4274591/> (date of access: 23.04.2023).
7. The impact of alexithymia on treatment response in psychiatric disorders: a systematic review. PubMed Central (PMC). URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7177022/>.

*Олена Лукашевич*

Кам'янець-Подільський національний  
університет імені Івана Огієнка, Україна  
наук. керівн: к. психол. н., доц. Логвіна О.А.

## **СУТНІСТЬ ТА ОСОБЛИВОСТІ РЕПРОДУКТИВНИХ УСТАНОВОК ЖІНОК**

Зацікавленість темою репродуктивних установок жінок зумовлена цілою низкою проблем репродуктивного здоров'я, зокрема: незадовільне соціальне становище громадян; недостатня соціальна захищеність у різних сферах; дискримінація жінок; підвищена смертність чоловіків репродуктивного віку порівняно з жінками; незадовільний стан здоров'я вагітних жінок; високий рівень штучного переривання вагітності; високий рівень смертності матерів та малюків; незадовільний стан здоров'я, високий рівень безпліддя та поширена онкогінекологічна патологія репродуктивних органів [1].

Ефективне функціонування репродуктивної системи значно детермінується умовами розвитку молоді та всебічної допомоги фахівців різних галузей, зокрема й психологів. Відтак нагальною постає потреба в наукових дослідженнях присвячених вивченню репродуктивних установок та репродуктивного здоров'я, загалом. Вивченню репродуктивних установок присвятили свої праці: Т.Б. Гудкова, А.Ю. Денисов, Д.О. Калиніченко, О.М. Калачікова, О.В. Короленко, Д.П. Мельничук, М. М. Родштейн, Д. Г. Ротман [3].

У концепції Д.Н. Узнадзе установка визначається через готовність до дії з реалізації потреби в об'єктивній ситуації. В межах же особистісного підходу установка розглядається як динамічний компонент розвитку особистості. Постаючи у якості мотиваційного компонента формування суб'єктивної психологічної готовності до діяльності, установку визначають як системне утворення інтеграції цінностей, орієнтації, уявлень, що відображають загальну спрямованість особистості [1].

Зміщуючи акцент феномену установки на сферу репродукції, зазначимо, що В.А. Борисов в межах системного підходу інтерпретував репродуктивну установку як складову репродуктивної поведінки – соціальної системи дій та відносин, що опосередковують народження чи відмову від народження дитини у шлюбі чи поза шлюбом. Разом з репродуктивними установками до складу репродуктивної поведінки входять норми та мотиви, які знаходяться у внутрішній взаємодії і схильні до впливу зовнішнього середовища [2].

В своїх наукових працях Д.О. Калиніченко визначає репродуктивну поведінку як установку щодо дітності, яка орієнтована на досягнення головного результату репродуктивної поведінки – народження дітей, а також це установка на практику контрацепції. Зміст даного феномену науковець вбачає в психічній регуляції поведінки особистості, схильності її до певних дій, детермінованих позитивним або негативним ставленням до народження дітей та їх кількості [3].

Розглядаючи репродуктивну установку змістовно, можемо констатувати, що ціннісна орієнтація ставлення до дитини є однією з головних її складових. Розвиток установки, що зорієнтована на цінність дитини, залежить від типу жіночої ідентичності як якості матері. М. Родштейн, зазначає, що репродуктивна установка жінок з фемінною ідентичністю відрізняється різноманіттям репродуктивних уявлень в яких домінують уявлення з семантикою репродуктивного оптимізму, бажаності материнської ролі та віри в її успіх [1].

Калачікова О.М., Короленко О.В. визначають репродуктивну установку як систему дій та відносин, що опосередковують народження певної кількості дітей або відмову від дітонародження, що регулюється біологічними, економічними, психологічними та соціальними факторами [2].

Репродуктивні установки – це кількісна характеристика потреби у дітях. Репродуктивні установки, мотиви та норми разом становлять репродуктивну поведінку – дію, орієнтовану на задоволення потреб у дітях.

В репродуктивних намірах відображається «старіння» вікової моделі народжуваності, характерне для багатьох країн. Тема «відкладеного» батьківства турбує не тільки дослідників, політичних діячів, але й суспільство в цілому. Дане явище має і переваги, і недоліки, так деякі дослідники розглядають його як позитивний досвід, оскільки дорослі батьки забезпечують дітей більш високим рівнем життя та стабільними сімейними відносинами, покращуючи їх майбутнє життя [3].

Разом із тим, пізнє батьківство часто пов'язують з меншою ймовірністю народження дітей самотньою матір'ю, яка живе без партнера, і з нижчою часткою незапланованих вагітностей та народжень. У самих матерів пізній вік при народженні дитини асоціюється з хорошим здоров'ям та довголіттям, хоча відкладене батьківство може бути небезпечним, потенційно загрожувати здоров'ю матері чи дитини. Відкладене батьківство часто розглядається як основна причина вимушеної бездітності та демографічної кризи.

В сучасному суспільстві чинником запуску репродуктивної поведінки є мотиви психологічного характеру, а раніше превалювали економічні, за яких люди були змушені народжувати дітей. Коли переважають психологічні мотиви, людина здатна приймати рішення, не зважаючи на економічний стан, тиск значущих людей, виходячи з власних інтересів [2].

Калініченко Д.О. та Мельничук Д.П. стверджують, що репродуктивні установки зреалізуються на основі індивідуальних репродуктивних мотивів. Репродуктивна мотивація вивчається авторами як психологічний стан особистості, що зорієнтовує її на досягнення особистої мети завдяки народженню певної кількості дітей [3]. На які, в свою чергу, здійснюють вплив такі фактори: економічні, психологічні, біологічні, соціальні фактори. Всі разом вони відносяться до репродуктивної мотивації.

Калініченко Д.О. представив у межах свого дослідження трьохкомпонентну модель репродуктивних установок, зокрема, до складу входять такі аспекти [1]: афективний (емоційний) – компонент, що насичений позитивними/негативними почуттями стосовно народження дітей та вагітності; поведінковий (спонукальний) – компонент, що відображає інтенсивність та потужність репродуктивної установки; когнітивний – розуміння бажаної кількості дітей, їх статі, інтервали між народженнями, установка на перебіг вагітності. На думку дослідника змістова характеристика репродуктивних установок розкривається через взаємодію всіх зазначених компонентів [1].

Отже, реалізація репродуктивних установок відбувається не в повній мірі, що спричинено девальвацією інституту шлюбу і незадоволеністю населення умовами життя, які для більшості є несприятливими. Щонайперше, це умови для виховання дітей: житлові, матеріальні умови, послуги в галузі медицини та освіти. Це вказує на необхідність регулювати репродуктивну поведінку, оскільки наявні резерви недостатні для забезпечення відтворення населення. Подолання зазначених негативних тенденцій можливе за умов підсилення інституту родини та збільшення державної підтримки молодих сімей. Першочерговими постають задачі вивчення репродуктивної поведінки, визначення факторів вибору різних репродуктивних стратегій, вибору оптимальних шляхів управління процесом відтворення населення, розробки засобів впливу та корекції в сфері народжуваності й батьківства, підготовки до усвідомленого батьківства і материнства.

#### Література:

1. Астахов В.М., Бацилева О.В., Пузь І.В. Психологічний супровід у репродуктивній медицині: монографія. Київ, 2023. 125 с.

