

МІНІСТЕРСТВО ОБОРОНИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ОБОРОНИ УКРАЇНИ

Кваліфікаційна наукова праця
на правах рукопису

ШЕРЕШКОВА ІНГА ІГОРІВНА

УДК 355:159.9:[316.776.33](477)(043)

ДИСЕРТАЦІЯ

**ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО САМОЗАХИСТУ
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ
ВІД НЕГАТИВНОГО ВПЛИВУ
МЕДІАПЕРЦЕПТИВНОЇ КОМУНІКАЦІЇ**

Спеціальність 053 Психологія

Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки

Подається на здобуття наукового ступеня доктора філософії

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

_____ Інга Шерешкова

Науковий керівник:
ХАЙРУЛІН Олег Михайлович,
кандидат психологічних наук

Київ – 2024

АНОТАЦІЯ

Шерешкова І.І. Особливості психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 «Психологія» (галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»). – Національний університет оборони України, Київ, 2024.

Дисертаційну роботу присвячено теоретичному обґрунтуванню та емпіричному дослідженню особливостей психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Застосування технологічного інструментарію цілеспрямованого інформаційно-психологічного впливу за допомогою комунікації дає змогу створювати інформаційний простір конструюванням вигаданої реальності, що підмінює реальну дійсність у свідомості людей. Небезпека полягає в тому, що нині практично у всіх сферах медіакомунікації спостерігається намагання керувати суспільною думкою використанням різних прийомів індоктринації, маніпулюванням інформацією, прагненням нав'язати свою точку зору та певний погляд на проблему. Маніпулювання інформацією полягає в її спотворенні, селекції і замовчуванні, хоча часто розмежувати ці різновиди вкрай важко. Кожен такий прийом може бути реалізований за допомогою певного набору лексичних, семантичних, морфологічних і синтаксичних засобів мови, логіки побудови текстів. Нестабільність інформаційного простору зумовлює високу психологічну вразливість суспільства загалом та військовослужбовців Збройних Сил України зокрема в умовах, коли інформаційна сфера, поряд із бойовою, є ареною протиборства в російсько-українській війні.

В умовах таких загроз виникає необхідність формування свідомого ставлення до медіапродукції, її вибору, визначення мети її перегляду, а головне

– вироблення аналітично-критичної позиції до сприймання та переосмислення інформаційних продуктів, адже ефективності такого впливу досягають не стільки через вміння майстерно використовувати різноманітні техніки, скільки через відсутність у реципієнта навичок захисної реакції на відповідні прийоми та механізми.

Аналіз наукових досліджень дозволив нам охарактеризувати сутність психологічного самозахисту людини від негативного інформаційного впливу в психологічній науці та міждисциплінарних підходах.

Водночас на сьогодні у вітчизняній психології у предметній галузі психологічного самозахисту існують широко розповсюджені неясності та протиріччя термінів. Існування захисних механізмів вважається експериментально підтвердженим, їх наявність не спростовується, однак номенклатура захисних механізмів різноманітна і специфічна. Бракує також єдності і в термінології, поняття «психологічний захист» «психічний захист» та «психологічний самозахист» достатньо не розмежовані, мають широкий міждисциплінарний характер та розглядаються в оптиці загально-наукової категорії «захист». Поняття «психологічний самозахист» в українській науці тільки розвивається, постійно актуалізується, але ще не конкретизоване належно, особливо в контексті опору негативному впливові комунікації.

Аналізуючи проблематику психологічного самозахисту людини від негативного інформаційного впливу в психологічній науці та міждисциплінарних підходах нами розкрито психологічну природу, зміст і структуру феномена психологічного самозахисту від негативного інформаційного впливу, досліджено сутність психологічного самозахисту, обумовленого негативним впливом медіаперцептивної комунікації, здійснено предметне розмежування понять «психічний захист», «психологічний захист» та «психологічний самозахист», виявлено специфічні особливості змісту цих понять та виокремлено основні структурні компоненти психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

За результатами теоретичного аналізу наукової літератури, власного досвіду військово-професійної діяльності та проведеного експертного оцінювання визначені компоненти та показники психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, а саме:

Когнітивно-рефлексивний компонент характеризується схильністю військовослужбовців Збройних Сил України до аналітичного та критичного мислення, рівнем навіюваності (сугестії) та рівнем інтелекту.

Перцептивно-емоційний компонент характеризує вираженість перцептивної модальності, емоційний інтелект, емоційну запальність військовослужбовців Збройних Сил України негативним впливом медіаперцептивної комунікації та їх емоційну стійкість (врівноваженість).

Поведінково-регулятивний компонент характеризує діяльну спроможність військовослужбовців Збройних Сил України до психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, тобто їх рівень саморегуляції поведінки та притаманний механізм психічного захисту.

Визначені компоненти і показники оцінки психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації дали змогу діагностувати його з метою визначення особливостей і загального показника рівня розвиненості.

У констатувальній частині експериментального дослідження брали участь 211 військовослужбовців Збройних Сил України, з яких до формувального етапу дослідження було залучено 62 особи залежно від рівнів розвиненості психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Методичний інструментарій програми констатувального етапу емпіричного дослідження складався з комплексу психодіагностичних методик та авторської анкети самооцінювання власного рівня розвиненості психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, яка крім розвиненості індивідуальних психологічних якостей

додатково дає можливість визначити наявність у військовослужбовця знань, умінь та навичок щодо безпечного споживання інформаційних повідомлень.

За результатами дослідження виявлено, що компоненти психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації у військовослужбовців Збройних Сил України розвинені неоднаково. Відповідно до інтегрального показника емпіричних даних виокремлено та обґрунтовано п'ять рівнів розвитку психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації: високий (3%), вищий за середній (15%), середній (34%), нижчий за середній (34%) та низький (23%).

Виокремлені психологічні особливості підтверджують, що психологічний самозахист військовослужбовця Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації є інтегральною (цілісною індивідуальною) характеристикою особистості військовослужбовця, що обумовлена рівнями критичності та аналітичності мислення (здатністю піддавати всебічному аналізу різної інформації з метою з'ясування ступеню її логічності та ефективності застосування в цій ситуації, виявленню стійкості до навіювання (сугестії), ступенем емоційної стійкості (суб'єктивною готовністю не піддаватися і не підкорятися інформаційному впливу та контролювати власний емоційний стан, свідомою психологічною саморегуляцією поведінки (дією чи бездіяльністю як механізмом усунення психологічного дискомфорту спричиненого негативним впливом інформації та сформованістю уявлень про інформаційно-психологічну безпеку, знань / умінь і навичок безпечного споживання інформації).

З метою виокремлення істотних характеристик психологічного конструкту, аналізу його основних параметрів та визначення розвивальної стратегії нами було розроблено структурно-функціональну модель розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, яка містить п'ять логічно взаємопов'язаних блоки:

цільовий – розкриває мету, завдання та методологічні підходи;

діагностичний – характеризує психодіагностичний інструментарій;

змістовий – описує компоненти оцінювання, організацію роботи з розвитку психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації;

процесуальний – описує застосовані методи, містить конкретні форми та засоби розвитку;

результативний – передбачає оцінювання результатів психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації за рівнями його розвитку.

Розроблено, обґрунтовано та верифіковано програму розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації «Слово – теж зброя!», яка була реалізована у формі тренінгу. Програма розрахована на 30 годин (1 кредит навчального часу) і складається зі вступу, трьох блоків (когнітивно-рефлексивного, перцептивно-емоційного та поведінково-регулятивного), що містять шість чотирьох-годинних тематичних тренінгових занять та аналізу проведених дій тренінгу. Структура технології розвитку кожного заняття містить вступну (з конкретизацією мети і завдань), теоретичну, практичну частини та аналіз проведених дій. Програму можна застосовувати у групі та індивідуально. Блоки програми побудовані так, що кожен попередній активізує роботу наступного, водночас окремі блоки можна використовувати для роботи з конкретним компонентом.

Результативність розробленої програми визначено через підвищення рівня розвиненості психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Для підтвердження або спростування статистично значущих змін у військовослужбовців, які брали участь у формувальній частині експерименту, застосовано непараметричний *U*-критерій Манна – Уїтні. Отримані результати психологічного діагностування та результати анкетування вказують на значні зміни у показниках рівнів психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, які відбулися в експериментальній групі.

Так, за інтегральним показником психологічного діагностування низький рівень психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації був притаманний 22,5% військовослужбовців, а після завершення формувального експерименту ця цифра зменшилася до 9,8% (–12,7%). Рівень нижчий за середній вдалося знизити з 22,5% до 19,3% (–3,2%). Середній рівень залишився без змін, рівні вищий за середній та високий демонстрували 32,5%, а після участі в розвивальній програмі ці рівні збільшилися на 15,9% до 48,4%.

За загальним показником анкетування, низький рівень психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації був притаманний 45,2% військовослужбовців, а після завершення формувального експерименту ця цифра зменшилася до 29% (–16,1%). Рівень нижчий за середній вдалося знизити до 9,8% (–9,5%). Середній рівень збільшився до 29%, що відрізняється від попереднього показника на 16,1%. Рівні вищий за середній та високий демонстрували 22,6%, а після участі в розвивальній програмі збільшили цей показник на 9,6% до 32,2%.

Ефективність запропонованої нами програми розвитку «Слово – теж зброя!» підтверджено позитивною динамікою і статистично значущими змінами в рівнях розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців від негативного впливу медіаперцептивної комунікації на рівні достовірності $p \leq 0,01$ ($U_{\text{емп}} = 95$, $p \leq 0,01$) для результатів психологічного діагностування та на рівні достовірності $p \leq 0,05$ ($U_{\text{емп}} = 353$, $p \leq 0,05$) для результатів анкетування.

Набули подальшого розвитку наукові уявлення про особливості психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Практичне значення сформульованих у роботі теоретичних положень і результатів дослідження полягає в можливості їх застосування для удосконалення професійної підготовки військовослужбовців Збройних Сил України; реалізації завдань психологічного забезпечення щодо протидії негативним інформаційним впливам на військовослужбовців Збройних Сил

України всіх категорій; розвитку системи внутрішніх комунікацій військових частин і підрозділів Збройних Сил України та впровадження в освітній процес вищих військових навчальних закладів.

Ключові слова: психологічний самозахист, медіаперцептивна комунікація, інформаційно-психологічна безпека, гібридна війна, пропаганда, фейк, вплив, сприйняття інформації, спілкування, емоційний інтелект, критичне мислення, медіаосвіта, групова рефлексія, професійна діяльність, військовослужбовець.

ABSTRACT

Inga Shereshkova. Psychological self-defense features of the Armed Forces of Ukraine servicemen against the media perceptual communication negative influence. – Qualification scientific work as a manuscript.

Dissertation for obtaining the scientific degree of Doctor of Philosophy in specialty 053 «Psychology» (field of knowledge 05 «Social and behavioral sciences»). – National Defense University of Ukraine, Kyiv, 2024.

The dissertation work is devoted to the theoretical justification and empirical research of the features of psychological self-defense of the Armed Forces of Ukraine service members against the negative impact of media perceptual communication.

The application of technological tools for targeted information-psychological influence through communication allows for creating an information space by constructing a fabricated reality, which substitutes the actual reality in people's consciousness. The danger lies in the fact that in practically all areas of media communication, there is an attempt to manipulate public opinion using various indoctrination techniques, information manipulation, and efforts to impose a particular viewpoint on a problem. Information manipulation involves distorting, selecting, and concealing information, although it is often challenging to distinguish between these different types. Each such technique can be implemented using a specific set of lexical, semantic, morphological, and syntactic language means, as well as the logic of constructing texts. The instability of the information space results in the high psychological vulnerability of society as a whole and Armed Forces of Ukraine service members as well, especially in conditions where the information sphere, alongside the combat sphere, is an arena of struggle in the Russian-Ukrainian war.

In the face of such threats, there is a need to cultivate a conscious attitude towards media production, its selection, the determination of the purpose of its consumption, and most importantly, the development of an analytical and critical stance towards the perception and reinterpretation of informational products. The effectiveness of manipulative influence is achieved not only through the skillful use

of various techniques but also through the absence of recipient skills for defensive reactions to such tactics and mechanisms.

The analysis of scientific research allowed us to characterize the essence of a person's psychological self-defense against negative informational influence in psychological science and interdisciplinary approaches.

At the same time, there are widespread ambiguities and contradictions of terms in domestic psychology today in the subject area of psychological self-defense. The existence of protective mechanisms is considered experimentally confirmed, their existence is not denied, however, the nomenclature of protective mechanisms is diverse and specific. There is also a lack of unity in the terminology, the concepts of «psychological protection», «psychological protection» and «psychological self-defense» are not sufficiently demarcated, have a broad interdisciplinary nature and are considered in the light of the general scientific category «protection». The concept of «psychological self-defense» in Ukrainian science is only developing, it is constantly updated, but it has not yet been specified properly, especially in the context of resistance to the negative influence of communication.

Analyzing the problem of psychological self-protection of a person from negative informational influence in psychological science and interdisciplinary approaches, we revealed the psychological nature, content and structure of the phenomenon of psychological self-protection from negative informational influence, investigated the essence of psychological self-defense caused by the negative impact of media perceptual communication, made a substantive distinction between the concepts of «defense», «psychological defense», and «psychological self-defense», identified specific features of the content of these concepts and identified the main structural components of psychological self-defense features of the Armed Forces of Ukraine servicemen against the media perceptual communication negative influence.

Based on the results of the theoretical analysis of scientific works and expert assessment, priority psychological qualities that constitute the construct of psychological self-defense of Armed Forces of Ukraine service members against the negative impact of media perceptual communication have been identified. These

qualities have formed three components for assessing the level of development of psychological self-defense:

Cognitive-Reflective Component: This component reflects the inclination of Armed Forces of Ukraine service members towards analytical and critical thinking, their general intelligence level and susceptibility to suggestion.

Perceptual-Emotional Component: This component characterizes the expressiveness of perceptual modality, emotional intelligence, emotional ardor of servicemen of the Armed Forces of Ukraine with the negative influence of media perceptual communication and their emotional stability (equilibrium).

Behavioral-Regulatory Component: This component characterizes the operational capacity of Armed Forces of Ukraine service members for psychological self-defense against the negative impact of media perceptual communication and the inherent mechanism of mental protection.

The determined components and indicators of psychological self-defense assessment of servicemen of the Armed Forces of Ukraine against the negative influence of media perceptual communication made it possible to diagnose it in order to determine the features and general indicator of the level of development.

In the introductory part of the experimental research, 211 service members of Armed Forces of Ukraine participated, of whom 62 individuals were involved in the formative stage of the study based on the levels of development of psychological self-defense against the negative impact of media perceptual communication.

The methodological toolkit of the program of the ascertainment stage of the empirical research consisted of a complex of psychodiagnostic methods and the author's questionnaire for self-assessment of one's own level of development of psychological self-defense against the negative impact of media perceptual communication, which, in addition to the development of individual psychological qualities, additionally provides an opportunity to determine the presence of a military serviceman's knowledge, abilities and skills regarding the safe consumption of information messages.

According to the results of the study, it was found that the components of psychological self-defense against the negative impact of media perceptual communication among servicemen of the Armed Forces of Ukraine are unevenly developed. According to the integral indicator of empirical data, five levels of development of psychological self-protection against the negative impact of media perceptual communication are distinguished and substantiated: high (3%), higher than average (15%), average (34%), lower than average (34%) and low (23%).