2. Баришнікова В.В. Вплив репродуктивних установок на розлади настрою вагітних жінок. *Соціально-психологічні технології розвитку особистості*: зб. наук праць за матеріалами VIII Усеукраїнської науково-практичної конференції молодих вчених, аспірантів та студентів «Соціально-психологічні технології розвитку особистості» (м. Херсон, 07 квітня 2023 р.). Херсон, 2023. С. 9–14.
3. Ляшенко Н.О., Болотова В.О. Репродуктивні установки сучасного українського студентства. Сучасні суспільні проблеми у вимірі соціології управління: зб. наук. пр. Харків, 2017. Т. 3, Вип. 5. С. 63–78.

*Олександра Найден*

Дніпровський державний технічний університет, Україна  
наук. керівн: к. політ. н., доц. Редькіна А.М.

### **ТОЛЕРАНТНІСТЬ ЯК ЦІННІСТЬ У СУЧАСНОМУ УКРАЇНСЬКОМУ СУСПІЛЬСТВІ**

**Вступ.** На сучасному етапі розвитку українського суспільства проблема наукового вивчення явища толерантності набула особливої актуальності. Наміри по-новому подивитися на світ, подолати перепони, які роз'єднують людей, утвердити між ними стосунки на засадах гуманізму та взаєморозуміння були зруйновані війною. Процеси, які відбуваються сьогодні в українському суспільстві, призводять не лише до непорозуміння, а й до руйнування суспільних відносин. Протистояння, нетерпимість, небажання слухати і невміння чути є загрозою суспільним відносинам, цілісності та єдності усередині країни.

Сучасний контекст осмислення і використання поняття толерантності характеризується низкою особливостей. З одного боку, мають місце взаємодії різних за національністю, релігійним, політичним і соціальним поглядам груп населення, пов'язані з полікультурним суспільством, з іншого, як результат цього процесу, – підвищення інтересу до питань національної ідентифікації, що виражається у прагненні зберегти свою ідентичність, продемонструвати реальні або уявні переваги своєї соціальної групи, що, у свою чергу, підсилює настрій відособленості та проявів нетерпимості до іншого.

Актуальність проблеми визначається важливістю усвідомлення суспільством необхідності формування толерантної особистості й толерантних відносин. На жаль, для українського суспільства є характерною соціальна незрілість, несформованість ціннісних орієнтирів, нездатність повною мірою адекватно прогнозувати наслідки своїх дій.

Толерантне ставлення є соціальною цінністю, що забезпечує права людини, свободу і безпеку. Формування даного поняття часто пов'язують з гуманістичними ідеалами. Толерантність, на думку учених, є нормою цивілізованого компромісу між конкуруючими культурами і забезпечує збереження різноманітності, природного права на відмінність, несхожість, інакшість.

Ідея толерантності має давню історію. Духовне розкріпачення особистості поряд з її економічною та політичною свободою відстоювали науковці минулого, спираючись на вчення про природне право. Про толерантність у своїх працях «Нариси про терпимість», «Листи про віротерпимість» писав Дж.Локк. І.Гьоте розглядав толерантність як проміжний елемент на шляху до визнання. Г.Маркузе вважав її байдужим потуранням, що є небезпечним тим, що воно може призвести людину до перетворення на співучасника тих людей, хто розмовляє з позиції сили.

Аналіз наукової літератури з проблеми дослідження дає підстави стверджувати, що ідеї толерантності мають глибоке коріння у поглядах І.Канта, Я.Коменського, А.Макаренка, М.Монтессорі, Ж.-Ж.Руссо, Р.Штейнера, А.Швейцера.

Сучасна наука розглядає проблему толерантності в онтогенезі у філософському, психологічному, педагогічному та соціокультурному контекстах.

Різні аспекти проблеми толерантності, зокрема осмислення сутності феномена толерантності та його особливої значущості формування в особистості, досліджено у наукових працях таких вітчизняних учених, як М.Андрєєв, О.Безносок, О.Волошина, О.Грива, В.Калошина,

О.Кихтюк, І.Кресіна, О.Майборода, О.Отич, В.Пісоцький, Т.Пилипенко, М.Товта, Ю.Тодорцева, О.Швачко.

Толерантність є базовою цінністю відкритого суспільства. Відкритість суспільства своїм власним змінам та інноваціям означає одночасно і відкритість його назовні, іншим культурним нормам і принципам. Тому толерантність, критичне мислення, свобода і відповідальність особистості у відкритому суспільстві по'язані один з одним, становлять фундамент демократії і створюють умови розвитку, руху суспільства вперед.

Застосування терміна толерантності зумовлено його сильною, активною формою, правовим, суспільно-політичним, моральним принципом характером. Він визначає соціокультурний рівень міжособової та міжгрупової взаємодії. Сімейні, дружні, сусідські, інтимні відносини характеризуються, як правило, терміном терпимості. Поняття ж толерантності в етичній і політичній лексиці включає морально-правовий та державний аспекти.

В умовах інтенсивного інтеграційного світового процесу взаємопроникнення різних культур, толерантність набуває ознак загально визнаного державного принципу, яким необхідно керуватися, щоб успішно розвивати конструктивні взаємини між державними, політичними і військовими блоками, організаціями на правових, цивілізованих принципах. Призначення толерантності, як правового і державного принципу, полягає в юридичній пошані прав людини, їхньому визначенні як основних прав (особисті права, свободи, політичні, соціальні, культурні) або як фундамент, що визначає державні цілі (свобода, демократія тощо).

Як свідчить історія людства і повсякденне життя, є чисто декларативна толерантність, коли ні відносини, ні дії не відповідають заявам і промовам. Можлива і чисто реляційна толерантність, яка не виявляється ні у висловлюваннях, ні в діях. Політична реальність дає часто густо приклади акційної толерантності, коли, незважаючи на заяви в ЗМІ і навіть, вороже ставлення стосовно того чи іншого питання, у політичній практиці держави виявляють толерантність. Спрощене сприйняття толерантності включає одночасно усі види, коли толерантність має місце і у висловлюваннях, і у відносинах, і у діях.

У науковій літературі толерантність розглядається, насамперед, як повага і визнання рівності, відмова від домінування і насильства, визнання багатомірності та різноманіття людської культури, норм поведінки, відмова від зведення цього різноманіття до однаковості чи переваги певної точки зору, погляду. У такій інтерпретації толерантність означає визнання прав іншого, сприйняття іншого як собі рівного, що претендує на розуміння і співчуття, готовність прийняти представників інших народів і культур такими, які вони є, і взаємодіяти з ними на основі згоди і поваги. Своє практичне вираження вона знаходить у витримці, самовладанні, здатності тривалий час терпіти несприятливі впливи.

Першим міжнародно-правовим документом, в якому розкривається суть толерантності, є проголошена та підписана ЮНЕСКО 16 листопада 1995 р., Декларація принципів толерантності. У першій статті надається розгорнуте поняття толерантності.

У Декларації зафіксовані головні рівні упровадження принципів толерантності: особистий, державний, соціальний.

Особливого значення автори Декларації надають функціонуванню принципів толерантності на рівні держави. Тут толерантність означає дотримання неупередженого законодавства, правопорядку і судово-процесуальних та адміністративних норм. Крім того, толерантність також вимагає надання кожній людині можливостей для економічного і соціального розвитку без будь-якої дискримінації.

У Декларації запропоновані й шляхи досягнення поставлених перед державою завдань. Це:

- ратифікація і виконання існуючих міжнародних конвенцій про права людини;
- розробка законодавства, здатного забезпечити в суспільстві рівноправні підходи і рівність можливостей для всіх груп і окремих людей.

Культура толерантності є багатозначним поняттям і йому, як і феномену толерантності, не так просто дати вичерпне визначення. У культурі толерантності є дві константи, на основі яких її можна класифікувати:

1) як набутий досвід лояльної взаємодії спільнот з будь-якою інакшістю (константа «результат»);

2) як поточну діяльність, що є взаємодією спільнот на основі терпимості до будь-якої інакшості (константа «процес»).

Толерантність як «досвід-результат» і як «діяльність-процес» перебувають у діалектичному зв'язку: одне доповнює інше, одне «підказує» іншому, «як краще» і «що краще». Функції толерантності є такі:

1) світоглядно-забезпечуюча (визначає багатомірність середовища та різноманітних поглядів; забезпечує гармонійний мирне співіснування представників, що відрізняються один від одного за різними ознаками; слугує суспільним гарантом недоторканності й ненасильства по відношенню до різного роду меншин і легалізує їхнє положення за допомогою закону);

2) регулююча (дозволяє стримати неприязнь у поєднанні з відкладеною позитивною реакцією, або замінити її на позитивну; надає конструктивний вихід з конфліктних ситуацій; орієнтує відносини на дотримання рівноправ'я, поваги, свободи);

3) психологічна (слугує основою для нормалізації психологічної атмосфери у групі, суспільстві, з створенням почуттів довіри, поваги, визнання, підтримки; формує і розвиває етнічну самосвідомість; забезпечує етнічну і соціальну самоідентифікацію; підтримує і розвиває самооцінку особистості, групи; знижує поріг чутливості до несприятливих факторів, ситуацій);

4) виховна (забезпечує передачу досвіду позитивних соціальних взаємодій і досвіду людства в цілому; є досконалим зразком організації життєдіяльності у соціумі; забезпечує успішну соціалізацію; розвиває моральне розуміння, співпереживання, вміння лояльно оцінювати вчинки інших);

5) комунікативна (розвиває готовність до спілкування, співробітництва і розуміння; дозволяє встановити конструктивне спілкування з представниками різних груп, іншого світогляду);

6) культурозберігаюча (забезпечує збереження і збільшення культурного досвіду групи, етносу, суспільства);

7) креативна (забезпечує можливість творчого перетворення навколишньої дійсності; створює умови для безпечного прояву дивергентності, творчої активності; створює умови для творчого самоствердження).

8) феліцитологічна (дозволяє отримати щастя від спілкування з іншими представниками та усвідомлення своєї індивідуальності, від визнання групою і світом у цілому).

**Висновок.** Процес вивчення та осмислення толерантності є багатовимірним. Для розуміння феномену толерантності та його функціонування у сучасному суспільстві, зокрема в українському, ще й на тлі війни, недостатньо розробки однієї теорії або концепції. Толерантність мала, має і матиме безліч виявів, які обов'язково суперечитимуть її сутності у розумінні однієї загальної теорії або концепції.

Отже, толерантність у ціннісному контексті припускає готовність сприйняття інших такими, якими вони є, і взаємодію з ними на основі згоди.

Регулюючі функції цінностей, у комплекс яких у полікультурному суспільстві входить і толерантність, спрямовані не тільки на збереження миру та взаємопорозуміння, а й на створення умов для самореалізації особистості. Толерантність припускає взаємність і активну позицію усіх зацікавлених сторін, що створює можливості для взаємозбагачення суб'єктів комунікацій.

Толерантність, як цінність людства, пов'язана з суттєвими характеристиками людського буття. Вона є запорукою того, що життя людства продовжиться, а цілісність і розвиток особистості є можливими.

Таким чином, толерантність є інтегративною категорією, що характеризує терпиме ставлення до відмінних поглядів, думок, вірувань, передбачає вміння конструктивно розв'язувати конфлікти, долати суперечності, контролювати власну поведінку.

## **ПРОБЛЕМНІ ПИТАННЯ ДІАГНОСТИКИ СЕЛЕКТИВНОГО МУТИЗМУ У ДІТЕЙ**

За останні роки поширеність психічних розладів неухильно зростає, в основному за рахунок збільшення захворюваності на невротичні, тривожні розлади, серед яких особливе місце посідає селективний мутизм [1, с.59].

Наукові дослідження вказують, що поширеність селективного мутизму складає близько одного-двох відсотків [6]. Тому цей розлад не можна назвати рідкісним, оскільки він зустрічається принаймні приблизно так само часто, як і розлад аутистичного спектру. Однак, порівняно з іншими психічними розладами в дитинстві та підлітковому віці, селективний мутизм дуже недостатньо діагностується та недостатньо досліджується. Вищі показники поширеності були виявлені у дво-/багатомовних дітей [3,7].

В Діагностичному і статистичному посібнику психічних розладів, п'яте видання (надалі DSM-5) селективний розлад віднесено до тривожного розладу та визначається як психічний розлад, при якому люди (найчастіше діти) не починають говорити або не відповідають взаємністю, коли до них звертаються інші. Ця відсутність мовлення виникає як у соціальних взаємодіях з дітьми, так і з дорослими. Проте, діти розмовлятимуть у себе вдома в присутності найближчих родичів. До діагностичних критеріїв селективного мутизму DSM-5 відносять: послідовна неспроможність говорити в конкретних соціальних ситуаціях, коли мовлення очікується, незважаючи на спроможність говорити; порушення заважає навчанню чи професійним досягненням або соціальному спілкуванню; тривалість порушення – не менше місяця (не може бути протягом першого місяця навчання в школі); нездатність говорити не пов'язана із відсутністю знання розмовної мови або дискомфортом, що пов'язаний із її використанням в соціальній ситуації [2].

Важливо, що за сучасним визначенням селективного мутизму останній трактується саме як нездатність говорити в певних ситуаціях, коли мовлення є очікуваним, незважаючи на вільне мовлення в інших ситуаціях. При цьому нездатність говорити пов'язується саме із нездатністю говорити у певних обставинах, а не у зв'язку із небажанням використовувати мову. Незважаючи на те, що DSM-5 наводить визначення селективного мутизму та наводить діагностичні критерії селективного мутизму, тригерів, які провокують виникнення селективного мутизму в останньому не наведено.

Ці обставини ускладнюють діагностування селективного мутизму та спонукають до пошуків дієвих інструментів діагностики селективного мутизму. Крім того, важливим при діагностиці селективного мутизму є розмежування селективного мутизму із комунікативними розладами, розладами спектру аутизму, шизофренії чи іншого психотичного розладу. Селективний мутизм може мати виснажливий вплив на психосоціальне та академічне функціонування в дитинстві [6].

Тож діагностика та найшвидше лікування селективного мутизму є важливою. Щодо інструментів діагностики селективного мутизму – найбільш широко використовуваним стандартизованим інструментом для оцінки симптомів селективного мутизму є опитувальник селективного мутизму (SMQ), розклад інтерв'ю щодо тривожних розладів (ADIS) та опитувальник шкільного мовлення (SSQ). Також використовують Франкфуртську шкалу селективного мутизму, яка дозволяє диференціювати дітей із мовленнєвими розладами (затримка мовлення, невідповідний тон або низька гучність голосу) від дітей з селективними мутизмом та телефонне інтерв'ю вчителя для селективного мутизму [5, 8].