The isolated psychological features confirm that the psychological self-defense of Armed Forces of Ukraine service members against the negative impact of media perceptual communication is an individual and integral characteristic of the personality of a serviceman, which is determined by the levels of criticality and analytical thinking (the ability to subject various information to a comprehensive analysis in order to find out the degree of its logic and effectiveness of application in this situation, to detect resistance to suggestion (suggestion), the degree of emotional stability (the subjective readiness not to give in and not to obey information influence and control one's own emotional state, conscious psychological self-regulation of behavior (action or inaction as a mechanism for eliminating psychological discomfort caused by the negative impact of information and the formation of ideas about informational and psychological safety, knowledge / skills and skills of safe information consumption.

A structurally-functional model of psychological self-defense of Armed Forces of Ukraine service members against the negative impact of media perceptual communication has been developed and justified. The structurally-functional model comprises five logically interconnected blocks:

Goal-Oriented Block: This block reveals the purpose, tasks, and approaches of the model. Within the framework of a multidisciplinary methodology, a systemic, informational, subject-activity, and competence-based approach were employed.

Diagnostic Block: It characterizes the psychodiagnostic toolkit used in the study.

Content Block: This block describes the assessment components, the organization of work on the development of psychological self-defense against the negative impact of media perceptual communication.

Procedural Block: Describes the applied methods, contains specific forms and means of development;

Result-Oriented Block: It involves the assessment of the results of psychological self-defense against the negative impact of media perceptual communication at different levels of its development.

The program for the development of psychological self-defense against the negative impact of media perceptual communication «The word is also a weapon!» was developed, substantiated and experimentally verified, which was implemented in the form of training. The program is designed for 30 hours (1 credit of study time) and consists of an introduction, three blocks (cognitive-reflexive, perceptual-emotional and behavioral-regulatory), containing six four-hour thematic training sessions and an analysis of the training activities. The structure of the technology development of each lesson contains an introductory (with a specification of the goal and tasks), theoretical, practical and an analysis of the performed actions. The program can be applied both in group settings and individually. The blocks of the program are structured in such a way that each preceding block activates the work of the next one, while individual blocks can also be used to address specific components.

The effectiveness of the developed program was determined by the increase in the level of psychological self-defense of Armed Forces of Ukraine service members against the negative impact of media perceptual communication. To confirm or refute statistically significant changes in service members who participated in the formative part of the experiment, the non-parametric Mann-Whitney U-test was applied. The obtained results indicate significant changes in the indicators of psychological self-defense against the negative impact of media perceptual communication in the experimental group.

After completing the formative experiment, according to the integral indicator of psychological diagnosis, a low level of psychological self-defense against the negative impact of media perceptual communication was inherent in 22.5% of servicemen, and after the completion of the formative experiment, this figure decreased to 9.8% (– 12.7%). It was possible to reduce the below-average level from 22.5% to 19.3% (– 3.2%). The average level remained unchanged, the above-average and high levels showed 32.5%, and after participation in the development program, these levels increased by 15.9% to 48.4%.

According to the results of the questionnaire, a low level of psychological self-protection against the negative impact of media perceptual communication was inherent in 45.2% of servicemen, and after the completion of the formative experiment, this figure decreased to 29% (– 16.1%). It was possible to reduce the below-average level to 9.8% (– 9.5%). The average level increased to 29%, which differs from the previous indicator by 16.1%. Levels higher than average and high showed 22.6%, and after participating in the development program, this indicator increased by 9.6% to 32.2%.

The effectiveness of our proposed development program «The word is also a weapon!» confirmed by positive dynamics and statistically significant changes in the levels of development of psychological self-defense of servicemen against the negative impact of media perceptual communication at the reliability level $p \leq 0.01$ ($U_{emp} = 95$, $p \leq 0.01$) for the results of psychological diagnosis and at the reliability level $p \leq 0.05$ ($U_{emp} = 353$, $p \leq 0.05$) for the results of the questionnaire.

The scientific-psychological principles regarding the phenomenon of «psychological self-defense of individuals against the negative impact of media perceptual communication» in Armed Forces of Ukraine service members have further developed.

The practical significance of the theoretical principles and research results outlined in the work lies in their application to improve the professional training of servicemen of the Armed Forces of Ukraine; implementation of tasks of psychological support to counter negative informational influences on servicemen of the Armed Forces of Ukraine of all categories; development of the system of internal

communications of military units and units of the Armed Forces of Ukraine and introduction into the educational process of higher military educational institutions.

Keywords: psychological self-defense, media-perceptive communication, information-psychological security, hybrid warfare, propaganda, fake, influence, perception of information, communication, emotional intelligence, critical thinking, media education, group reflection, professional activity, military serviceman.

СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації

1. Шерешкова І.І. Поняття «психологічний самозахист» в системі загально-наукової універсалії «захист». *Вісник Національного університету оборони України* : зб. наук. пр. Київ : НУОУ, 2020. Вип. 5 (58). С.201–207.
2. Шерешкова І.І. Основні підходи досліджень психологічного самозахисту особистості від негативного впливу комунікації. *Науковий журнал «Габітус»*. Одеса : ВД «Гельветика», 2022. Вип. 26. С.138–143.
3. Шерешкова І.І. Психолінгвістичне маніпулювання текстових повідомлень. *Baltic Journal of Legal and Social Sciences*. Riga, Latvia : «Baltija Publishing», 2021. № 3. С.183–192.
4. Шерешкова І.І. Атрибути тексту та закономірності його психологічного впливу на людину. *Вісник Національного університету оборони України* : зб. наук. пр. Київ : НУОУ, 2022. Вип. 1 (65). С.132–141.
5. Шерешкова І.І. Психоемоційний генезис ризиків ураження особистості негативним впливом медіаперцептивної комунікації. *Науковий журнал «Журнал сучасної психології»*. Запоріжжя : ВД «Гельветика», 2022. Вип. 3 (26). С. 160–170.
6. Шерешкова І.І. Обґрунтування програми емпіричного дослідження особливостей психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. *Вісник Національного університету оборони України* : зб. наук. пр. Київ : НУОУ, 2023. Вип. 3 (73). С. 174–185.
7. Шерешкова І.І. Структурно-функціональна модель розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. *Наукові праці Міжрегіональна Академія управління персоналом. Психологія*. Київ : МАУП, 2023. Вип. 2 (58). С. 51–56.
8. Шерешкова І.І. Аналіз та інтерпретація результатів апробації програми розвитку у військовослужбовців Збройних Сил України

психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. *Вісник Національного університету оборони України* : зб. наук. пр. Київ : НУОУ, 2023. Вип. 5 (58). С.180–193.

9. Шерешкова І.І. Організація психологічного самозахисту військовослужбовців від негативного інформаційно-психологічного впливу противника. *Психологія управління військами* : підручник. 2-ге вид., перероб. та допов. / за заг. ред. Стасюка В.В. Київ : НУОУ, 2023. С. 537–545.

Наукові праці, що засвідчують апробацію матеріалів дисертації

10. Шерешкова І.І. Медіаперцептивна комунікація як джерело впливів на свідомість військовослужбовця. *Забезпечення інформаційної безпеки держави у воєнній сфері: проблеми та шляхи їх вирішення* : матеріали наук.-практ. конференції (м. Київ, 26 листоп. 2020 р.). Київ: НУОУ, 2020. С. 192–195.

11. Шерешкова І.І. Актуальність проблематики самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. *Військова освіта і наука: сьогодення та майбутнє* : матеріали XVI Міжнародної наук.-практ. конф. (м. Київ, 27 листоп. 2020 р.). Київ : ВІКНУ, 2020. С. 185–186.

12. Шерешкова І.І. Медіаперцептивна комунікація як атрибут функціонування сучасних мас-медіа та впливу на військовослужбовців Збройних Сил України. *Сучасні педагогіка та психологія: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень* : матеріали міжнародної наук.-практ. конференції (м. Київ, 9–10 лип. 2021 р.). Київ: «Київська наукова організація педагогіки та психології», 2021. С. 140–143.

13. Шерешкова І.І. Психологічна характеристика чинників негативного впливу сучасних мас-медіа на особистість військовослужбовця. *Педагогіка і психологія сьогодення: теорія та практика* : зб. наук. робіт міжнародної наук.-практ. конф. (м. Одеса, 21–22 січ. 2022 р.). Одеса: ГО «Південна фундація педагогіки», 2022. С. 56–59.

14. Шерешкова І.І. Емоційні ризики ураження особистості негативним впливом медіаперцептивної комунікації. *Роль психології та педагогіки*

в духовному розвитку сучасного суспільства : зб. міжнародної наук. конф. (м. Рига, Латвійська Республіка, 30–31 лип. 2022 року). Рига, 2022. С. 333–336.

15. Шерешкова І. І., Хайрулін О. М. Негативний вплив інформації на особистість як об'єкт трансдисциплінарної наукової інтеграції. *Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі* : зб. матеріалів IV Всеукраїнської наук.-практ. конф. (м. Запоріжжя, 2 листоп. 2022 р.) / редкол.: В.Л. Погребна, В.В. Кузьмін, Н.В. Островська, Т.О. Бородулькіна та ін. Запоріжжя. НУ «Запорізька політехніка», 2022. С. 295–300.

16. Шерешкова І.І. Чинники інформаційного стресу у військовому середовищі. *Міжкультурна комунікація в контексті глобалізаційного діалогу: стратегії розвитку* : зб. матеріалів II Міжнародної наук.-практ. конференції (м. Одеса, 25–26 листоп. 2022 р.), Liha-Pres, 2022. С. 289–292.

17. Шерешкова І.І. Особливості психологічного самозахисту військовослужбовців ЗС України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. *Організація морально-психологічного забезпечення у Збройних Силах України в ході активної фази російсько-української війни: досвід та актуальні проблеми* : матеріали наук.-практ. семінару (м. Київ, 23 груд. 2022 р.). К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2022. С. 64–69.

18. Шерешкова І.І. Потенціал соціальних комунікацій для здійснення інформаційно-психологічних операцій. *Інформаційне суспільство: технологічні, економічні та технічні аспекти становлення* : матеріали Міжнародної наук. інтернет-конф. (м. Тернопіль, Україна – м. Переворськ, Польща, 6-7 лют. 2023 р.). ГО «Наукова спільнота»; WSSG w Przeworsku. Тернопіль : ФОП Шпак В.Б., 2023. Вип. 74. С. 79–84.

19. Шерешкова І.І. Меми як ресурс життєстійкості українців. *Код щастя українців: соціально-психологічні ресурси життєстійкості*: матеріали Третього міжнародного наук.-практ. Workshop (м. Київ, 28 квіт. 2023 р.). Київ : КНУКМ, 2023. С. 25–26.

20. Шерешкова І.І. Методологічні підходи дослідження психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного

впливу медіаперцептивної комунікації. *Світ наукових досліджень* : матеріали Міжнародної мультидисциплінарної наук. інтернет-конф. (м. Тернопіль, Україна – м. Переворськ, Польща, 23-24 трав. 2023 р.). ГО «Наукова спільнота»; WSSG w Przeworsku. Тернопіль: ФО-П Шпак В.Б. Вип. 19. С.94-98.

21. Шерешкова І.І. Розвиток психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. *Стратегічні комунікації у сфері забезпечення національної безпеки та оборони: проблеми, досвід, перспективи* : IV міжнар. наук.-практ. конф. (м. Київ, 27 верес. 2023 р.). Київ : НУОУ, 2023. С. 227-231.

22. Шерешкова І.І. Діагностика психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації за допомогою авторської анкети. *Сімдесят восьмі економіко-правові дискусії. Соціальні та гуманітарні науки*: матеріали Міжнародної мультидисциплінарної наук. інтернет-конф., (м. Львів, Україна – м. Ополе, Польща, 28-29 верес. 2023 р.). ГО “Наукова спільнота”; WSZIA w Opolu. Львів : ФОП Шпак В.Б. С. 149-158.

ЗМІСТ

АНОТАЦІЯ.....	2
ABSTRACT.....	9
Список публікацій здобувача за темою дисертації.....	15
ВСТУП	22
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕНЬ ПСИХОЛОГІЧНОГО САМОЗАХИСТУ ОСОБИСТОСТІ ВІД НЕГАТИВНОГО ВПЛИВУ МЕДІАПЕРЦЕПТИВНОЇ КОМУНІКАЦІЇ.....	33
1.1. Психологічний самозахист особистості від негативного впливу комунікації.....	33
1.2. Сутність та зміст психологічного впливу медіаперцептивної комунікації на особистість.....	68
1.3 Сутність негативного впливу медіаперцептивної комунікації на військовослужбовців Збройних Сил України	90
РОЗДІЛ 2. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО САМОЗАХИСТУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ ВІД НЕГАТИВНОГО ВПЛИВУ МЕДІАПЕРЦЕПТИВНОЇ КОМУНІКАЦІЇ.....	119
2.1. Загальна характеристика етапів, методів і методик емпіричного дослідження та груп досліджуваних осіб.....	119
2.2. Аналіз та інтерпретація отриманих результатів щодо дослідження особливостей психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.....	141
2.3 Структурно-функціональна модель розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.....	186

РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ ПСИХОЛОГІЧНОГО САМОЗАХИСТУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ ВІД НЕГАТИВНОГО ВПЛИВУ МЕДІАПЕРЦЕПТИВНОЇ КОМУНІКАЦІЇ.....	194
3.1. Обґрунтування та розробка програми розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації «Слово – теж зброя!».....	194
3.2. Експериментальна верифікація програми розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації «Слово – теж зброя!».....	209
ВИСНОВКИ	229
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	234
ДОДАТКИ	258

ВСТУП

Актуальність теми дисертації. У сучасному світі маніпулятивний вплив є невід’ємною складовою усіх сфер спілкування. Особливо загострюється та набуває інтенсивності це явище в період інформаційно-психологічного протиборства, яке є частиною російсько–української війни. На сьогодні засоби мовленнєвої маніпуляції та весь маніпулятивний потенціал інтертекстуальних елементів і стилістичних засобів активно використовують суб’єкти геополітичного протистояння, зокрема керівництво російської федерації. Експресивні атаки медійного простору росією скеровані насамперед на військовослужбовців Збройних Сил України (ЗСУ) як протиборчу сторону, щоб розбалансувати їх раціональну поведінку, пригнітити критичне осмислення інформації, спричинити неконтрольовані реакції та дії. Саме тому медіаперцептивну комунікацію варто розглядати як можливий засіб навмисного та ненавмисного впливу на свідомість військовослужбовців ЗСУ прихованими смислами в медіапродуктах, щоб змінювати їх систему цінностей, норми, установки, прагнення, потреби й інтереси, позначатися на соціальному самопочутті та емоційному стані, зрештою, їх поведінці, що реалізовуватиметься в кінцевій меті – зриві виконання завдань за призначенням.

У ході аналізу наукових досліджень у предметній галузі психологічного самозахисту виявлено неясності, омонімічність і суперечливість термінів. Існування захисних механізмів вважають експериментально підтвердженим, їх наявність не спростовано. При цьому номенклатура захисних механізмів занадто різноманітна і специфічна, на цей час термінологічно не вивірена, зокрема поняття «захист», «психологічний захист» та «психологічний самозахист» достатньо не розмежовані, є міждисциплінарними, їх розглядають у загальнонауковій категорії «захист», поняття «психологічний самозахист» тільки розвивається, постійно актуалізується, але ще не конкретизоване належно, особливо в контексті опору негативному впливові комунікації.