В свою чергу, численні глобальні екологічні катастрофи, збройні конфлікти у всьому світі, а тепер і в Україні, гостро піднімають питання пошуку засобів діагностування селективного мутизму у таких категорій дітей, як діти мігранти, білінгви/поліглоти, які будуть мати свої особливості, зважаючи на індивідуальні психологічні профілі і життєві обставини дітей.

З метою надання якісної допомоги дітям мігрантам, білінгвам інструментарій для діагностики селективного мутизму має бути адаптований на рідну мову дитини [5].



Діагностуючи дитину мігранта на предмет проявів селективного мутизму необхідно визначати, чи була дитина знайома з новим мовним середовищем, в якому опинилась, чи дитина уникає комунікації в усіх мовах; чи наявні у дитини психотичні розлади, чи є в анамнезі дитини травмівні події, що передували онімінню; чи присутній мутизм у обох мовах, у кількох незнайомих умовах, протягом якого часу. Важливим є враховувати період мовчання, який є невід'ємною частиною засвоєння іноземної мови.

Всі ці моменти є вкрай важливими для діагностики цього розладу і у українських дітей, які, втікаючи в безпечні країни через військовий стан в Україні, опинились в новому мовному та культурному середовищі безпечних країн. Для тих, для кого вимушене переселення стало травмівною подією, важливим є отримання психологічної допомоги, формування у дитини стресостійкості. В першу чергу важливим постає індивідуальний підхід до кожної дитини. Кожна життєва ситуація вимагає своїх засобів реагування. Тож застосування існуючих інструментів діагностики селективного мутизму без врахування усіх життєвих обставин дитини та без адаптації цих інструментів під потреби конкретних груп (національностей) дітей може бути не дієвим. Крім іншого, спеціалісти мають бути обізнаними із труднощами, що притаманні групам мігрантів, логопеди та інші фахівці мають знати рідну мову дітей, щоб якісно надавати їй допомогу та розуміти процес вивчення іноземної мови дитиною.

Важливу роль в діагностиці у дитини селективного мутизму має бути відведена вчителям. Так, діти не завжди демонструють вдома ознаки селективного мутизму, тож батьки не помічають проблем, що є однією із причин пізньої діагностики селективного мутизму. Проте, в школі, ознаки селективного мутизму можуть проявлятися. Більш того, вчитель має звертати увагу батьків та відповідних фахівців на некомунікативну поведінку дитини [4,5]. Тож, від обізнаності вчителів щодо проявів селективного мутизму у дітей, уважного ставлення до комунікативної поведінки дитини, залежить можливість ранньої діагностики селективного мутизму у дитини та успішність його лікування. Окрім зазначеного, важливим заходом для діагностики селективного мутизму у дітей білінгвів, мігрантів є адаптація усього інструментарію для діагностики селективного мутизму на рідну мову дитини [5].

**Висновок.** Зважаючи на викладене, діагностика та лікування селективного мутизму у дитини мігранта, дитини-білінгва висуває додаткові вагомі вимоги до вчителів, фахівців, які навчають та діагностують таку дитину, серед яких важливою є знання рідної мови дитини. Крім того, інструментарій діагностики селективного мутизму має бути адаптований під потреби таких дітей з метою вчасного виявлення симптомів селективного мутизму та надання лікування.

#### *Література:*

1. Мілюс, С. В., & Якубова, І. І. (2016). Особливості дітей із селективним мутизмом: коли мовчання – не золото. *Современная стоматология*, (3), 59-63. URL: <http://surl.li/gzjal>. (дата звернення 04.05.2023).
2. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5-TR)*. URL: <https://www.psychdb.com/anxiety/selective-mutism> (date of access: 08.05.2023).
3. Elizur Y, Perednik R (2003) Prevalence and description of selective mutism in immigrant and native families: a controlled study. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry* 42:1451–1459 URL: <http://surl.li/jjazn>. (date of access: 08.05.2023).
4. M. Kovac L., Furr J. What Teachers Should Know About Selective Mutism in Early Childhood. *Early Childhood Education Journal*. 2019. No. 47(10). URL: [https://www.researchgate.net/publication/325975154\\_What\\_Teachers\\_Should\\_Know\\_About\\_Selective\\_Mutism\\_in\\_Early\\_Childhood](https://www.researchgate.net/publication/325975154_What_Teachers_Should_Know_About_Selective_Mutism_in_Early_Childhood). (date of access: 01.05.2023).
5. Psychometric properties of the Selective Mutism Questionnaire in Spanish children / P. J. Olivares-Olivares et al. *International Journal of Clinical and Health Psychology*. 2021. No. 21. P. 1–9. URL: [https://www.researchgate.net/publication/351732976\\_Psychometric\\_properties\\_of\\_the\\_Selective\\_Mutism\\_Questionnaire\\_in\\_Spanish\\_children](https://www.researchgate.net/publication/351732976_Psychometric_properties_of_the_Selective_Mutism_Questionnaire_in_Spanish_children) (date of access: 01.05.2023).
6. Rodrigues Pereira, C., Ensink, J.B.M., Güldner†, M.G. et al. Diagnosing selective mutism: a critical review of measures for clinical practice and research. *Eur Child Adolesc*

- Psychiatry (2021). URL: <https://doi.org/10.1007/s00787-021-01907-2>. (date of access: 03.05.2023).
7. Starke A, Subellok K (2012) KiMut NRW: Eine Studie zur Identifikation von Kindern mit selektivem Mutismus im schulischen Primarbereich. Empirische Sonderpädagogik c.63–77. URL: [https://www.researchgate.net/publication/325975154\\_What\\_Teachers\\_Should\\_Know\\_About\\_Selective\\_Mutism\\_in\\_Early\\_Childhood](https://www.researchgate.net/publication/325975154_What_Teachers_Should_Know_About_Selective_Mutism_in_Early_Childhood) (date of access: 07.05.2023).
  8. The Selective Mutism Questionnaire: Data from typically developing children and children with selective mutism / B. Oerbeck et al. Clinical Child Psychology and Psychiatry. 2020. No. 25(4). P. 754–765. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32281879/>. (date of access: 02.05.2023).

*Дарія Петрацук*

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, Україна  
наук. керівник: доц. Поліщук О. М.

### **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОРОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ В РАНЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ**

Відомо, що саморозвиток є однією з основних потреб людини. Вона із самого народження прагне розвитку, роблячи перші кроки і вимовляючи нові слова. В основі саморозвитку лежить прагнення внутрішньої гармонії людини. Саморозвиток – це процес довжиною в життя, це регулярна робота над собою, спрямована на формування та реалізацію своїх можливостей та усунення недоліків. У понятті “саморозвиток” яскраво відтворюється прагнення людини до участі у власному життєтворенні.

Актуальність проблеми дослідження саморозвитку особистості з метою успішної професійної діяльності пов’язана з основними напрямками розвитку сучасного суспільства та сучасного професійного середовища, для якого властиві орієнтованість на постійний розвиток сутнісних параметрів особистості, розвиток її творчої індивідуальності, професійних умінь та навичок. У сучасному світі ми стикаємось з соціальними кризами та змінами, що підкреслює важливість внутрішньої гармонії, взаєморозуміння з оточуючим світом та повноцінним життям. Кожна людина стоїть перед завданням знайти оптимальний життєвий шлях та розкрити свої задатки та здібності. Це підвищує актуальність дослідження саморозвитку.