Подолати описані суперечності ми намагались, аналізуючи праці вітчизняних та зарубіжних учених. Проблема інформаційного та технологічного переворотів у суспільстві знайшла достатньо широке відображення у працях науковців. На вразливості свободи та індивідуальності людей через суспільні впливи опосередковані сучасними комунікаційними процесами звертали увагу Ф. Бекон, Й. Габермас, С. Горова, Н. Зражевська, А. Кабанцева, В. Кремень, Х. Маркузе, О. Панченко, О. Стаднік, Е. Тоффлер. Подвійну полярність сучасного інформаційного середовища в умовах інформаційної глобалізації та виникнення новітніх викликів і загроз безпеці людини наголошували К. Беляков, В. Брижко, О. Горностай, О. Гриценя, О. Дзьобань, Т. Еріксен, В. Кириченко, О. та Л. Панченки, Г. Почепцов, В. Різун.

Сутність понять «інформаційний простір», «інформаційне поле» та «інформаційне середовище» досліджували О. Баранова, О. Буньківська, А. Додонов, К. Калюжний, В. Король., О. Логінов, Г. Любовець, Г. Москалик Т. Ожерельєва, О. Селезньова та О. Солдатенко.

Дослідженням сутності інформаційно-психологічних впливів присвятили свої наукові розвідки О. Анісімович-Шевчук, Г. Балл, М. Бургін, Я. Галета, В. Куліков, О. Куций. На негативних проявах інформаційно-психологічного впливу зосередили увагу К. Гринько, В. Клименко, О. Проданова, О. Саєнко. Маніпулятивність мас-медійного дискурсу сьогодення відображена в оптиці наукових спостережень А. Калити Ю. Половинчак, Л. Тараненка, М. Філоненка. Деструктивний вплив пропаганди на суспільну і особистісну свідомість та поведінку досліджували А. Джодакі, Д. Дубов, В. Зеленін, Г. Почепцов, Н. Уханова, С. Чукут.

Проблематика механізмів психічного захисту знайшла своє відображення у наукових працях А. Фройд, З. Фройда, В. Криська, В. Медведєва, Р. Плутчика, А. Фурмана, В. Шебанової, С. Яковенка. Особливості механізмів психологічного захисту особистості досліджувались такими вченими як А. Гірняк, Ж. Годфруа, Ж. Денисюк, Є. Доценко, Р. Лазарус, С. Макаренко,

О. Максименко, Н. Родіна, З. Сивогракова, С. Фолькман, Н. Хаан, Т. Яценко. Сутність та зміст психологічного самозахисту розкрили у своїх наукових працях Ю. Бохонкова, Т. Домнич, Т. Кирпенко, О. Сафін.

Психологічний вплив медіаперцептивної комунікації розкрито у працях українських науковців Я. Вишницької, Л. Найдьоновой, Н. Чепелевої, Н. Череповської. Особливості візуального сприйняття розглядаються через: пріоритетність з-поміж інших (В. Білецька, Ю. Дьяченко, М. Люшер, А. Палієнко, Н. Череповська); спеціальних технік конструювання медіатекстів (В. Вудвуд, О. Зарецька, О. Красницька, А. Палієнко, О. Хайрулін); кліповості та міфологізації (Л. Компанцева, В. Різун); правил кодування / декодування інформаційних повідомлень (А. Калита, В. Кушерець, А. Старостіна, О. Хміляр, С. Холл).

Сутність негативного впливу медіаперцептивної комунікації на військовослужбовців Збройних Сил України відображено в контексті інформаційної складової гібридної війни (В. Гріга, Є. Магда, Р. О कोरोков, В. Осьодло); інформаційно-психологічних війн (В. Алещенко, О. Курбан, П. Лайнбарджер, М. Махарадж, Б. ван Нікерк); морально-психологічного забезпечення особового складу (В. Клименко, І. Ліпатов, І. Підопригора, О. Рибчук,); психічного здоров'я військовослужбовця (О. Блінов, Л. Карамушка, В. Клочков, В. Кохан, Є. Потапчук); сугестивних технологій інтернет-ресурсів (Г. Кардозо, М. Кастельс, А. Кідименко); інтернет-залежності (К. Васильєва, Л. Перетятко,); фізіологічних змін у системах організму та діяльності людини (О. Волошок, В. Кеннон, Т. Олійник, О. Хміляр); відсутності навичок пошуку / перевірки інформації та цифрової компетентності (А. Бондаренко, В. Горовий); інформаційного стресу (С. Бойко, Ж. Вірна, О. Дзьобань).

У процесі дослідження встановлено, що сучасний військовослужбовець має бути стійким до різних інформаційних впливів і вміти критично мислити, контролювати власні емоційні переживання і використовувати конструктивні стратегії поведінки в конкретних ситуаціях інформаційного впливу.

Важливість та актуальність порушеного питання, наукова потреба його вирішення, практика військ, прагнення захистити особовий склад Збройних Сил України від таких патологічних проявів обумовило вибір теми дисертаційного дослідження та актуалізувало потребу розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами, грантами. Дисертаційне дослідження виконано відповідно до плану наукової та науково-технічної діяльності Національного університету оборони України у межах розроблення науково-дослідних робіт: «Удосконалення системи оцінювання морально-психологічного стану особового складу військових частин (підрозділів) Збройних Сил України» (державний реєстраційний номер 0120U000171), «Удосконалення системи попередження негативних наслідків впливу мас-медіа на морально-психологічний стан особового складу Збройних Сил України» (державний реєстраційний номер 0121U000128).

Тему дисертаційної роботи затверджено вченою радою Національного університету оборони України (протокол № 11 від 26 листопада 2020 року) та узгоджено в бюро Міжвідомчої ради з координації наукових досліджень у галузі освіти, педагогіки і психології (протокол № 614 від 08 липня 2021 року).

Мета дослідження полягає у визначенні структури і особливостей психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації та експериментальній верифікації програми його розвитку.

Для досягнення мети дослідження потрібно вирішити такі завдання:

- 1) провести теоретичний аналіз наукових поглядів на проблематику психологічного самозахисту людини від негативного інформаційного впливу;
- 2) виокремити й емпірично дослідити особливості, компоненти, показники та рівні розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, розробити відповідну діагностичну анкет;

3) розробити структурно-функціональну модель розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації;

4) обґрунтувати, розробити і верифікувати програму розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Об'єкт дослідження – психологічний самозахист особистості.

Предмет дослідження – особливості розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Теоретично-методологічну основу дослідження складають системний, інформаційний, суб'єктно-діяльнісний та компетентнісний підходи; психоаналітична теорія (Д. Вайкері [181], З. Фрейд [228; 229], А. Фрейд [195], Н. Хаан [230]); концептуальні положення про: технологічний переворот інформаційного суспільства (Ф. Бекон [221], Й. Габермас [231], С. Горова [33], Н. Зражевська [52], А. Кабанцева [138], Х. Маркузе [236], О. Панченко [138], О. Стаднік [175], Е. Тоффлер [185]); інформаційну безпеку (К. Беяков [12], В. Брижко [17], О. Горностай [32], О. Гриценя [37], О. Дзьобань [40; 41], Т. Еріксен [47], В. Кириченко [67; 68; 69], О. та Л. Панченки [139], Г. Почепцов [148; 149], В. Різун [159]); інформаційно-психологічні впливи (О. Анісімович-Шевчук [4], Г. Балл, М. Бургін [8], Я. Галета [27], К. Гринько [36], В. Зеленін [49], А. Калита [58, 59, 60], В. Клименко [75], О. Куций [88], Ю. Половинчак [146], Г. Почепцов [148], О. Саєнко [165], Л. Тараненко [59; 60], Н. Уханова [189], М. Філоненко [192], С. Чукут [149]); психічні механізми захисту (А. Фрейд [195], З. Фрейд [228; 229], В. Крисько [83], В. Медведєв [110], Р. Плутчик [238; 239], А. Фурман [196], В. Шебанова [212], С. Яковенко [216]); психологічного захисту та самозахисту (Ю. Бохонкова [72], А. Гірняк [28], Ж. Годфруа [29], Ж. Денисюк [39], Т. Домнич [45], О. Доценко [46], Т. Кирпенко [70; 71; 72], Р. Лазарус [233; 234], С. Макаренко [], О. Максименко [102], Н. Родіна [159; 160], О. Сафін [168], З. Сивогракова [171]);

медіаперцептивну комунікацію та візуальне сприйняття інформації (В. Білецька [13], Я. Вишницька [21], Ю. Дьяченко [13], Г. Кардозо [223], М. Кастельс [65], А. Кідименко [73], Л. Компанцева [181], М. Люшер [98], Л. Найдьонова [112; 113], А. Палієнко [137], В. Різун [158], Н. Чепелева [207], Н. Череповська [209]); психологічні особливості конструювання медіатекстів (В. Вудвуд [26], О. Зарецька [48], А. Калита [58], О. Красницька [81; 82], В. Кущерець [89], А. Старостіна [178], О. Хайрулін [197; 198], О. Хміляр [201 – 204]); використання інформації в якості зброї та інформаційну вразливість військовослужбовців Збройних Сил України (В. Алещенко [1; 2], О. Блінов [14], В. Гріга [38], Л. Карамушка [63], В. Клименко [75], В. Кохан [80], О. Курбан [87], П. Лайнбарджер [235], І. Ліпатов [93], Є. Магда [99], Р. Огороков [128], В. Осьодло [134; 135; 136], Є. Потапчук [147]).

Відповідно до поставлених завдань у дослідженні застосовано такі **методи дослідження:**

теоретичні: аналіз, синтез, порівняння, систематизація та узагальнення – для з'ясування стану розробленості досліджуваного наукового явища, визначення сутності основних понять дослідження, виокремлення особливостей, компонентів, показників та рівнів розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, обґрунтування основних діагностичних засобів і процедур;

емпіричні: методи спостереження та експертних оцінок – для виявлення особливостей психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації у психології професійної діяльності, їх аналізу, визначення провідних компонентів і показників розвитку; тестування, анкетування – для дослідження особливостей та рівнів розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації; психологічний експеримент (констатувальний, формувальний, контрольний етапи) – для виявлення динаміки в показниках та

рівнях розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, розробки та перевірки ефективності програми розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації; моделювання – для побудови структурно-функціональної моделі розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації;

статистичні – методи математичної статистики для дослідження особливостей психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації та оцінки ефективності програми розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації (критерій Колмагорова – Смірнова – для визначення нормальності розподілу даних; коефіцієнт рангової кореляції r Спірмена – для встановлення кореляційних зв'язків між показниками компонентів психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації; непараметричний U -критерій Манна – Уїтні – для здійснення порівняльного аналізу даних між групами; коефіцієнт конкордації – для визначення узгодженості думок експертів, залучених до дослідження, критерій Пірсона – для перевірки статистичного значення отриманого коефіцієнта конкордації). Математико-статистичне опрацювання даних та їх графічна презентація здійснювалася за допомогою за допомогою стандартизованого пакету програм IBM SPSS Statistics 20.00 та офісних додатків Microsoft Excel.

Експериментальна база дослідження. Емпіричне дослідження проводилось протягом 2020–2023 років на базі військових частин Збройних Сил України. У констатувальному етапі дослідження взяли участь 211 військовослужбовців Збройних Сил України. До формувального та контрольного етапів психологічного експерименту було залучено 62

військовослужбовці, які утворили дві однорідні групи (контрольну та експериментальну) по 31 особі в кожній. Вибірку сформовано з військовослужбовців залежно від рівнів розвитку психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації: високого, вищого за середній, середнього, нижчого за середній та низького.

Наукова новизна отриманих результатів полягає в такому:

уперше:

визначено зміст поняття «психологічний самозахист від негативного впливу медіаперцептивної комунікації»;

емпірично встановлено змістові характеристики, компоненти, показники рівнів розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації;

обґрунтовано та розроблено структурно-функціональну модель розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації;

верифіковано програму розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації «Слово – теж зброя!»;

удосконалено психологічний діагностичний інструментарій оцінювання розвиненості психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації;

набули подальшого розвитку наукові уявлення про особливості психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Практичне значення результатів дослідження полягає в їх застосуванні:

для удосконалення професійної підготовки військовослужбовців Збройних Сил України;

у ході реалізації завдань психологічного забезпечення щодо протидії негативним інформаційним впливам на військовослужбовців Збройних Сил України всіх категорій;

для розвитку системи внутрішніх комунікацій військових частин і підрозділів Збройних Сил України;

в освітньому процесі вищих військових навчальних закладів;

для особистісного та професійного самовдосконалення посадових осіб Збройних Сил України.

Результати дисертаційного дослідження **впроваджено** у професійну підготовку офіцерів структур морально-психологічного забезпечення, зв'язків з громадськістю, прес-служб та в ході проведення інформаційно-психологічних заходів, навчальних занять із психологічної підготовки з військовослужбовцями Київської міської військової адміністрації (акт впровадження № 001-2119 від 05.12.2022), військової частини А0415 (акт впровадження № 1/37/1048 від 10.02.2023), військової частини А0139 (акт впровадження № 609/1377 від 02.03.2023), військової частини А2900 (акт впровадження № 4968 від 13.06.2023), військової частини А1250 (акт впровадження № 1/4/975 від 05.07.2023), Науково-дослідного центру гуманітарних проблем Збройних Сил України (акт впровадження № 4317 від 30.08.2023).

Особистий внесок здобувача. Розроблені наукові положення та отримані емпіричні дані є самостійним внеском здобувачки у дослідження психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

У тезах виступу «Негативний вплив інформації на особистість як об'єкт трансдисциплінарної наукової інтеграції» (IV Всеукраїнська науково-практична конференція «Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі»), написаних у співавторстві з О. Хайруліним, авторка всебічно проаналізувала негативний вплив інформації на особистість як об'єкт трансдисциплінарної наукової інтеграції.

Розробки та ідеї, що належать співавтору, у дисертації не використано.

Апробація результатів дослідження. Основні положення та результати дослідження відображено в доповідях і повідомленнях на наукових і науково-практичних конференціях та семінарах:

міжнародних – «Військова освіта і наука: сьогодення та майбутнє» (м. Київ, 2020), «Сучасні педагогіка та психологія: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень» (м. Київ, 2021), «Педагогіка і психологія сьогодення: теорія та практика» (м. Одеса, 2022), «Роль психології та педагогіки в духовному розвитку сучасного суспільства» (м. Рига, Латвійська Республіка, 2022), «Міжкультурна комунікація в контексті глобалізаційного діалогу: стратегії розвитку» (м. Одеса, 2022), «Інформаційне суспільство: технологічні, економічні та технічні аспекти становлення» (м. Тернопіль, Україна – м. Переворськ, Польща, 2023), «Код щастя українців: соціально-психологічні ресурси життєстійкості» (м. Київ, 2023), «Світ наукових досліджень» (м. Тернопіль, Україна – м. Переворськ, Польща, 2023); сімдесят восьмих економіко-правових дискусіях під час Міжнародної мультидисциплінарної наукової інтернет-конференції (м. Львів, Україна – м. Переворськ, Польща, 2023);

всеукраїнських – «Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі» (м. Запоріжжя, 2022);

відомчих – «Забезпечення інформаційної безпеки держави у воєнній сфері: проблеми та шляхи їх вирішення» (м. Київ, 2020); «Система морально-психологічного забезпечення у Збройних Силах України: сучасний стан та перспективи розвитку» (м. Київ, 2022); «Організація морально-психологічного забезпечення у Збройних Силах України в ході активної фази російсько-української війни: досвід та актуальні проблеми» (м. Київ, 2022); засіданнях кафедри морально-психологічного забезпечення діяльності військ (сил) гуманітарного інституту Національного університету оборони України протягом 2020 – 2023 рр.; засіданнях кафедри внутрішніх комунікацій інституту стратегічних комунікацій Національного університету оборони України протягом 2023 – 2024 рр.