Вчені різних епох, такі як Декарт, Платон, Н. Макіавеллі, Г. Лейбніц, Е. Кант, Г. Гегель, А. Маслоу, К. Юнг, Е. Фромм та Е. Еріксон, досліджували різні аспекти саморозвитку. С. Рубінштейн тлумачив саморозвиток як саморух, де всі елементи детерміновані в середині людини, а не ззовні. А. Ассєв, розвиваючи ідеї С. Рубінштейна, трактує саморозвиток як діяльність, що прагне розвинути межі особистості.

Саморозвиток особистості – це складний процес зміни, що базується на внутрішній мотивації та потенціалі людини. Саморозвиток включає в себе багато складових, одною з яких є самосвідомість. Свідомість є вищим рівнем психічного відображення, притаманним лише людині як суспільно-історичній істоті. Вона представляє собою уявлення в психіці людини про ідеальні образи дійсності, своєї діяльності та самої себе. Свідомість людини обмежується відображенням зовнішніх об’єктів, але може бути спрямована на її власну діяльність та внутрішній світ. У психології самоусвідомлення людини про себе розглядається як особливий феномен. Самосвідомість, відмінно від свідомості, на осмисленні людиною своїх дій, почуттів, думок, мотивів поведінки, інтересів та своєї соціальної позиції. Свідомість означає знання про інших, в той час як самосвідомість – це знання про самого себе. Свідомість охоплює весь об’єктивний світ, в той час як самосвідомість зосереджується на самій особистості, що виступає одночасно і об’єктом, і суб’єктом пізнання.

Увага І. С. Кона і І. В. Дубровіна зосереджується на тому, що самооцінка є необхідною внутрішньою умовою для регулювання поведінки та діяльності. Включаючи самооцінку до

структури мотивації, особистість підтримує постійний взаємозв'язок між своїми здібностями, внутрішніми психологічними резервами, цілями та засобами діяльності.

Аналіз самооцінки відображає особливі схеми, які людина створює, щоб узагальнити свій минулий досвід, організувати та структурувати нову інформацію про себе в певному контексті. Експериментальні дослідження підтверджують, що самооцінка, хоча може бути явною або прихованою, присутня в будь-якому описі самого себе. Вся спроба самооцінки містить оцінковий компонент, який оперує в межах загальноновизнаних норм і очікувань. За теорією Р. Бернса, самооцінка є змінною, що залежить від контексту і обставин. Індивідуальні уявлення про себе стають джерелом оцінювальних реакцій, які відображаються нормативно в соціокультурному оточенні та мовленнєвих конструкціях.

Ранній юнацький вік є критичним періодом для розвитку самосвідомості та самооцінки, оскільки самопізнання проходить найбільш інтенсивно. У цьому віці самооцінка підлітків істотно залежить від оцінок їх ровесників, тоді як юнаки більше спираються на свою власну самооцінку, ніж на думки інших. Тому ранній юнацький вік є таким переломним в контексті самосвідомості, яка згідно з дослідженнями І. С. Кона продовжує або вже завершує своє формування. Самооцінка стає все більш важливим регулятором поведінки, хоча значення оцінок оточуючих все ще має значення.

Нами було проведено дослідження у квітні 2023 року. Вибірка складалась з 60 учнів Чернівецького політехнічного фахового коледжу. У дослідженні взяли участь 32 студенти спеціальності “Архітектура та містобудування” (далі – архітектори) і 28 студентів спеціальності “Інженерія програмного забезпечення” (далі – програмісти). Вік досліджуваних в середньому становив 16 років. Дослідження було проведено за допомогою платформи Google Forms.

Аналіз результатів за шкалою загального прагнення до самоактуалізації з методики «САМОАЛ» (А.В.Лазукін в адаптації Н.Ф.Каліної) свідчить, що в середньому і архітекторам (62,5%), і програмістам (57%) властивий низький загальний рівень прагнення до самоактуалізації. Це свідчить про те, що на даному віковому етапі рівень саморозвитку досліджуваних студентів є низьким. Отже, ми можемо стверджувати, що дійсно рівень саморозвитку через самореалізацію особистості в ранньому юнацькому віці є низьким, оскільки він знаходиться в активній фазі становлення.

Опираючись результати теоретичного аналізу наукових досліджень, можна сказати, що саморозвиток та самосвідомість є важливими аспектами людського життя, які вивчалися і досліджувалися протягом тисячоліть. Ці поняття взаємопов'язані і підтримуються низкою наукових дисциплін, таких як філософія, психологія, соціологія та педагогіка. Саморозвиток є вбудованою потребою людини, яка проявляється в прагненні до постійного розвитку, самовдосконалення та розкриття свого потенціалу. Він передбачає роботу над собою протягом життя та зосередження на своїх цілях та бажаннях. Самосвідомість, у свою чергу, є найвищим рівнем розвитку свідомості, вона включає у себе образ себе та ставлення до себе. Одним з найважливіших аспектів самосвідомості є самооцінка, яка відображає цінності та рівень розвитку особистості. Варто зазначити, що самооцінка може бути складним поняттям, але вона грає важливу роль у формуванні самосвідомості та розвитку особистості. В Я-концепції самооцінка найчастіше пов'язується з емоційно-ціннісним ставленням до себе. У цілому, саморозвиток, самосвідомість та самооцінка є ключовими елементами процесу самопізнання, самовдосконалення та досягнення внутрішньої гармонії у житті людини.

Узагальнюючи, проблема саморозвитку є досить актуальною і виникає вже з давніх часів. Вчені різних галузей досліджують питання саморозвитку, самопізнання та самоактуалізації, що свідчить про постійний інтерес до цих аспектів. Саморозвиток вважається однією з основних потреб людини, яка починає прагнути до розвитку ще з народження. Весь життєвий шлях людини можна розглядати як процес саморозвитку, який передбачає постійну працю над собою з метою реалізації свого потенціалу і подолання недоліків. Основними складовими саморозвитку є прагнення до внутрішньої гармонії і концентрація на особистих цілях та бажаннях. Для досягнення самопізнання важливо вміти виявляти власні здібності, розвивати їх і знаходити шляхи розкриття свого потенціалу. Дослідження в цій області допомагають людям краще розуміти себе, розвиватися і досягати особистого й професійного зростання.

Отже, проаналізовані теоретичні знання слугують основою для подальшого дослідження та розробки психокорекційних заходів для сприяння саморозвитку та самореалізації

особистості в ранньому юнацькому віці. Дослідження саморозвитку особистості було і залишається актуальним, оскільки кожна людина прямує до розвитку і зростання з самого народження через самопізнання, саморозуміння, саморозкриття і самореалізацію.

#### *Література:*

1. Кузікова С. Б. Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці. Монографія. – Суми: Видавництво СумДПУ, 2020.
2. Максименко С.Д. Психологічна основа самореалізації особистості: структура і функції / С.Д. Максименко, Л.З. Сердюк // Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – Том IX: Загальна психологія. Історична психологія. Етнічна психологія. – Випуск 9. – К.: Талком, 2016.

*Ірина Піхович*

*кафедра теоретичної та практичної психології*

Національний університет «Львівська політехніка», Україна

наук. керівн: к. пол н., доц. Свідерська О. І.

### **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ У СУЧАСНОЇ МОЛОДІ**

**Вступ.** Соціальний інтелект – це здатність розуміти і взаємодіяти з іншими людьми ефективно та гармонійно. Включає в себе набір навичок, які дозволяють сприймати, розуміти та реагувати на емоції, мотивації та потреби інших людей. Соціальний інтелект охоплює вміння спілкуватися, слухати, співпрацювати, вирішувати конфлікти, читати невербальні сигнали та виявляти емпатію. Ця здатність допомагає побудувати й підтримувати взаємовідносини, розвивати ефективні комунікаційні стратегії та впливати на оточуючих.

У сучасному світі, де взаємодія з іншими людьми є необхідною складовою в різних аспектах життя, соціальний інтелект стає все важливішим.

Дослідження соціального інтелекту у сучасної студентської молоді є актуальним з кількох причин:

1. Розвиток соціального інтелекту є важливим елементом успішного і задоволеного життя. Соціальний інтелект допомагає людині розуміти і взаємодіяти з іншими людьми, розвивати вміння співпраці, спілкування та розв'язання конфліктів. Високий рівень соціального інтелекту забезпечує кращі міжособистісні стосунки, що позитивно впливає на психологічний стан людини та її загальну якість життя.

2. Сучасне суспільство вимагає від молоді не тільки знання та вміння, але й уміння ефективно працювати в команді, спілкуватися з колегами та оточенням, розв'язувати конфлікти. Високий рівень соціального інтелекту є важливим конкурентним перевагою на ринку праці, тому дослідження соціального інтелекту студентів допоможе визначити, наскільки вони готові до роботи в команді, ефективного спілкування та вирішення конфліктів.

3. Розвиток соціального інтелекту є важливим елементом формування особистісної зрілості та самореалізації. Дослідження соціального інтелекту студентів може допомогти виявити їхні сильні та слабкі сторони у цьому аспекті, а також виявити проблеми та труднощі, які студенти можуть зустрічати в процесі розвитку соціального інтелекту.

Концепцію соціального інтелекту запропонували ще в 1920-х роках українські психологи М. Ратушняк та Є. Соколовський. Однак, в даний час активно дослідження соціального інтелекту проводять вчені з усього світу.

Було проведено емпіричне дослідження особливостей соціального інтелекту у представників сучасної молоді – студентів. Емпіричне дослідження проводилось на базі клієнтів Благодійної Організації «UA Mental Help». Групу досліджуваних склав 61 студент, з них це 16 студентів технічних спеціальностей та 45 студентів гуманітарних спеціальностей. Вік

респондентів – від 17 до 24 років – це студенти I-VI курсу. Серед усіх опитаних присутні 36 осіб жіночої статі, а також 25 осіб чоловічої статі.

Для емпіричного дослідження було використано три діагностичні методики – Шкала соціального інтелекту Тромсе.

Метою дослідження методики Шкала соціального інтелекту Тромсе було визначення у респондентів рівня соціальних навичок (або соціальної ефективності), соціальної обізнаності та обробки соціальної інформації. Згідно із нашим дослідженням 92 % респондентів мають високий рівень обробки соціальної інформації, та 8% респондентів мають середній рівень обробки соціальної інформації; 52% респондентів мають високий рівень соціальних навичок, та 48% респондентів мають середній рівень соціальних навичок; 16% респондентів мають високий рівень соціального усвідомлення, 64% респондентів мають середній рівень соціального усвідомлення, та 20% мають низький рівень соціального усвідомлення.

Наступною методикою у проведенні дослідження було використано «Тест для вимірювання рівня емпатії», авторами якого є Сімон Баєн-Коєн та Саллі Уілпрайт. Отже, згідно із нашим дослідженням 2% респондентів мають дуже високий емпатії, 5% респондентів мають високий рівень, 42% мають середній рівень, 20% мають низький та 5% досліджуваних мають дуже низький рівень емпатії. Соціальний інтелект включає в себе здатність розуміти та використовувати соціальні навички, які допомагають успішно взаємодіяти з іншими людьми. Емпатія є важливою складовою цих соціальних навичок, оскільки дозволяє розуміти емоційний стан інших людей та відповідно до цього поводитися.

Третьою використаною нами методикою була методика «Діагностика соціально-психологічної адаптації Карла Роджерса та Розалінд Даймонд». Серед наших респондентів 93% мають високий рівень адаптивності. Високий рівень адаптивності означає, що людина може швидко та ефективно пристосуватись до нових ситуацій та змінюватись відповідно до вимог середовища. За шкалою «дезадаптивність» у більшості(64%) респондентів середній рівень. Середній рівень дезадаптивності означає, що людина може мати деякі труднощі в адаптації до соціального та психологічного середовища, що змінюється, але в той же час може знаходити шляхи їх подолання. За шкалою «прийняття себе» у більшості(87%) досліджуваних високий рівень. Високий рівень прийняття себе означає, що людина має здатність розуміти свої сильні та слабкі сторони, свої можливості та обмеження, і приймати себе таким, який вона є. За шкалою «неприйняття себе» у більшості(54%) досліджуваних середній рівень. Середній рівень неприйняття себе може вказувати на те, що людина має певні труднощі з прийняттям своїх недоліків та слабкостей, але при цьому не занадто занепокоєна цим. За шкалою «емоційний комфорт» майже у однаковій кількості досліджуваних високий(56%) та середній рівень(44%). Емоційний комфорт – це стан, коли людина відчуває задоволення від своїх емоційних досвідів та може ефективно керувати ними. За шкалою «емоційний дискомфорт» майже у однаковій кількості досліджуваних низький(39%) та середній рівень(45%). У людей з середнім рівнем емоційного дискомфорту можуть виникати періоди емоційного напруження, але вони можуть ефективно контролювати свої емоції та поводитися адекватно в складних ситуаціях. За шкалою «внутрішній контроль» у більшості(89%) досліджуваних високий рівень. Люди з високим рівнем внутрішнього контролю зазвичай мають сильну внутрішню мотивацію і здатні самостійно знаходити рішення для досягнення своїх цілей, не залежать від зовнішніх факторів та не потребують нагляду чи контролю з боку інших людей. За шкалою «зовнішній контроль» у більшості(57%) респондентів середній рівень. Середній рівень зовнішнього контролю характеризується тим, що людина не повністю спирається на свої власні зусилля та ресурси для досягнення мети. За шкалою «домінування» майже у однаковій кількості досліджуваних високий(51%) та середній рівень(49%). Середній рівень домінування може означати, що людина не має вираженого бажання контролювати інших, але може бути готовою приймати лідерські ролі в певних ситуаціях. За шкалою «підлеглість» у більшості(67%) респондентів середній рівень. Середній рівень підлеглості може вказувати на те, що людина може відчувати певну залежність від оточуючих, але також може виявляти своє власне мислення і самостійність у прийнятті рішень. Також, за шкалою «уникнення проблем» у більшості (61%) опитуваних респондентів середній рівень. Середній рівень уникнення проблем може вказувати на те, що людина зазвичай виявляє себе у двох протилежних напрямках: з одного боку, вона може бути впевнена і рішуча, коли стикається з проблемами, і готова приймати ризики для їх вирішення; з іншого боку, вона може

відчувати страх перед можливими негативними наслідками і намагатися уникати проблем і ризикувати менше.