Публікації. Результати дисертаційного дослідження висвітлено у 22 наукових публікаціях (із них 1 – у співавторстві), серед яких: 8 статтях – у виданнях, затверджених МОН України як фахові у галузі психології категорії Б, 1 – у зарубіжному періодичному науковому виданні, включеному до міжнародних наукометричних баз даних; 13 – у збірниках тез доповідей на наукових конференціях, семінарах.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, загальних висновків, списку використаних джерел (242 найменування, з них 23 – іноземними мовами), 8 додатків на 38 сторінках. Загальний обсяг дисертації – 296 сторінок, з них 214 – основного тексту, текст доповнюють 14 таблиць та 41 рисунок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕНЬ ПСИХОЛОГІЧНОГО САМОЗАХИСТУ ОСОБИСТОСТІ ВІД НЕГАТИВНОГО ВПЛИВУ МЕДІАПЕРЦЕПТИВНОЇ КОМУНІКАЦІЇ

У розділі висвітлено наукові засади досліджень психологічного самозахисту особистості від негативного впливу медіаперцептивної комунікації як наукової проблеми. Визначено сутність і зміст психологічного впливу медіаперцептивної комунікації на особистість. Охарактеризовано сутність негативного впливу медіаперцептивної комунікації на військовослужбовців Збройних Сил України.

1.1. Психологічний самозахист особистості від негативного впливу комунікації

Розвиток глобальних інформаційних процесів, що стимулює національне інформаційне виробництво, сукупним впливом на свідомість сучасної людини створює щораз більший інформаційний тиск. Через це у людини знизився поріг критичного ставлення до змісту інформації в соціальних мережах, що у свою чергу призвело до зростання дієвості негативних інформаційних впливів у національному інфообігу (недобросовісної реклами, поширення неперевіраних чуток і провокативних заяв, комп'ютерної злочинності, у тому числі інформаційного тероризму) [33, с. 82].

Беручи до уваги недостатню адаптацію в сучасних інформаційних процесах більшості людей, інформаційні агресори в системі негативних інформаційних впливів на країни–об'єкти впливу все більшою мірою використовують маніпулятивні впливи, сугестію. Особливо небезпечною останнім часом стала орієнтованість агресора на поширення ментальних впливів, незворотних за своєю дією в разі ураження ментальної свідомості людей. Зростання впливу сучасної інформаційної сфери на свідомість людини

зумовлює потребу у її пристосуванні до викликів, у цьому разі – інформаційних, перед якими постали людина як член суспільства і суспільство в цілому [33, с. 82].

С. Горова стверджує, що зростання значущості інформаційних впливів на свідомість сучасної людини зумовлене чинниками, характерними для сучасного етапу розвитку людства. До таких чинників вчена відносить зростаючу важливість інформації як основного ресурсу розвитку в інформаційному суспільстві, високий темп оновлюваності інформації, потрібної для постійного використання, урізноманітнення та поглиблення впливів інформації на свідомість і підсвідомість сучасної людини завдяки зростаючій номенклатурі технічних засобів, технологій виробництва та використання інформаційних ресурсів,

а також недостатньо ефективні на нинішньому етапі розвитку суспільства можливості людини в навігації по масивах нової інформації і уміння змістового оцінювання ресурсу, необхідного для практики суспільної діяльності [33, с. 217].

На тому, що людська психіка знаходиться у інформаційній небезпеці наголошують О. Панченко та А. Кабанцева, оскільки сприйняття людиною будь-якої інформації ніколи не буває чисто споглядальною дією. Будь-який акт пізнання людиною навколишнього середовища можливий лише завдяки складній психічній діяльності, що сприяє злиттю нової інформації з уже засвоєною. Але це злиття залежить від світогляду, життєвого досвіду і змістовності нової інформації, що може сприйматися людиною або, навпаки, викликати протистояння їй [138, с. 227].

Про небезпеки комунікаційних технологій попереджає у своїх наукових розвідках Н. Зражевська. Вчена зазначає, що віртуальну реальність як імітацію дійсності можна вважати психологічним інструментом впливу на свідомість і підсвідомість людини [52, с. 112].

На дедалі частішому використанні інформації у якості зброї наголошують також О. Стаднік, О. Ванюшина та Н. Полова та наголошують на застосуванні

усього шерегу характерних особливостей інформації, які полягають у керованості, що забезпечує здійснення заданого інформаційного впливу на об'єкт поразки у встановлений час і в заданих масштабах; прихованості, що істотно ускладнює визначення моменту початку інформаційного впливу і джерело цього впливу; універсальності, що забезпечує можливість ураження об'єктів в широкому діапазоні; відносно невисокій вартості створення, високій ефективності; доступності, що забезпечує її порівняно легке поширення та високій складності контролю над цим процесом [174, с. 75].

Як зазначає В. Кремень, реальність інформаційно-комп'ютерних технологій поставила перед суспільством і людиною низку серйозних проблем, які змушують шукати шляхи подальшої продуктивної життєдіяльності. Іншими словами, вплив глобалізаційних процесів на наше життя став настільки потужним, що змушує підлаштовувати під ці процеси всю соціальну систему. Йдеться про виникнення нового типу мислення, оскільки нині завдяки Інтернету, комп'ютерним системам змінюється весь духовно-культурний простір життя. Адже комп'ютер, який втілює усю систему новітніх комунікаційних технологій, вже став не просто технічним засобом, а своєрідним продовженням людини, доповнюючи її можливості та допомагаючи їй реалізовувати різні завдання, від суто побутових до високотворчих у всіх сферах життя [55, с. 21].

Аби забезпечити інформаційні потреби без шкоди для споживачів інформація повинна відповідати певним вимогам. О. та Л. Панченки виокремлюють вимоги повноти, достовірності і своєчасності інформації. Інформація має бути повною, відносно того, що абсолютно повної інформації жоден суб'єкт мати не може. Повнота інформації характеризується її достатністю для прийняття правильних рішень. Достовірність інформації інформація дозволяє уникнути спотворень та приводить до прийняття правильних рішень. Оскільки необхідні рішення ефективні лише тоді, коли вони приймаються вчасно, то ще однією вимогою до інформації вчені виокремлюють своєчасність [139, с. 32].

Тому, трактування сучасного інформаційного середовища науковцями є неоднозначним з огляду на конструктивні та деструктивні його характеристики для споживачів. Оскільки характер самого впливу інформаційного середовища на суспільство, на соціальних суб'єктів і їх життєдіяльність визначається ступенем задоволення їх потреб в інформації.

Так, О. Дзьобань зазначає, що здійснюючи вплив, інформаційне середовище здатне: цілком задовольняти інформаційні потреби суспільства (як кількістю, так і якістю інформації); слабо задовольняти інформаційні потреби або не задовольняти зовсім за рахунок надлишку “інформаційних шумів” та неякісної інформації; бути нейтральним і не здійснювати значного впливу [40, с. 7]. Справедливо характеризує інформаційний простір К. Беляков говорячи, що сучасне інформаційне середовище наповнене такою соціальною інформацією, яку можна типологізувати, з одного боку, як об'єктивну (фактологічну, яка не має основи для іншого тлумачення), а з іншого – як маніпулятивну (міфологічну, що має у своїй природі основу для різних інтерпретацій, і, отже, використовувану для управління поведінкою людей) [12, с. 123].

Т. Еріксен наголошує, що «найнеобхідніше вміння в інформаційному суспільстві полягає в захисті себе від 99, 99% пропонованої інформації, якої людина не хоче» [47, с. 30].

В. Брижко також підкреслює подвійну полярність сучасного інформаційного середовища та зазначає, що «процеси інформаційної глобалізації, поряд з позитивними надбаннями, призвели до виникнення новітніх викликів і загроз безпеці людини, суспільства і держави, зокрема, до створення інформаційної зброї, поширення інформаційних операцій і воєн, загострення інформаційно-психологічного маніпулювання свідомістю людини, інформаційних впливів, які руйнують соціокультурні цінності» [17, с. 18].

Як наголошує П. Горностай, психіка людини повністю суб'єктивна за своєю природою, тобто для неї інформація сприймана під час безпосереднього контакту з подіями навколишнього світу, і та, що потрапляє після обробки

(а іноді повністю створена) інформаційними технологіями, принципово не відрізняється. Навіть цілком «об'єктивна інформація» може бути спотворена самим суб'єктом через його упередження, емоційні стани, точки зору або світогляд у цілому. На вибірковість впливають навіть умови сприймання, коли реципієнт вихоплює лише окремі аспекти явища, за якими відтворює образ об'єкта, що іноді має мало спільного зі своїм прототипом. Все це робить можливості негативного впливу комунікації практично необмеженими. Проти інформаційної агресії людська психіка виявилася повністю безсилою, не встигнувши виробити еволюційно ніяких способів реальної протидії, так само, як організм не створив засобів захисту від зброї масового ураження, наприклад радіаційного випромінювання [32, с. 107].

Вчена також перелічує негативні соціальні наслідки інформаційної травматизації: зростання рівня агресії в суспільстві; соціальну напруженість; соціальні конфлікти; соціальну фрустрацію, страх майбутнього; нетерпимість до інших, «образ ворога», «чорно-біле» мислення [32, с. 108].

Здійснюючи аналіз літератури ми звернули увагу на те, що поняття «інформаційна сфера», «інформаційний простір» та «інформаційне середовище» ототожнюються і/або трактування одного визначення здійснюється через вживання іншого. Наприклад, О. Логінов розглядає інформаційну сферу як «єдиний інформаційний простір, який формується державними органами, громадськими, політичними та соціальними організаціями, а також громадянами й функціонує з урахуванням правових, організаційних, науково-технічних, економічних, фінансових, методичних, гуманітарних та моральних засад з урахуванням вимог та завдань національної інформаційної безпеки» [94, с. 9]. Т. Ожерельєва характеризує інформаційне середовище як обмежену частину інформаційного простору, яка оточує об'єкт дослідження [127, с. 21]. О. Селезнєва визначає інформаційне середовище як частину інформаційного простору, що характеризується мінімальною територією поширення та обмеженою кількістю суб'єктів інформаційної діяльності, а також обумовлюється своєрідним інформаційним мікрокліматом,

що включає сукупність способів, прийомів, заходів та умов безпосереднього здійснення інформаційної діяльності [169, с. 142]. Г. Москалик вважає, що інформаційне середовище – це частина інформаційного простору (сукупність знань, що мають цінність у вигляді економічного ресурсу, який сприяє розвитку тих чи інших секторів громадського життя), яка формує найближче інформаційне оточення індивіда, є сукупністю умов, що забезпечують його продуктивну діяльність [121, с. 150]. О. Солдатенко вважає, що інформаційний простір – це сукупність інформаційних об'єктів, які поширюються його суб'єктами через наявні засоби комунікації, тобто контролю можуть підлягати: об'єкти, суб'єкти та засоби комунікації. До інформаційних об'єктів належать друкована продукція, радіо, телебачення, супутникове мовлення, яке об'єднує в собі телерадіомовлення й Інтернет [172, с. 137]. К. Калюжний дає наступне визначення інформаційному середовищу – це антропогенна частина простору, в якій взаємодіють і самоорганізуються суб'єкти і об'єкти інформаційних процесів, що підтримуються інформаційною інфраструктурою і пов'язані з пошуком, обробкою і зберіганням інформації та знань. Вчений зазначає, що до структури інформаційного середовища входять: інформаційні процеси, документи, інформаційні технології, інформаційна та мережева інфраструктура, інформація як позначення змісту [61, с. 21]. О. Буньківська під інформаційним простором розуміє територію поширення інформації за допомогою конкретних компонентів системи інформації і зв'язку, і функціонування інформаційної діяльності має гарантоване правове забезпечення. До таких компонентів варто зарахувати: матеріальні (технологічні) можливості поширення інформації по горизонталі й вертикалі, її передачі в будь-яких напрямках та наявність регіональних і міждержавних угод, оснований на розумінні того, що жоден із процесів інформації не може розглядатися як феномен винятково національного характеру [18, с. 19].

У нашому дослідженні ми погоджуємось із визначенням О. Баранова, що інформаційна сфера є поняттям ширшим, аніж інформаційний простір і визначається як сукупність інформації та інформаційних ресурсів,

інформаційної інфраструктури, суб'єктів, що здійснюють оборот інформації, тобто її створення, поширення (передавання), зберігання, використання та знищення, та забезпечують цей оборот, суспільних відносин, які при цьому виникають, системи її правового забезпечення, а також інституційної системи державного управління та регулювання цією сферою [9, с. 14].

Зауважимо, що поняття «інформаційне середовище» застосовується в науковому дискурсі разом із поняттям «інформаційний простір». На нашу думку, це пояснюється тим фактом, що діяльність суб'єкта у інформаційному середовищі відбувається, у першу чергу, у просторі, у якому знаходиться суб'єкт. Тобто у центрі інформаційного простору стоїть суб'єкт, який у процесі своєї діяльності створює, накопичує, передає, зберігає інформацію.

Підтвердженням цієї думки є визначення поняття «інформаційний простір» вченими Інституту проблем реєстрації інформації НАН України, які визначають його як «системоутворювальний елемент суспільства, який являє собою сукупність інформаційних ресурсів і інфраструктури, тобто всю сферу формування, поширення і використання соціальної інформації для забезпечення повноцінного функціонування інших елементів соціуму загалом» [44, с. 15].

У своєму дослідженні ми орієнтуємося на визначення інформаційного простору Г. Любовець, В. Король, які констатують, що сучасний інформаційний простір – це певне високодинамічне комунікаційне середовище, яке функціонує за принципом превалювання цілодобових горизонтальних зв'язків, має практично необмежену джерельну базу й потужний взаємодоповнюваний вплив на учасників (об'єкти та суб'єкти – індивідів, окремі групи або співтовариства) комунікаційного процесу [96, с. 12].

Одним із перших дослідників, який звернув увагу на технологічний переворот у суспільстві, був Й. Габермас. Він зазначив, що для інформаційного суспільства характерне піднесення науки над людиною та здатність технологій до саморозвитку. Людям відведено роль пасивних спостерігачів, які не здатні втрутитися в механізми стрімкого світу [231].

Застосування технологічного інструментарію цілеспрямованого інформаційного впливу за допомогою комунікації надає можливість створювати інформаційний простір шляхом конструювання вигаданої реальності, що характеризується підміною реальної дійсності в свідомості людей.

Інформаційний вплив – це організоване цілеспрямоване застосування спеціальних інформаційних засобів і технологій для внесення деструктивних змін у свідомість особистості, соціальних груп чи населення (корекція поведінки),

в інформаційно-технічну інфраструктуру об'єкта впливу та (чи) фізичний стан людини. Інформаційний вплив варто поділяти на інформаційно-технічний та інформаційно-психологічний”. Інформаційний вплив науковці поділяють на інформаційно-технічний та інформаційно-психологічний [57, с. 10].