Оскільки в нашій роботі було передбачено емпіричне дослідження психологічних особливостей соціального інтелекту у сучасної молоді, наступним кроком у ній стане визначення зв'язків між соціальним інтелектом та іншими особливостями респондентів. Результати аналізу отриманих даних (див. табл.) показали, що існує зв'язок між показником обробки соціальної інформації, а також шкалами «емпатія» ( $r=0,600$ ,  $p<0,01$ ), «адаптивність» ( $r=0,459$ ,  $p<0,01$ ), «прийняття себе» ( $r=0,496$ ,  $p<0,01$ ), «прийняття інших» ( $r=0,453$ ,  $p<0,01$ ), «емоційний комфорт» ( $r=0,339$ ,  $p<0,01$ ), також «домінуванням» ( $r=0,276$ ,  $p<0,05$ ), меншим «зовнішнім контролем» ( $r=-0,458$ ,  $p<0,01$ ), «підлегливістю» ( $r=-0,278$ ,  $p<0,05$ ), також ще меншим «уникненням проблем» ( $r=-0,459$ ,  $p<0,05$ ). Отже можна сказати, що обробка соціальної інформації – це когнітивні та поведінкові процеси, пов'язані зі сприйняттям, інтерпретацією та реагуванням на соціальну інформацію із навколишнього середовища.

Також встановлено, що існує зв'язок між показником соціальних навичок, та шкалами «емпатія» ( $r=0,266$ ,  $p<0,05$ ), «дезадаптивність» ( $r=-0,388$ ,  $p<0,01$ ), «неприйняття себе» ( $r=-0,303$ ,  $p<0,05$ ), «неприйняття інших» ( $r=-0,412$ ,  $p<0,01$ ), «емоційний дискомфорт» ( $r=-0,328$ ,  $p<0,01$ ), «зовнішній контроль» ( $r=-0,480$ ,  $p<0,01$ ), «підлегливість» ( $r=-0,386$ ,  $p<0,01$ ), ще «уникнення проблем» ( $r=-0,344$ ,  $p<0,01$ ). Можна сказати, що соціальні навички – здатність ефективно спілкуватися, взаємодіяти та будувати стосунки з іншими людьми. Люди з високим рівнем соціальних навичок часто вміють читати та інтерпретувати соціальні сигнали, адаптувати свою поведінку до різних ситуацій, підтримувати позитивні стосунки з іншими.

Також було встановлено, що існує зв'язок між показником соціального усвідомлення, а також шкалами «емпатія» ( $r=0,504$ ,  $p<0,01$ ), «дезадаптивність» ( $r=-0,266$ ,  $p<0,05$ ), «неприйняття себе» ( $r=-0,298$ ,  $p<0,05$ ), «зовнішній контроль» ( $r=-0,284$ ,  $p<0,05$ ). Соціальна обізнаність – це здатність точно сприймати та інтерпретувати соціальні сигнали, розуміти соціальні норми та адаптувати свою поведінку до різних соціальних ситуацій. Люди із високим рівнем соціальної обізнаності, краще реагують на соціальні сигнали, краще розуміють та інтерпретують емоції та поведінку інших людей.

Позитивна кореляція між соціальною обізнаністю та емпатією свідчить про те, що соціальна обізнаність є важливим когнітивним і поведінковим процесом, який лежить в основі здатності розуміти і розділяти почуття інших людей. Негативні кореляції між соціальною обізнаністю та дезадаптивною поведінкою, самоприйняттям та зовнішнім контролем свідчать про те, що соціальна обізнаність є важливим захисним фактором від негативних психологічних ризиків, які можуть перешкоджати соціальному функціонуванню та міжособистісним стосункам.

Також, на основі показників соціального інтелекту здійснено кластерний аналіз та досліджуваних розділено на три кластери. Рішення про кількість кластерів приймалося на основі дерева кластеризації.

Перший кластер містить у собі 16 опитаних, що мають середні показники за шкалами обробки соціальної інформації ( $M=33,06$ ) та низькі показники за шкалами соціальні навички ( $M=28,18$ ), соціальне усвідомлення ( $M=22,06$ ). Цей кластер може мати труднощі щодо стосунків з іншими людьми.

Другий кластер містить у собі 26 опитаних, що мають високі показники за шкалами обробки соціальної інформації ( $M=40,80$ ), низькі показники за шкалами соціальні навички ( $M=28,80$ ), соціальне усвідомлення ( $M=22,07$ ). Такі люди можуть володіти багатими знаннями та розумінням соціальних ситуацій, але можуть мати труднощі із ефективним застосуванням цих знань у соціальній взаємодії.

Третій кластер містить у собі 19 опитаних, що мають високі показники за шкалами соціальні навички ( $M=33,42$ ), соціальне усвідомлення ( $M=30,84$ ), та середнім показником обробки соціальної інформації ( $M=35,26$ ). Цей кластер вміє орієнтуватися в соціальних ситуаціях та підтримувати позитивні стосунки з іншими.

До того ж, було застосовано однофакторний дисперсійний аналіз, для того, аби визначити, чи існують статистично значущі відмінності у виявленні різних психологічних особливостей у виділених кластерах. Так, завдяки аналізу даних встановлено, у виділених кластерах існують статистично значущі відмінності за такими показниками як «емпатія», «дезада-

птивність», «неприйняття себе», ще «прийняття інших», «неприйняття інших людей», «емоційний дискомфорт», «зовнішній контроль», «підлегливість», «уникнення проблем».

Так, встановлено, що між групами молоді із нерозвиненим соціальним інтелектом та молоді із розвиненим соціальним інтелектом існують статистично значущі відмінності у вираженості вище перерахованих показників. Можна зробити такий висновок, що молодь із високим рівнем соціального інтелекту володіє набором навичок і вмінь, які дозволяють їм ефективно орієнтуватися в соціальних ситуаціях і будувати позитивні стосунки з іншими. Сюди входять такі навички, як емпатія, адаптивність, самоприйняття та прийняття інших.

Загалом, можна сказати, молодь з високим рівнем соціального інтелекту, як правило, володіє низкою навичок та вмінь, які дозволяють їм ефективно орієнтуватися в соціальних ситуаціях і будувати позитивні стосунки з іншими. Ці навички включають емпатію, адаптивність, самоприйняття, прийняття інших та емоційний комфорт, які сприяють вищим показникам за тестами соціального інтелекту порівняно з молоддю із низьким рівнем соціального інтелекту.

**Висновок.** Отже, підсумовуючи все вищесказане, ми можемо зробити такі висновки:

Метою цього дослідження було емпіричне дослідження прояву особливостей емоційного інтелекту у представників сучасної молоді – студентів. Завдяки аналізу даних <sup>встановлено</sup>, що студенти, які увійшли у вибірку в більшості характеризуються високим рівнем обробки соціальної інформації, середнім рівнем соціальних навичок та середнім рівнем соціального усвідомлення. Також вони характеризуються середнім рівнем обробки соціальної інформації та соціальної обізнаності, і в той же час більшість характеризується низьким рівнем соціальних навичок. Також, згідно з дослідженням у опитаних студентів середній рівень емпатії, що означає, що така молодь здатна виявляти співчуття і розуміння, але не завжди може дійти до глибокої інтуїтивної здатності відчувати емоції інших людей.

Завдяки кореляційному аналізу було встановлено, що соціальні навички та соціальне усвідомлення пов'язані із емпатією. В той час, обробка соціальної інформації пов'язана із емпатією, адаптивністю, прийняттям себе, прийняттям інших емоційним комфортом та домінуванням.