В межах нашого наукового дослідження ми зосереджуємо увагу на такому виді інформаційного впливу як інформаційно-психологічний вплив. Однак, перш ніж зосередитись на визначенні цього поняття, необхідно проаналізувати значення поняття «вплив». Психологи Г. Балл і М. Бургін трактують вплив як процес, який реалізується у взаємодії двох і більше рівномірно упорядкованих систем, а основним результатом є, насамперед, зміна в структурі, в стані хоча б однієї із цих систем, зміна, перебудова індивідуальних чи групових психічних явищ [8, с. 56]. За визначенням О. Куцого, вплив – це водночас процес та результат зміни особистістю моделі поведінки іншої людини, її установок, певних уявлень, оцінок в процесі комунікації з нею [88, с. 228].

В. Куліков, у своїх наукових дослідженнях підкреслює, що психологічний вплив полягає в проникненні одного індивіда чи певної групи у психіку іншої людини [85, с. 158].

О. Анісімович-Шевчук визначає інформаційно-психологічний вплив як будь-яку форму прояву активності в межах інформаційного простору, що полягає у цілеспрямованому переносі спеціально підібраної інформації у формі

значень певного змісту, знаків (символів), образів або сигналів, в результаті чого в об'єкта формується психоемоційний відгук, який призводить до корегування світогляду (свідомості) в потрібному (позитивному чи негативному) суб'єкту напрямі [4].

Бачення сучасної людини як одновимірної пропонує Х. Маркузе, який зауважує, що людина стає залежною від технічного та економічного прогресу, і її свобода та індивідуальність стають вразливими до суспільних впливів [236]. Вітчизняний науковець Я. Галета акцентує увагу на наявності таких ознак і в українському інформаційному проторі, які проявляються у пасивному споживанні інформації, що замінює активне дозвілля, а також призводить до спрощення світогляду та почуття страху перед відповідальністю за прийняті рішення [27, с. 84]. Аналітики Національного інституту стратегічних досліджень зауважують, що інформаційне право України потребує стратегічних удосконалень, оскільки маніпулювання, фейки, пропаганда, дезінформація та інші порушення стандартів журналістики є складними для управління та осмислення як для держави, так і для медіасередовища [191].

Інформаційно-психологічний вплив на психіку людей відбувається протягом усього їхнього життя. Цей вплив може нести як позитивні, так і негативні наслідки для психіки.

Негативний інформаційно-психологічний вплив виникає через дію на психічний стан, відчуття, думки і вчинки людини винятково психологічних засобів: вербальних, невербальних і паралінгвістичних [36].

Рівень захищеності людини від інформаційно-психологічного впливу за визначенням О. Панченко та А. Кабанцевої залежать від таких внутрішніх факторів як сформованості уявлень про інформаційно-психологічну безпеку (адекватність знань сприяє свідомому формуванню захисних механізмів від інформаційних загроз); рівня критичності та аналітичності мислення (здатність піддавати всебічному аналізу різну інформацію з метою з'ясувати ступінь її логічності та ефективності застосування в цій ситуації) та ступеню

психологічної стійкості (суб'єктивна готовність не піддаватися і не підкорятися інформаційному впливу, стійкість до навіювання (сугестії) [138, с. 229].

В якості основних суб'єктивних критеріїв забезпечення інформаційно-психологічної безпеки в контексті внутрішнього психологічного здоров'я розглядають почуття задоволеності або незадоволеності власною поінформованістю; адекватність відображення навколишнього світу та адаптивність людини [152, с. 10].

Почуття задоволеності пов'язане з відносно стійким позитивним емоційним переживанням і усвідомленням особистістю можливості задоволення своїх основних потреб навіть у несприятливій ситуації, при виникненні обставин, які можуть блокувати або затримувати їхню реалізацію. Це почуття може оцінюватися як почуття емоційної недостатності або надмірності. Порушення безпеки супроводжується виникненням у людини низки станів, пов'язаних з емоційним фоном – тривоги, страху, напруженості, стресу, що може призвести до порушень різних сфер особистості. Стан безпеки, навпаки, супроводжується почуттям спокою, задоволеності, впевненості.

Під адекватністю відображення навколишнього світу розуміють встановлення такого відношення між відображуваним і відображаючим, яке найкращим чином допомагає збереженню і вдосконаленню функціональних якостей особистості. Суб'єктивний образ світу є механізмом побудови відношень особистості із середовищем. Зазвичай особистість реагує адекватно на зміни навколишнього середовища, але у випадку, якщо впливи середовища виходять за межі норм реакції, людина може відтворювати їх неадекватно, інформація може спотворюватися у випадку її неспівпадіння з установками особистості.

Адекватність відображення світу і безпека особистості напряму пов'язані з адаптивністю людини. Адаптацію визначено як результат активного пошуку особистісною системою найбільш оптимального і найбільш стійкого стану системи для конкретного поєднання внутрішніх і зовнішніх умов існування особистості шляхом активізації своїх резервних можливостей в умовах зміни

середовища існування. Процеси адаптації націлені на підтримання збалансованості в системі «людина-середовище». Порушення збалансованості цієї системи породжує напруження адаптаційних компонентів системи і, відповідно, впливає на особистість в цілому [152, с. 10].

Причинами уразливості особистості від негативного інформаційно-психологічного впливу можуть бути як внутрішні чинники (індивідуальні психологічні або фізіологічні властивості, порушення емоційного стану, недостатність знань і досвіду), так і чинники зовнішнього середовища. Психологічні властивості особистості (уразливості, слабкості) впливають на її дії, вчинки, поведінку у процесі життєдіяльності. Інформація може деструктивно (негативно) впливати різними методами, основними серед яких є дезінформування, пропаганда, маніпулятивність повідомлень, поширення чуток та фейків [197, с. 203].

Дезінформація як умисне поширення спотворених та усвідомлено хибних тверджень для досягнення певної мети становить небезпеку перетворення соціальних медіа на простір інформаційних війн і втягнення в них цільових аудиторій.

Одним із розповсюджених видів негативного інформаційно-психологічного впливу комунікації є маніпулювання. Підвищена маніпулятивність є визначальною рисою мас-медійного дискурсу сьогодення [146, с. 59]. В Оксфордському словнику англійської мови маніпулювання визначено як «акт впливу на людей... майстерне управління ними...або оброблення». Об'єктами дій маніпулятора є духовний і психологічний складники, психоемоційні патерни людської особистості [237].

Мета маніпулювання свідомістю полягає насамперед у поширенні ворожих, шкідливих ідей і поглядів, дезорієнтації та дезінформації мас, послабленні архетипів і стереотипів суспільства для нівелювання його національної ідентичності, створення образу ворога як зовнішнього, так і внутрішнього, залякуванні противника своєю (реальною чи псевдо-) могутністю.

Маніпулювання свідомістю можливе тільки через нерозуміння або недостатньо адекватне усвідомлення індивідами їхніх раціональних інтересів, внутрішніх мотивів і шляхів реалізації. Це незнання дає одним індивідам можливість використовувати інших за допомогою маніпулювання, створення ілюзорних цілей і фіктивних методів їх досягнення. Іншими словами, маніпулювання примушує індивідів робити вибір, не вигідний їм, але вигідний маніпуляторам. Оскільки картина світу неповна, її прогалини маніпулятор замальовує, фальсифікує. Внаслідок чого з'являється спотворена картина реальності, в якій створено уявні цілі, помилкові шляхи до реалізації справжніх мотивів. Таким чином, люди, якими маніпулюють, дозволяють використовувати свої життєві та соціальні ресурси для отримання маніпуляторами первинних цінностей. Мета маніпулювання полягає в тому, щоб спонукати індивіда до ірраціонального вибору і згоди на використання у власних цілях [176, с. 41].

Маніпулюванням у мовній комунікації, за визначенням А. Калити та Л. Тараненко, є здійснюваний мимоволі або з визначеною метою прихований непрямий психо-комунікаційний вплив на реципієнта, групу осіб чи масу людей, що забезпечує зміну взаємопов'язаних алгоритмів і режимів функціонування їх свідомості, підсвідомого і безсвідомого [59, с. 16].

Як певну владу над духовним станом людей, управління ними за допомогою навіювання стереотипів мислення визначає маніпулювання свідомістю О. Саєнко та виокремлює ряд компонентів: подання «потрібної» в конкретний момент інформації; умисне приховування правдивої інформації, забезпечення інформаційного перевантаження, що не дає змоги людині з'ясувати справжню ситуацію [165, с. 23].

Також вчена виокремлює три рівні дії маніпулювання: посилення наявних у свідомості людей потрібних установок, ідеалів, цінностей, норм, їх закріплення у світогляді й життєвих установках; незначна зміна поглядів на певну подію, процес, факт, що також впливає на політичну позицію та емоційне ставлення до конкретного явища; докорінна, кардинальна зміна життєвих

установок на основі повідомлення драматичних, незвичайних нових даних, відомостей [165, с. 24].

Серед ознак маніпулятивного стилю М. Філоненко виокремлює такі: застосовується гнучка, «пристосовча» модель спілкування, за якої до іншого суб'єкта ставляться як до засобу досягнення зовнішніх по відношенню до нього цілей. Іншому суб'єкту демонструється лише те, що допоможе досягненню мети – змінити його точку зору. Застосовується під час виконання багатьох професійних завдань: навчання (суб'єкту необхідно дати нові знання про світ), переконання, управління. Лідером у процесі такого спілкування стає той, хто краще володіє маніпулятивними технологіями. Етичний аспект практично не враховується [192].

Психологічна шкода, завдана особистості патологічним контентом з використанням маніпулятивних інструментів, може проявлятися такими серйозними наслідками: спотворенням світогляду; психологічною втечею від реального життя; порушенням картини світу й образу майбутнього; примушенням до певного (обраного кимось іншим) стилю мислення, емоційного стану і моделей поведінки; перешкоджанням особистості в самостійному і вільному виборі стилю мислення і життя; психологічній експлуатації; зміні емоційного фону життєдіяльності, депресивних настроїв, емоційної лабільності; порушенням нормативного психічного розвитку і соціального функціонування; посиленням психосоматичних проявів і нервово-психічних розладів; поглибленням інфантилізації; формуванням неадаптивних моделей поведінки; звуженням кола соціальних контактів.

Ще одним розповсюдженим видом негативного інформаційно-психологічного впливу є пропаганда, яку В. Зеленін визначає як практику застосування спеціальних форматів, видів, засобів, каналів та технологій соціально-психологічного впливу для перебудови чи укріплення існуючої системи суспільно-політичних поглядів, світогляду людей [49, с. 34].

Пропаганда у більшості випадків подає інформацію селективно для спонукання аудиторії до здійснення відповідних узагальнень, або застосовує

повідомлення, які є емоційно заряджені, з метою формування відповідної емоційної реакції на надану інформацію. Отримання потрібного результату є зміна відношення до суб'єкта в цільовій аудиторії, щоб давати хід таємним політичним планам [189, с. 94].

Також науковці підкреслюють, що пропагандист має чітко визначену мету, і з метою її реалізації, він умисно підбирає відповідні факти чи аргументи і надає їх відповідним чином, з метою досягнення найкращого результату. Щоб отримати найкращий ефект, пропагандист може змінювати та спотворювати надані ним факти [218, с. 181].

Г. Почепцов та С. Чукут розглядаючи пропаганду як відповідну систему контролю за публічною інформацією, зазначають, що вона включає в себе перелік тем, які мають тісний зв'язок, а саме: здійснення відповідного контролю за публічною інформацією та за сферою засобів масової інформації, її діяльності та визначають пропаганду як певну форму комунікації, основною метою якої є поширення фактів, аргументів, чуток та іншої інформації з метою здійснення впливу на суспільну думку для досягнення користі у визначеній спільній справі [149].

Як застерігає П. Горностай, в умовах жорсткої пропаганди можуть стрімко змінюватися суспільні настрої, переоцінюватися цінності, відбуватися помітні зміни в суспільній свідомості та груповому несвідомому. Це може породжувати всі форми міжгрупових конфліктів. Актуальною проблемою є руйнування традиційного уявлення про інформацію, як таку, що може зазнавати верифікації (підтвердження або спростування). Девальвується поняття «правди», яка нібито перетворилася на інформаційний продукт, позбавлений ознак істинності, який набуває будь-яких функцій залежно від цілей замовника і виробника. Особистість дуже сприйнятлива до споживання різних інформаційних продуктів. Інтенсивна і тривала пропаганда в умовах інформаційної війни за відсутності (недоступності або ігнорування) інших джерел інформації може значно змінювати психологію людини

і перетворювати її на маріонетку тих, хто розробляє і регулює цей інформаційний потік [32, с. 108].

У зв'язку з тим, що пропаганда є тривалим процесом та має більш масштабні завдання, ніж інформаційне маніпулювання, тому потребує більшої підготовки та застосування відповідних засобів, технологій та методів [189, с. 93].

Як інструмент пропаганди вітчизняний науковець Д. Дубов визначає поняття «фейк/фейкові новини» (fake news) [191].

У перекладі з англ. слово fake означає підробку, фальшивку, шахрайство. Це слово увійшло в наш лексикон і тепер використовується у всіх відмінках, відмінах тощо; використовується дієслівна форма слова – фейкувати та прикметникова форма – фейковий [167, с. 89].

Вдалою на наш погляд є, запропонована М. Кіцою, систематизація фейків за метою їх створення. Вчена розрізняє фейки для розпалювання міжнаціональної (расової, релігійної тощо) ворожнечі; для відвернення уваги аудиторії від правди; для рекламування когось або чогось; для принесення прибутку медіа, що його поширюють («жовтій пресі»); для запламування чиеїсь репутації та розважальні [74, с. 284].

Стрімке розповсюдження фейкових повідомлень обумовлене особливостями українського інформаційного простору, коли фейки поширюють не лише через соціальні мережі, але й у медіа, що пояснюється наявністю сумнівних онлайн-медіа з короткою історією, маленькими редакціями, в яких іноді немає журналістів, а оприлюднені матеріали здебільшого не авторські, а запозичені з відкритих інтернет-джерел або підготовлені на їх основі. Також існують сайти, що належать ніби-то медіа, розробники яких за допомогою маніпулятивних формулювань та обурливих клікбейтних заголовків намагаються підвищити відвідуваність, але значно знижують якість контенту [162, с. 658].

Крім цього, нерідко користувачі потрапляють в «інформаційну бульбашку» – стан, в якому користувач отримує відфільтровану інформацію,

релевантну користувачьким інтересам. Головним недоліком «бульбашки» (фільтрів) є отримання неповної, обмеженої інформації для користувача. Цей термін ввів і детально описав у книзі «The Filter Bubble: What the Internet Is Hiding from You» Е. Парайзер [226]. Також він описує явище використання цього феномену соціальними мережами та пошуковими машинами для вибіркового формування контенту, який є більш прийнятним для конкретної особистості, для подачі його у її «споживання». Користувач має володіти певними інформаційними уміннями, щоб вийти з такої бульбашки та дослідити інформацію з усіх точок зору.

Іншим механізмом пристосування до сучасного темпу подачі великих обсягів інформації є феномен «кліпового мислення», тобто мислення миттєвого сприйняття, сприйняття тут і тепер, навіть можна сказати, що це не мислення, а миттєва реакція на якийсь об'єкт, що заважає людині бути цілісною [37]. Сучасна людина бачить світ поверхово, через образи, які їй подають медіа. Це явище у концепції поняття кліпової культури окреслив Е. Тоффлер у книзі «Третя хвиля» та описав як: «...на особистісному рівні нас осаджують і засліплюють суперечливими фрагментами образного ряду, що до нас і не відносяться, які вибивають ґрунт з-під ніг наших старих ідей, обстрілюють нас розірваними, позбавленими сенсу «кліпами», миттєвими кадрами» [185].

Ще одним видом феноменом, що має потенційний вплив на процеси прийняття рішень та поведінку індивіда є когнітивні викривлення. Англійський філософ і науковець Ф. Бекон вважав, що людина має схильність до прийняття помилкових уявлень про світ навколо себе. Різні види помилкових уявлень, які перешкоджають об'єктивному пізнанню світу вчений назвав «ідолами», які можуть бути створені розумом людини, а також виникати в результаті впливу соціального та культурного середовища. Запропоновані «ідоли» науковець згрупував у 4 групи: ідоли ринку (пов'язані з недостатньо точними та нечіткими мовними конструкціями); ідоли печери (пов'язані з індивідуальними особливостями сприйняття); ідоли театру (пов'язані з недостатнім дослідженням філософських теорій та концепцій) та ідоли племені (пов'язані

з соціальним впливом через культурні стереотипи та загальновизнані погляди) [221].

Крім того, спосіб подачі інформації та її відбір можуть вплинути на сприйняття нових ідей та фактів. Такого типу когнітивні викривлення виступають підґрунтям для створення різних механізмів маніпулятивного психологічного впливу. Якщо знати, які переконання домінують у суспільстві, в певному віковому / соціальному / професійному прошарку, то маніпулятор може створити контекст, під час поширення якого відбувається введення споживача в оману та донесення дезінформації, підміна понять, ігнорування або замовчування необхідних фактів, важливих подій та аргументів [205].

У відповідь на гострі дискомфортні втручання особистість мимоволі та свідомо активно застосовує різноманітні механізми психологічного захисту, спрямовані на вироблення алгоритмів виявлення й осмислення психологічних загроз, вироблення шляхів впливу на джерела їх надходження для уникнення, ліквідації або нейтралізації.

Загалом феномен безпеки тісно пов'язаний зі всіма проявами життєдіяльності. Людина повсякчас перебуває в перманентному стані, від якого по суті залежить її подальша діяльність. На суб'єктивному рівні стан психологічної безпеки особистість переживає як відсутність загрози значущим цінностям і психологічному комфорту в конкретних життєвих ситуаціях. Інтенсивність цих переживань залежить від особливостей індивідуального осмислення дійсності. На соціальному рівні потреба в безпеці стає провідною, детермінуючи мотивацію соціальної поведінки особистості, специфічно трансформуючи інші базові групи потреб.

Як зазначає З. Бауман, сучасні загрози викликані повсякчасним ускладненням процесу пристосування людини, соціальних груп, інститутів до актуальної реальності, яка швидко і безперервно змінюється. Спричинені бурхливим технологічним розвитком зміни призводять до утворення безлічі автономних реальностей, які безпосередньо впливають на внутрішній світ

людини і її цінності, етику, ставлення до політики, власне сприйняття світу [222, с. 4].

Виокремлення інформаційно-психологічної безпеки людини із загальної проблематики інформаційної безпеки як самостійного напрямку визначається вченими низкою причин. По-перше, постає перехід до інформаційного суспільства, збільшення масштабів та ускладнення змісту й структури інформаційних потоків, які значно посилюють їх вплив на психічний стан людини. Це визначає необхідність формування нових механізмів і засобів виживання людини як особистості й активного соціального суб'єкта в сучасному світі. По-друге, взаємодія психіки людини з інформаційним середовищем відрізняється своєю специфікою та не має адекватних аналогів в інформаційній взаємодії інших біологічних, технічних, соціальних і соціотехнічних систем [187].

Таємний примус особистості як спосіб управління використовують на всіх рівнях соціальної взаємодії людей – від міжособистісного спілкування до масової комунікації, що притаманне різним культурам та історичним умовам [214, с. 205].

Так, В. Кириченко вважає, що у стані загальної невизначеності більшість подій, що відбуваються навколо, а особливо ті, які не вписувалися в усталену картину світу особистості, людина сприймає радше негативно, з певною пересторогою, що додає до її загального психічного виснаження ще й емоційне вигоряння. У такому стані пересічні люди здатні повірити у будь-що, аби хоча б на рівні примарних ідей вберегти цілісність своєї психіки та впорядкувати внутрішній життєвий простір [67, с. 94].

Захисні механізми у психіці людини формуються з раннього дитинства і розвиваються протягом усього життя. Ці механізми ніби оберігають усвідомлення особистістю різних негативних емоційних переживань і перцепцій, сприяють збереженню психологічного гомеостазу, стабільності, превенції внутрішніх конфліктів і відбуваються на усіх рівнях психологічної системи суб'єкта.

Існування захисних механізмів вважається експериментально підтвердженим, їх наявність не спростовується, однак номенклатура захисних механізмів різноманітна і специфічна, бракує також єдності і в термінології: поняття «психологічний захист», «психічний захист» та «психологічний самозахист» достатньо не розмежовані, мають широкий міждисциплінарний характер та розглядаються в оптиці загально-наукової категорії «захист».

Загальнофілософське поняття «захист» позначає дію зі значенням захищати, захистити, захиститися; захистити тотожне захищати, а захиститися – захищатися; захищати вживається в значенні обороняти, охороняти кого-, що-небудь від нападу, замаху, удару, ворожих, небезпечних і т.ін. дій, у значенні пильно стежити за недоторканністю чого-небудь і багато робити для цього та прилюдно обстоювати, боронити твердження, судження тощо [20, с. 424].

Спираючись на основну функцію будь-яких захисних проявів особистості, а саме функцію захисту, В. Шебанова включає у схему опису процесу захисту чотири основні елементи: предмет захисту (те, що підлягає захисту); погроза (те, від чого необхідно захищатися); втрата (для уникнення чого відбувається захисний процес) і засіб захисту (спосіб, яким відбувається захист) [212, с. 248].

У Сучасному тлумачному психологічному словнику наведені визначення поняттям психічного та психологічного захисту. Захист психічний визначено як сукупність несвідомих психічних процесів, що забезпечують охорону психіки й особистості від небезпечних негативних і деструктивних дій внутрішньопсихічних і зовнішніх імпульсів, а захист психологічний визначений як спеціальна регулятивна система стабілізації особистості, спрямована на усунення або зведення до мінімуму почуття тривоги, пов'язаного з усвідомленням конфлікту. Під психологічним захистом розуміють «стиль поведінки, який усуває психологічний дискомфорт, через який може сформуватися така риса особистості, як негативізм...» [210, с. 150]. У словнику із конфліктології психологічний захист розглядають як «спеціальну регулятивну систему, стабілізацію особистості, яка спрямована на усунення або

зведення до мінімуму відчуття тривоги, пов'язаного з усвідомленням конфлікту, і здійснюється через захисні механізми (компенсацію, гіперкомпенсацію, втечу, раціоналізацію, витіснення, ідентифікацію, заміщення або перенесення, регресію й аутогресію, протест або відмову, сублімацію, конверсію, фантазування тощо)» [86, с. 61].

Вчення про психічний захист започатковано у класичному психоаналізі ХХ ст. Теоретичні погляди сучасних дослідників спираються на ідеї З. Фрейда й А. Фройд. Першим, хто наголосив на важливості дослідження феномена психологічного захисту був З. Фройд, який відносив його до найвагоміших понять, що є провідним у формуванні Я особистості, а також відіграє істотну роль у становленні характеру [229, с. 73]. Продовжила дослідження батька, А. Фройд, яка акцентувала увагу на зберігаючому характері захисних механізмів, вказуючи на те, що вони попереджують дезорганізацію і розпад поведінки, підтримують нормальний психічний статус особистості. А. Фройд дала першу розгорнуту дефініцію захисних механізмів, які визначила як діяльність Я, яка починається, коли Я є під дією надмірно активних спонукань або відповідних афектів, які становлять загрозу для нього. Вони функціонують автоматично, не узгоджуючись зі свідомістю [195].

Наявність конфлікту, тобто неузгодженості між внутрішньою психологічною структурою особистості і вимогами зовнішнього середовища, є головною у розумінні захистів такого рівня. Причому йдеться не про конфлікт, що виникає внаслідок будь-якої ситуації – стандартної, специфічної, складної або екстреної, в якій людина сприймає, усвідомлює й оцінює обставини, формує свідому мету, створює програму дій. Йдеться про внутрішній психологічний конфлікт, за яким потреба, що зароджується, або потребує реалізації, або вже реалізована особистістю суперечить її особистісно значущим цінностям на противагу психоаналітичному конфліктові між інстинктом і соціальними нормами [110, с. 26].

Психічний захист тісно пов'язаний із відчуттям психологічної захищеності. Його суб'єктивними критеріями є почуття належності до групи,

висока самооцінка, реалістичний рівень домагань, схильність до надситуативної активності, адекватна атрибуція відповідальності, відсутність підвищеної тривожності, неврозів, страхів тощо [154].

С. Яковенко зауважує, що психічний захист, діючи несвідомо, хоча й може миттєво забезпечити емоційне благополуччя, але перекручує реальність і діє без урахування довготривалої перспективи. Такого результату досягають дорогою ціною спотворення дійсності, деформацій і відхилень у розвитку особистості, втрати ідентичності або формування нової ідентичності людини, самовпевненої та необережної. Особливістю психічного захисту є його неусвідомленість. Зокрема часто не усвідомлюється сама потреба в терміновому зниженні впливу психотравмуючого фактора [216, с. 334].

На думку українського психолога А. Фурмана роеакція суб'єкта на ситуацію загрози здоров'ю чи усталеній життєдіяльності актуалізує роботу механізмів психічного захисту, що максимально задіює внутрішні резерви психологічного опору зрілої особистості негативним впливам навколишнього світу [196].

Класичною у дослідженнях психологічних захистів у психології є концепція Р. Плутчика. Вона концептуально базується на загальній психоеволюційній теорії емоцій. Р. Плутчик виділяє вісім захисних механізмів, що становлять сферу психологічного захисту, серед яких заперечення, компенсація, раціоналізація, регресія, заміщення, проекція, гіперкомпенсація, витіснення [238]. Вподальшому Р. Плутчик, спільно з Г. Келлерманом та Х. Конте досліджували залежність між психічним захистом та особистістю і стверджували, що захисні механізми характеризують емоції, покладені в їх основі. Ці учені розробили фундаментальні концептуальні підходи, в яких врахововано структурну теорію захисту і методику діагностування основних захисних механізмів на базі психоаналізу та загальної психоеволюційної теорії емоцій [239].

Так, Р. Плутчик виокремлює вісім базисних адаптивних реакцій (інкорпорація, відхилення, протекція, руйнування, відтворення, реінтеграція,

орієнтація, дослідження), які є прототипами восьми базисних емоцій (страху, гніву, радості, суму, прийняття, відрази, очікування, подиву). Поєднання основних емоцій відображає весь афективний спектр. Захисні механізми, що є похідними емоцій, науковець класифікує як базові (заперечення, витіснення, регресія, компенсація, проєкція, заміщення, інтелектуалізація, реактивні утворення) і вторинні (до них належать всі інші). Зазначимо, що структура психічного захисту, на думку автора, повторює структурну модель емоцій. Так, заміщення розглянуто як несвідомий спосіб подолати гнів, що не може бути виражений прямо і безкарно, проєкцію – несвідому спробу осилити самонесприйняття через атрибуцію цього почуття іншою людиною. Список співвідношень не обмежено лише співвідношенням між адаптивними реакціями, емоціями і видами захисту.

Емоції виражаються у послідовних подіях: оцінка ситуації з погляду значимості для благополуччя індивіда, переживання і певні фізіологічні зміни, що спонукують до тієї або іншої поведінки. Термін «емоція» Р. Плутчик відносить до всього цього комплексного ланцюга реакцій, а стан переживання, що звичайно розуміється як емоція, – тільки ланка у цьому ланцюзі. Саме у такій послідовності (когнітивний, емоційний і поведінковий компонент) відбувається онтогенетична організація й актуальне функціонування механізмів захисту. Таким чином, емоція починається з деякої ініціюючої когнітивної оцінки. Але оцінка ситуації може бути помилковою або ж спочатку адекватною, але потім перекинутою для зміни емоційного переживання [238].

Професор В. Крисько висновує, що «коли психологічний вплив скерований насамперед на когнітивну сферу людей, то його результати позначаються передусім на зміні в потрібний бік її уявлень, характеру сприйняття інформації, яка надходить і, в підсумку, появи її «картини світу». Коли під прицілом виявляється емоційна сфера психіки, то це позначається на внутрішніх переживаннях, а також на міжособистісних стосунках. Поєднання впливів на обидві названі сфери дає змогу впливати на вольову активність людей і таким способом управляти їхньою поведінкою. Вплив на поведінкову

сферу дає змогу створювати соціально-психологічний комфорт і дискомфорт, змушувати людей співпрацювати або конфліктувати з оточенням [83].

Згідно з класифікацією особистостей М. Келлермана і Р. Плутчика існують кілька базових вроджених схильностей до психічних захворювань, названих диспозиціями, кожна з яких пов'язана з певною емоцією, що продукує відповідний захисний механізм [101]. Вроджена схильність до психопатології під дією механізмів психічного захисту та домінуючих емоцій формує характерологічні особливості суб'єкта. Сам автор значущість своєї теоретичної моделі психічного захисту вбачає у встановленні відносин між самими захистами, між захистами й емоціями, а також у розкритті адаптивного потенціалу цих відносин.

Ж. Денисюк зазначає, що психологічна захищеність зазвичай розглядають взаємопов'язано із психологічним захистом людини і механізмами, що її забезпечують. У цьому контексті як психологічну захищеність розуміють досить стійке позитивне емоційне переживання та усвідомлення індивідом можливості задоволення своїх основних потреб, забезпеченості власних прав у будь-якій ситуації, навіть у разі виникнення обставин, які можуть блокувати або ускладнювати їх реалізацію.

Як сновний механізм забезпечення психологічної захищеності Ж. Денисюк розглядає психологічний захист як спеціальну регулятивну систему стабілізації особистості, спрямовану на усунення або зведення до мінімуму почуття тривоги, пов'язаного з усвідомленням конфлікту. Відповідно до такого підходу, основну її функцію вчена оборону сфери свідомості від негативних, травмуючих особистість переживань [39].

Теоретичний аналіз психічних / психологічних захистів суб'єкта виявив надзвичайну їх різноманітність: від активних, гнучких і конструктивних, до пасивних, ригідних і дезадаптивних.

Психологічний захист є одним із найбільш суперечливих компонентів у структурі особистості, оскільки одночасно сприяє як стабілізації особистості, так і її дезорганізації.

Наприклад, Є. Доценко визначає психологічний захист як вживання суб'єктом психологічних засобів усунення або послаблення збитку, завданого йому іншим суб'єктом [46].

Як зазначає З. Сивогракова, у наукових працях Ф. Бассіна, Б. Зейгарник, Є. Соколова, Г. Салівана та ін. зустрічається схоже трактування поняття «психологічний захист». Вчені пояснюють психологічний захист як систему регуляції, яка включається у процеси самоактуалізації особистості в періоди, коли цей процес починає ускладнюватися. Більшість дослідників, яких можна віднести до цього напрямку трактування захисту, вважали, що захист є свідомим для особистості [171, с. 281].