Кластерний аналіз показав, що є відмінності в трьох групах із існують статистично значущі відмінності за такими показниками як «емпатія», «дезадаптивність», «неприйняття себе», ще «прийняття інших», «неприйняття інших людей», «емоційний дискомфорт», «зовнішній контроль», «підлегливість» та «уникнення проблем».

#### *Література:*

1. Борейко, В. І. Розвиток соціальної компетентності студентів в умовах сучасного університету. Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України, 249, 2016, С. 157–163.
2. Бреккетт, М. А., Ріверс, С. Е. Трансформація життя студентів за допомогою соціального та емоційного навчання, Phi Delta Kappan, 96(2), 2014, С. 8-13.
3. Гундарська О. Дослідження рівня соціального інтелекту студентів вищих навчальних закладів України. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологічні науки», 1(42), 2019, С. 14-18.
4. Догерті, Р. В., Шермер, Я. А., Вернон, П. А. Соціальний інтелект та його зв'язок із задоволеністю життям серед молодих людей. Особистість та індивідуальні відмінності, 137, 2019, С. 23-28.
5. МакКінлі, М. Міркування про соціальний інтелект. Журнал соціальної інженерії, 13(2), 2002, С. 45-53.
6. Ратушняк М., Соціальний інтелект. Журнал прикладної психології, 16(6), 1932, С. 785-790.
7. Соколовський Є., Феномен соціального інтелекту. Науково-теоретичні праці Київського інституту психології ім. Г.С. Костюка, 1, 1929, С. 17-25.
8. Траутнер, Р., Барбара Б. Штайнберг, Роберт Х. Ротенберг. Соціальний інтелект і когнітивні здібності в академічному успіху, Журнал педагогічної психології, т. 95, № 1, 2003, С. 148-162.

## СОЦІАЛЬНІ УЯВЛЕННЯ МОЛОДІ ПРО АЛКОГОЛЬНУ ЗАЛЕЖНІСТЬ

Сьогодні збільшується кількість молодих людей, що схильні до залежності від алкогольних напоїв. Також помітною є тенденція до зниження віку, з якого людина починає руйнувати свій фізичний, інтелектуальний та духовний стан через залучення до таких форм поведінки як вживання алкоголю, наркотичних речовин, тютюнопаління тощо. В той же час зараз недостатньо висвітлюється проблема особливостей формування алкогольної залежності у студентів у науковій літературі з психології.

Наразі ця проблема є доволі дискусійною в науковому колі. Спрямованість проблем у молоді дуже різноманітна: жодна з проблем не є обов'язковою для певного віку, але окремі її варіанти можуть проявлятися в будь-який момент. Оптимальним для успішного розвитку особистості є задоволення сьогоденням і водночас прагнення до майбутнього. Розповсюдженим явищем є алкогольна залежність серед молоді.

Згідно опитування Центру громадського здоров'я МОЗ України (дослідження ESPAD, 2021 рік) 85,7% опитаних підлітків впродовж свого життя вживали алкогольні напої принаймні один раз, а тих, хто вживав алкоголь десять і більше разів – 46,3% [2]. Щодо ситуації вживання алкоголю молоддю у світі, то у звіті Всесвітньої організації охорони здоров'я від 2018 року зазначено, що у Європі 43,8% підлітків вживають алкоголь, Америка – 38,2%, Західно-Тихоокеанський регіон – 37,9% підлітків. Згідно світової статистики 26,5% молодь віком від 15 до 19 років регулярно вживають алкоголь [1].

Суб'єктивна тяга до вживання алкоголю не пояснюється привабливістю для людини психофізіологічних станів, які виникають при цьому, зважаючи на те, що 80% студентів відчувають огиду або байдужість при першому вживанні алкоголю. Останнє зазвичай зумовлюється наявністю двох причин – об'єктивної та суб'єктивної. Перша полягає в наявності алкогольних звичаїв та традицій, які тривалий час відбувувались у певному культурному середовищі; друга – в первинних алкогольних установах, які базуються на повсякденних, антинаукових знаннях про фармакологічні властивості алкоголю.

Проте внутрішня картина, яку людина починає приписувати дії алкогольного напою, створюється здебільшого не самою фізіологічною дією алкоголю, а перш за все, проєкцією психологічних схильностей, поточних потреб і очікувань на певний психофізіологічний фон алкогольного сп'яніння, спотворенням в сприйнятті джерел бажаного стану. Позитивне сприйняття алкоголю в першу чергу пов'язане з впливом групи, який здійснюється через формування певного ставлення до всього ритуалу пиття. Характерним є «культивування» ейфорії сп'яніння, що досягається особливою емоційною зараженістю, очікуванням, підйомом під час приготування та очікування напою, подальшою проєкцією цієї психологічної схильності до стану сп'яніння, колективним взаємовикликом у процесі сп'яніння.

Ми здійснили опитування щодо соціальних уявлень молоді про алкогольну залежність за допомогою авторської анкети. В опитуванні взяли участь студенти Національного університету «Львівська політехніка».

За результатами анкетування ми визначили те, що більшість респондентів не схильні до вживання алкоголю, негативно відносяться до алкогольної залежності та в загальному не зловживають алкоголем. Опитувані зазначили, що частіше люди випивають в компанії та на свята, але залежність від алкоголю частіше базується на частоті вживання. Різко негативно відповіли респонденти про вживання алкоголю наодинці, опохмеляння та випивка алкоголю ввечері з їжею (хоча все також залежить від частоти). Хоча більшість молоді вважає що є колишні алкоголіки та алкогольну залежність можна побороти. А от щодо думки про самодостатність алкоголіків, то половина вважає що вони можуть бути самодостатніми, а половина ні. І загальна думка респондентів стосовно запитання «Що можна вважати алкогольною залежністю?» з великою перевагою (майже 80%) була обрана відповідь «Часте вживання алкоголю та часте похмілля». Це свідчить що



в першу чергу явлення молоді про алкогольну залежність ґрунтується в першу чергу на частоті та на мірі випитого алкоголю, що призводить до частого похмілля.

**Висновок.** Отже, визначено що уявлення молоді про алкогольну залежність є тотожним з дійсним ставленням до неї. Можна зазначити що уявлення молоді про алкогольну залежність ґрунтується в першу чергу на частоті та на мірі випитого алкоголю, що призводить до частого похмілля.

*Література:*

1. Алкоголь і підлітки. Що варто знати. URL: <https://nus.org.ua/articles/alkogol-i-pidlitky-shho-varto-znaty/>
2. Вживання алкоголю серед підлітків: поширеність та причини. URL: <https://www.phc.org.ua/news/vzhivannya-alkogolyu-sered-pidlitkiv-ostanne-doslidzhennya-espad> останнє дослідження ESPAD

ЕЛЕКТРОННЕ НАУКОВЕ ВИДАННЯ

**ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ  
КРОСКУЛЬТУРНОЇ  
ВЗАЄМОДІЇ  
У МЕДІАСЕРЕДОВИЩІ**

**Матеріали  
III Міжнародної  
студентської науково-практичної конференції**

**1–2 червня 2023 р.**

Режим доступу:

<https://lpnu.ua/tpp/zbirnyky-materialiv-naukovykh-konferentsii>

*Упорядник* Свідерська О. І.

Видавець і виготівник: Видавництво Львівської політехніки  
*Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 4459 від 27.12.2012 р.*

*вул. Ф. Колесси, 4, Львів, 79013*  
тел. +380 32 2584103, факс +380 32 2584101  
vlp.com.ua, ел. пошта: vmr@vlp.com.ua