З іншого боку, розглядають психологічний захист як шкідливий, коли його ефекти не послаблюють чи усувають причини порушень гармонійності й урівноваженості структури суб'єкта, а спричиняють психосоматичні захворювання, деформації психологічної цілісності, труднощі в адаптації до різних умов та всебічного розвитку суб'єкта.

Так, О. Максименко вважає, що кінцевими результатами впливу захисних механізмів є об'єктивна дезінтеграція поведінки, самообман, уявне, паліативне вирішення конфлікту або навіть невроз; використання механізмів психологічного захисту може провокувати розвиток хвороб, зриви у навчальній, професійній діяльності, антисоціальні та неадекватні вчинки [103, с. 46].

Однак, наприклад, В. Шебанова висновує, що психологічний захист не можна однозначно розглядати як корисне або шкідливе явище. Його позитивним наслідком можна вважати те, що захисні механізми особистості несвідомо оберігають психіку від травм, дають змогу зберегти стійкість особистості на тлі дестабілізуючих переживань і домогтися більш-менш успішної адаптації. Корисний (адаптивний) ефект психологічного захисту здебільшого проявляється, коли масштаб конфлікту, який загрожує цілісності особистості, невеликий. Однак, психологічний захист має і негативні наслідки, адже заважає людині усвідомити свої омани щодо власних рис характеру

і мотивів поведінки, часто ускладнюючи ефективне вирішення особистісних проблем. Перекручування змісту подій і переживань, щоб не завдати травми психіці, позбавляє людину можливості активно впливати на ситуацію й усувати джерело переживань [212, с. 247].

Прояв психологічного захисту Ж. Годфруа характеризує так: «Якщо людина не здатна ефективно контролювати деякі життєві ситуації, то на допомогу їй приходять механізми психологічного захисту «Я», які забезпечують їй несвідому компенсацію цієї нездатності та послаблюють пов'язані з нею стрес і тривогу. Такі механізми дають людині можливість досягти задоволення потреб – іноді реального, а частіше занадто сильно відірваного від реальності – запереченням чи перекручуванням дійсності та запереченням тих уявлень і спонукань, що породжують тривогу» [29].

В житті кожної людини виникають різні емоційно напружені і негативні ситуації, переживання яких призводить до особистісних порушень, неприємностей, афектів, деструкцій. Розвиток емоційного напруження відбувається протягом трьох стадій, що супроводжуються емоційними, когнітивними та біохімічними змінами в організмі: I – активізація організму – вона характеризується підвищенням розумової і фізичної працездатності, активності, що допомагає орієнтуватися й адаптуватися в нових умовах, складній роботі, способах досягнення мети тощо; II – максимальна мобілізація всіх ресурсних можливостей організму, що у психології проявляється як злість, лють, одержимість; III – астенизація – виникає в ситуаціях виснаження ресурсів організму і недосягнення цілі, що психологічно супроводжується сукупністю негативних емоцій – тривогою, тугою, жахом [240, с. 141]. Якщо перші дві стадії допомагають людині в її діяльності, то актуальність третьої сигналізує про завищені амбіції, на досягнення яких не вистачає індивідуальних ресурсів. Якщо виниклі здаються людині непереборними, то напруження зростає, що призводить до емоційного збудження, яке перешкоджає раціональним процесам вибору: людина хвилюється, впадає в паніку, втрачає контроль над собою, що

призводить до різноманітних деструктивних наслідків. Часто позбавленню цих наслідків або їх мінімізації сприяють механізми психологічних захистів.

Так, С. Макаренко стверджує, що найголовнішим у дії психологічного захисту є полаблення суб'єктивної значущості факту, який негативно впливає на психіку. При цьому бажання захистити себе від дії негативних чинників проявляється на свідомому та несвідомому рівнях [102, с. 207]. Такого ж підходу дотримуються Т. Кирпенко та Ю. Бохонкова, розглядаючи психологічний захист разом з опанувальною поведінкою як комплекс єдиних механізмів адаптивної поведінки суб'єкта, тобто як механізми психологічного самозахисту, що містять різні рівні регуляції (як неусвідомлювані, так й усвідомлювані) [72, с. 30].

В єдине поняття «опанувальна поведінка» об'єднує механізми психологічного захисту, копінг-стратегії і механізми антиципації І. Абітов через єдиність функції, ситуаційно актуалізовану неможливість подолати стресову ситуацію з використанням механізмів антиципації і копінг-стратегій, що запускає психологічні захисти [213, с. 139].

На думку Т. Яценко, психологічні захисти є результатом гармонізації свідомого та несвідомого в поведінці суб'єкта, що функціонально поєднують такі різновиди, як базові та «периферичні» (ситуативні) захисти. Цей шлях сприяє посиленню «Я» через розуміння власного несвідомого і зняття тим самим суперечностей. Свідоме значною мірою обслуговує деструктивні тенденції захисної системи, що виражається в певних його спотвореннях, ілюзіях, специфічних для кожного індивіда. Частіше можна констатуватине односторонній вплив несвідомого на свідоме, ніж навпаки [217, с. 114].

А. Гірняк стверджує, що психологічний захист не є вродженою особистісною структурою. В процесі соціалізації психологічні захисні механізми виникають, змінюються, перебудовуються під соціальними впливами. Усі захисні механізми мають дві загальні характеристики: вони діють на неусвідомлюваному рівні і тому є засобами самообману та

спотворюють, заперечують, трансформують або фальсифікують сприйняття реальності, щоб зробити тривогу менш загрозливою для індивіда [28, с. 41].

Розбіжність думок щодо кількості видів психологічного захисту можна пояснити різницею в концептуальних підходах до їх визначення та супідрядності, тому представники різних психологічних шкіл пропонують різні варіанти класифікації захисних механізмів.

Оптимальною, на наш погляд, є класифікація, яку запропонували Л. Дьоміна і І. Ральнікова, структурована за трьома показниками:

1) захисти, що опосередковують сприйняття інформації (природні) – блокування інформації, несвідоме виключення її зі сфери свідомого у вигляді витіснення, придушення, аскетизму та нігілізму;

2) захисти, які опосередковують різноманітні форми спотворення (трансформації) інформації (інтегративні) – несвідоме оцінювання змісту небажаної для психіки інформації, її змін, неадекватність оцінювання тощо. Внаслідок дії цих механізмів особистість починає володіти неадекватною до реальності інформацією і жити у світі ілюзій, у неї можуть розвиватися агресія, десакралізація, ідеалізація, проєкція, трансформація, ідентифікація, гра ролі, інверсія, реактивне утворення, зворотне відчуття, формування реакції, гумор, емоційне вигорання, знецінювання, раціоналізація, компенсація, сублімація, субституція, маска, екранування, інтелектуалізація, інтросекція, ретрофлексія;

3) захисти, що базуються на первинних примітивних формах психічних проявів (ретрозахисти) – використовують механізми, які виникли в дитинстві, практично без змін. Схильність до цього типу захисту опосередковано вказує на деяку особистісну й соціальну інфантильність людини. Цей тип найближчий до розвитку деструктивних, інколи патологічних властивостей особистості, адже у разі його застосування формуються риси підпорядкування та залежностей: відступ, самозамкнення, скам'яніння; втеча у віртуальну реальність / віртуальність, регресія, примітивні механізми, заперечення,

розщеплення, проєктивна ідентифікація, парціальна перцепція, рухова активність, оглушення [151, с. 153].

Майже в усіх інтерпретаціях психологічного захисту виокремлюють його змістову й діяльнісну домінанти – оберігання людської свідомості і самосвідомості від несприятливих зовнішніх / внутрішніх втручань, конфліктів, проблем. По суті, інтенсивність психологічного захисту і специфіка його механізмів дають змогу особистості по-різному прийняти себе (або не прийняти) на всіх рівнях психологічної структури особистості – сенсорному, когнітивному, конотативному та ін. [116, с. 424].

Зовнішньопсихологічні захисні механізми виражаються через вплив негативних, травмуючих або неприйнятних емоційних переживань у фізичній, психологічній, правовій, політичній, економічній та духовній сферах життя людини.

С. Максименко, В. Татенко та Т. Яценко розглядали феноменологію опанувальної поведінки та психологічного захисту, що представлена положеннями про функціональні особливості неусвідомлюваної сфери особистості та взаємозв'язок свідомої та несвідомої сфер [56; 105; 183; 217].

Механізми психологічного захисту і механізми опанування (копінг-стратегії) співвідносяться як різні рівні цілісної індивідуальної системи саморегуляції. Тому розмежувати їх досить складно через те, що вони мають однакові цілі – і захист, і копінг-поведінка починають діяти для додання суб'єктивно важких для особистості ситуацій, а також в їх основі лежать подібні Я-процеси [179, с. 33].

В розумінні закономірностей включення механізмів захисту і копінг-процесів в адаптаційний процес серед дослідників єдиної думки не склалося. Л. Степаненко припускає, що копінг-процеси беруть початок зі сприйняття виклику, що запускає когнітивні, моральні, соціальні і мотиваційні структури, дія яких є основною для адекватної відповіді. У ситуації нових для особистості вимог, за яких відповідь не є гідною кандидатурою, виникає копінг-процес.

Якщо нові вимоги непосильні для особистості, тоді копінг-процес може приймати форму захисту [179, с. 34].

Протилежної думки притримуються М. Богданова, Є. Ісаєва та А. Соколова, які підкреслюють первинність механізмів захисту стосовно копінг-стратегій; механізми захисту визначаються як передумова дії копіngu. Аргументом, які вчені вказують у своїх дослідженнях є те, що механізми захисту формуються в ранньому дитинстві, а копінг-стратегії є похідними, свідомими, вторинними механізмами захисту, формуються протягом життя людини і розвиваються на всіх життєвих етапах становлення особистості [79].

Здійснити розмежування понять копіngu і механізмів психологічного захисту пропонує Н. Хаан. На думку авторки, копінг є динамічним «параметром», який особистість використовує свідомо, щоб активно змінювати ситуацію. На відміну від копіngu, механізми психологічного захисту є статичними «параметрами», які реалізують пасивні механізми, залежні від інтрапсихічної діяльності і спрямовані на пом'якшення психічного дискомфорту [230].

Водночас, Н. Родіна розглядає поняття «механізми психологічного захисту» і «механізми опанування» (копінг-поведінка, подолання) як найважливіші форми адаптаційних процесів і реагування індивідом на стресові ситуації, що доповнюють один одного [159, с. 99]. Послаблення психічного дискомфорту відбувається в межах неувідомленої діяльності психіки за допомогою механізмів психологічного захисту. Копінг-поведінку використовують як стратегію дій особистості, спрямовану на усунення ситуації психологічної загрози. Кожна людина у стресовому стані має унікальну комбінацію ресурсів адаптації, а також власну стратегію поведінки та способи дії у стресогенних ситуаціях. Ця комбінація є основою індивідуального стилю боротьби особистості у стресовому стані.

Захисні механізми для подолання психологічного напруження й тривоги, здебільшого спотворюють інформацію, натомість, копінг-стратегія виробляється усвідомлено, спонукаючи особистість пристосуватись, впоратися,

подолати проблемні ситуації або ж уникнути їх наслідків. Сенс захисних механізмів – зміна образу світу за принципом задоволення (несвідомий копінг). Захисні механізми є більш нав'язаними, ригідними, вони спотворюють реальність [160; 161].

Наукові пошуки в межах об'єднання захисних механізмів і копінг-механізмів у цілісну систему психологічної адаптації особистості привели дослідників І. Абітова, В. Боснюка, О. Ісаєва, Р. Лазаруса, Д. Родіонова, О. Сергієнка, С. Фолкмана, Н Хаан до виділення єдиного конструкту – захисно-опанувальної поведінки [125].

Популярнішим на сьогодні для трактування поняття «копінг» є транзакційний підхід, видатними представниками якого вважаємо Р. Лазаруса та С. Фолькмана [227, с. 54]. Ці учені поняття «копінг» розуміють як постійний процес взаємодії між індивідом і середовищем, сукупність постійно змінюваних когнітивних і поведінкових зусиль, спрямованих на подолання різноманітних перешкод, які можуть перевищувати ресурси людини [233, с. 774; 234, с. 773].

Нині більшість дослідників розглядають психологічні захисні механізми як інтрапсихічну адаптацію через підсвідоме опрацювання інформації, що надходить. У цих процесах задіяні сприйняття, пам'ять, увага, уява, мислення та емоції. Однак кожного разу основний обсяг роботи з подолання негативних переживань бере на себе якась одна з них. Захисні механізми, актуалізовані у складній ситуації, стають бар'єрами на шляху просування інформації. Внаслідок взаємодії із ними тривожну для особистості інформацію захисний механізм допомагає або ігнорувати, або спотворювати, або інтелектуалізувати. Завдяки цьому формується специфічний стан свідомості, що дає змогу людині зберегти гармонійність і врівноваженість структури власної особистості.

Отже, психологічний захист може одночасно як стабілізувати (усунути або послабити напруження від негативних емоційних переживань), так і дезорганізувати людину (ускладнити проблему, посилити її деструктивний вплив) в умовах впливу інформації. А от бажання та вміння особи розпізнавати негативні впливи та протидіяти їм виражаються психологічним самозахистом,

який виражається не однією усвідомленою копінг-стратегією, а поєднанням комплексу інтелектуальних, емоційних і поведінкових механізмів у відповідь на дискомфортне втручання у психіку. Вивчення механізмів психологічного самозахисту сприяє гармонізації людського світосприйняття, налагодженню стосунків людини з довкіллям, формуванню умінь правильно реагувати на труднощі й негаразди, що набуває особливої актуальності в умовах інформаційно насиченого сьогодення.

У контексті самозахисту в сучасній науці розрізняють фізичний, психічний та правовий самозахист, самозахист у політичній, економічній, соціальній та духовній сферах суспільства. Проте недостатньо досліджень присвячено психологічній природі, змісту і структурі психологічного самозахисту саме від негативного впливу комунікації. На підставі аналізу наукових досліджень у предметній галузі психологічного самозахисту визначено поширеність неясностей, омонімічності і суперечностей у термінах. Поняття «психологічний самозахист» в українській науці тільки розвивається, постійно актуалізується, але ще не конкретизоване належно, особливо в контексті опору негативному впливові комунікації.

В Американському психологічному словнику (АРА) поняття «самозахист» (self protection) визначено як будь-яку стратегічну поведінку, спрямовану на уникнення втрати самоповаги, самооцінки або поваги оточення [220, с. 832].

У процесі онтогенезу в кожній людині формується індивідуальний унікальний стиль адаптивної або захисної поведінки (стиль самозахисту), що допомагає людині уникати психологічних тисків у повсякденному житті. Феномен психологічного самозахисту особистості має складну структуру та відображає суб'єктивну картину світу. Його врегульовують сенсорно-перцептивні особливості, процеси уваги, емоційно-вольове регулювання, стереотипи мислення, свідомі та несвідомі механізми захисту [70, с. 178].

Т. Домнич інтерпретує психологічний самозахист як «специфічні «маневри», до яких вдається людина, щоб позбутися «хворобливого емоційного

стану, зберегти самооцінку, не втратити почуття раціональної поведінки» [45, с. 35]. Як адаптивний механізм особистості, що впливає на її здатність успішно долати внутрішні і зовнішні конфліктні ситуації, застосовувати конструктивні стратегії подолання критичних ситуацій, гнучкість і толерантність до протилежної позиції, здатність до самостійного вибору форми поведінки (самодетермінації) розуміє психологічний самозахист Т. Кирпенко [71, с. 200].

Поняття «психологічний самозахист» (самозбереження) використовують для описання адаптації людини в соціумі з метою уникнення емоційних та психічних збитків, адже самозахист – це дії людини, спрямовані на те, аби фізично чи психологічно захистити себе від небезпеки, реальної або вигаданої, яку вона бачить в навколишньому середовищі. Т. Кирпенко та Ю. Бохонкова визначають психологічний самозахист як систему захисних дій особистості, що включає ситуаційні захисні автоматизми, копінг-стратегії, компенсації та «техніки життя», які виступають поведінковим проявом адаптації людини. Включає антиципацію, копінг-стратегії, очікування та інші адаптаційні механізми, які підтримують на різних рівнях психічного життя людини [72, с. 14].

Науковці досліджують механізми психологічного самозахисту особистості у контексті обґрунтування ключового твердження про те, що адаптивний психологічний самозахист особистості впливає на її здатність успішно долати внутрішні і зовнішні конфліктні ситуації, гнучко і толерантно до протилежної позиції застосовувати конструктивні стратегії подолання критичних ситуацій, самостійно вибирати форми поведінки (самодетермінації). Пасивному типу психологічного самозахисту властиві недостатня самосвідомість, панування неусвідомлюваних захисних механізмів керування власною поведінкою, конформність, низький рівень контролю за поведінкою та самоконтролю [71, с. 204].

Аналіз досліджень Т. Кирпенко та Ю. Бохонкової показав, що психологічний самозахист у них трактовано як звільнення людини від невротичних заборон та аномалій характеру, процес індивідуації, особистісного

зростання, рефлексорний процес у вигляді емоційного захисту людини, механізм адаптації до соціального середовища, фільтр свідомості тощо. Механізми психологічного самозахисту становлять єдиний комплекс, у якому активізація однієї зі складових зумовлює включення інших, внаслідок чого виникає певна захисна поведінка[72].

Досліджуючи психологічний самозахист як маркер індивідуального захисного стилю особистості, О. Сафін висновує, що зв'язаність параметрів між собою формує стійкі патерни, які визначають загальну конфігурацію захисної поведінки і формують цілісність індивідуального захисного стилю. Вчений виокремлює такі патерни: патерн «соціальності», що реалізується адаптивною функцією психологічного самозахисту у сфері соціальної адаптації; патерн «надситуативності» визначає тенденцію до «захисного пошуку» і, можливо, пов'язаний із переживанням криз особистісного розвитку; патерн «включеності» / «невключеності» відображає активне сприйняття ситуації – швидке реагування, глибоке опрацювання проблемної ситуації та подальше вбудовування нового досвіду у картину світу або, навпаки, пасивне ставлення до зовнішньої ситуації, що характеризується тенденцією ігнорувати проблемну ситуацію, не реагувати на багато сигналів ззовні і робити однотипні помилки; патерн «пошуку можливостей» відповідає за адаптацію в аспекті використання можливостей ситуації [168, с. 234].

Отже, внутрішні загрози залежать від особистісних характеристик індивіда. Від яких залежить механізм сприйняття та аналізу інформації. У науковому дискурсі розрізняють три основні підходи до формування психологічної безпеки: соціальний (на рівні суспільства в цілому); соціально-груповий (у межах різних соціальних груп та форм соціальної організації) та індивідуально-особистісний [32, с. 97].

Колективні захисні механізми захищають важливі для кожної групи цінності, ідентичність групи, історію групи, групові атрибути, групову структуру (внутрішні кордони), групову картину світу, навіть міфологічну. Для

великих груп дуже важливо захищати мову, ідентичність, віросповідання, групові кордони [32, с. 108].

Група використовує такі механізми психологічного захисту від колективних травм: сублімація – групова творчість (наприклад, героїчний епос; регресія – різні форми повернення на ранні історичні форми розвитку групи; заперечення – відмова від усвідомлення деяких неприємних фактів, характерна для травми агресора; витіснення – відмова від прийняття неприємних фактів, характерна для травми жертви; проєкція – зняття напруження у групі через спрямування негативної емоційної енергії на соціальні об'єкти (приклад, пошук «ворогів народу», відьом тощо); проєктивна ідентифікація – приписування іншим власних негативних рис (наприклад, звинувачення російською пропагандою у фашизмі всіх, хто протидіє російському шовінізму); приєднання до агресора – переведення групи та / або її учасників (частини групи) з категорії жертви в категорію агресора. Однією з універсальних форм захисної поведінки групи можна вважати агресію [32, с. 108].

Найбільш проблемними можна вважати групи людей, які живуть в умовах цілеспрямованої, інтенсивної, безперервної і при цьому однобічної пропаганди. Проблеми інформаційних травм дуже важливі та актуальні на сучасному етапі розвитку нашого суспільства [32, с. 108].

Безпека особистості залежить загалом від її здатності до саморегуляції, зумовленої насамперед біологічними чинниками на рівні несвідомої саморегуляції та безумовних рефлексів. Можливість людини реагувати на небезпеку забезпечують також її психофізіологічні властивості і, передусім чутливість, сила та рухливість нервової системи, індивідуальна стійкість і темперамент. Рівень розвитку здатності до саморегуляції залежить також від особистого досвіду, навичок, знань, спрямованості особистості [30]. За висновками Т. Кирпенко та Ю. Бохонкової, головна мета психологічного самозахисту полягає у створенні динамічної рівноваги між особистістю та соціальним середовищем, важливого механізму формування особистісного

благополуччя, адже у процесі пристосування до світу особистість сама впливає на оточення та формує ставлення до соціуму[72, с. 10].

Н. Воляннюк та Г. Ложкін визначають психологічну безпеку як інтегративну психологічну властивість особистості, що характеризує ступінь задоволеності її базової потреби в безпеці і таку, яка діагностується за інтенсивністю переживання психологічного благополуччя або неблагополуччя [25, с. 38].

Психічне благополуччя людини зумовлює її внутрішню гармонію, здатність адекватно виходити зі стану психічного напруження та досягати стану комфортності. Навпаки, від власного світосприйняття, уміння ефективно спілкуватися з іншими людьми та досягати поставленої мети залежать цілісність і стійкість особистості, її психічне здоров'я. Через те, що абсолютна безпека людини в життєвому середовищі взагалі недосяжна, потрібно розвивати в людини навички запобігання різним небезпекам та ефективного самозахисту, як на фізичному рівні, так і на психологічному рівні [72, с. 11].

Таким чином, психологічний самозахист – це стан контрольованості ендогенних та екзогенних чинників, які дають змогу особистості підтримувати динамічну рівновагу на соматичному, енергетичному та інформаційному рівнях[72, с. 14].

Особливого значення набуває психологічний самозахист, який допомагає особистості ефективно пристосуватися до оточення в умовах інформаційної перенасиченості світу. Психічний самозахист покликаний забезпечити психічну рівновагу суб'єкта, знизити рівень його тривожності і напруження. Це вдається завдяки витісненню конфліктогенного змісту за межі свідомості. Психологічний самозахист особистості є здатністю учасників комунікації до саморефлексії, критичного мислення щодо споживання інформації та вироблення «інформаційного імунітету» як способу подолання дисфункцій і протидії маніпулятивним технологіям.

Отже, в кожній новій для суб'єкта ситуації виникають суперечності, іноді й критичні, між певними вимогами до суб'єкта з боку ситуативних аферентацій

обстановки та його можливостями. Суб'єкт вимушений доступними йому внутрішніми психологічними ресурсами усувати ймовірні суперечності поміж своїми можливостями та зовнішньо-аферентаційними викликами середовища [153, с. 325].

Узагальнюючи різні погляди на проблеми захисту, психологічного захисту та самозахисту в контексті визначення їх атрибутів, сутності та структури, визначаємо поняття «психологічний самозахист людини від негативного інформаційного впливу» як здатність людини контролювати та захищати свій психологічний простір, забезпечувати власне психічне здоров'я, психологічне благополуччя та психологічну безпеку, що ґрунтується на інтеріоризованому досвіді довільних і мимовільних прагматичних думок, диспозицій, дій як оптимальної відповіді на актуальний негативний інформаційний вплив.

1.2. Сутність і зміст психологічного впливу медіаперцептивної комунікації на особистість

Інформаційна епоха є принципово новим етапом розвитку цивілізації, що характеризується новими якісними особливостями, порівняно з попередніми періодами історії людства. Ця епоха передбачає безперервний інформаційний зв'язок із навколишнім світом, адаптація до якого відбувається під перманентним інтенсивним, іноді негативним впливом на всі компоненти психіки людини, позначаючись на когнітивному, емоційному та регулятивно-поведінковому рівнях на тлі недостатнього рівня індивідуальної інформаційної культури та нерозвиненості механізмів соціально-психологічної регуляції людини в умовах цифрового суспільства. Як зауважує С. Горова, з одного боку, розвиток електронних інформаційних технологій сприяв значному вдосконаленню якості об'єкта дослідження, не лише предметів і явищ матеріального світу, а й матеріалів сприйняття й уявлення (інформації про навколишній світ) і, як наслідок, створенню раніше невідомих можливостей

цілеспрямованого впливу на пізнавальну діяльність. З іншого боку, у сучасному світі існує тенденція до спрощення жорстко алгоритмізованих функцій, які виконують спеціалісти різних соціальних сфер, але водночас зростає кількість можливих проблемних ситуацій, підвищується професійна та особистісна значущість, відповідальність за результати та наслідки життєдіяльності. Поза професійною діяльністю людина також відчуває постійну свою приналежність до інформаційного простору з активним залученням до нього [33, с. 15].

Вчена наголошує на тому, що нині людина широко активізується в інформаційних процесах, але водночас інформаційне середовище почало небувало тиснути на людську свідомість лавиноподібними змістовими обсягами інформації. Крім цього, організм людини зазнає техногенних впливів, спричинених засобами інформаційної інфраструктури, що постійно розвивається [33, с. 31]. Негативні тенденції збільшення кількості шумової інформації всіх видів у глобальному інформаційному просторі певною мірою нейтралізує позитивні впливи глобального інформаційного простору на держави, соціальні структури в них, індивідуальних користувачів [33, с. 103].

Сучасна пересічна особистість змушена щоденно споживати значну кількість інформації із не завжди достовірними даними, постійно включатися у глобальну цифрову інформаційну мережу для орієнтації та вирішення поточних життєвих завдань. Втрата цієї властивості нерідко призводить до порушень соціальних функцій особистості, дестабілізує її життєвий простір, спричиняє порушення фізичного і психічного розвитку. Засоби масової інформації та різноманітні медійні ресурси зробили пересічну особистість заручником подій, у яких вона мимоволі починає брати участь [11].

Перелічені особливості функціонування сучасного інформаційного простору обумовлені становленням теорії комунікації у різних сферах соціально-гуманітарного знання. До початку ХХ ст. поняття «комунікація» розумілося в загальному змісті і як правило, розглядалося в його інженерно-технічному значенні як «шлях, дорога, засіб зв'язку місць». Хоча в перекладі з латині *communicatio* означає «узагальнювати, пов'язувати, спілкуватися».

За таких трактувань поняття неминуче виникла проблема співвідношення понять «комунікація» і «спілкування» [77, с. 9].

На сьогодні існує декілька підходів до вирішення даної проблеми. Л. Виготський, С. Курбатов, А. Леонтьєв, Т. Парсонс і К. Черрі ототожнюють ці два поняття. На противагу ним, А. Соколов виокремлює спілкування як одну з форм комунікаційної діяльності. В основі виділення цих форм вчений вбачає цільові установки партнерів по комунікації: суб'єкт-суб'єктні відносини у вигляді діалогу рівноправних партнерів (форма комунікації – спілкування); суб'єкт-об'єктні відносини, властиві комунікаційній діяльності у формі управління, коли комунікатор розглядає реципієнта як об'єкт комунікативного впливу, засіб досягнення своїх цілей та об'єкт-суб'єктні відносини, властиві комунікаційній діяльності у формі наслідування, коли реципієнт цілеспрямовано вибирає комунікатора в якості зразка для наслідування, а останній може навіть не усвідомлювати своєї участі в комунікаційному акті [77, с. 10].

У нашому дослідженні під комунікацією ми вбачаємо не лише суто інформаційний процес – передача повідомлень, а повний ланцюг комунікативного обміну, де комунікант передає закодований у повідомленні зміст, а комунікат є активним його отримувачем, який має прийняти, зрозуміти (правильно декодувати), добре засвоїти та відреагувати або навпаки, не реагувати на нього задля збереження власного психологічного благополуччя та психічного здоров'я.

У сучасних умовах, сприйняття людиною будь-якої інформації не залишається суто пасивним актом. Будь-який акт перцепції та пізнання людиною явищ навколишнього світу можливий лише завдяки складній психічній діяльності, яка об'єктивно відбувається як перманентне злиття та інтеграція нової інформації з усією попередньо засвоєною, що залежать від світогляду, життєвого досвіду, особливостей психологічної структури індивіда, характеристик нової інформації, яку людина сприймає або, навпаки, через суперечності протистоїть їй [138, с. 230].

У недосконалих умовах ринкової економіки В. Вудвуд виокремлює різні підходи до впливу нейромаркетингу на підсвідомість людини: аромамаркетинг – вплив за допомогою аромату; мерчандайзинг – вплив за допомогою кольору, зображень, розміщення; аудіомаркетинг – вплив за допомогою звуку [26, с. 211].

Крім цього, постіндустріальна доба створила специфічні, опосередковані медіазасобами та новітніми технологіями умови для розвитку нового типу візуального сприймання – сприймання образів віртуального світу. Н. Череповська вдало зауважує, що сприймання техногенних образів та візуальних медіатекстів – складних смислових утворень технічних образів – є новим, передусім через техногенну, віртуальну природу візуальних медіатекстів. Крім того, візуальні медіатексти змістово наповнені цілими «світами»: візуально, емоційно насиченими, надзвичайно широкими за географією, згорнутими / розгорнутими в часі, населеними безліччю героїв, персонажів тощо. Усе це є новим у психології «діалогу» людини з культурними текстами і новим у способі їх «читання» [209, с. 319].

За поглядами В. Різуна, засоби масової комунікації є інструментом продукування міфів [158, с. 70]. Учений вказує на «кліповість» безперервного потоку повідомлень, що впливає на процеси сприймання й осмислення реципієнтами інформації, а також зазначає, що скорочення часу для коментарів та аналітичних програм призводить до деградації мислення аудиторії, яка стає більш довірливою до сприймання різного роду міфів. Цей ефект підсилює цілеспрямоване спрощення пропонованих міфів, внаслідок чого формується «мозаїчно-кліпово-міфологічна масовокомунікаційна свідомість», яка функціонує в масовій свідомості, породжуючи й утверджуючи ілюзію всеосяжного знання про світ [158, с. 71].

Міф є сугестивною технікою, за допомогою якої можна описати трансцендентне через форми іманентного, що дозволяє ритуалізувати розумні форми поведінки людини. Йдеться про тотальне розщеплення способів людського існування й типів ментальності. В результаті з'являються три

фігуранти соціального міфу: той, хто живе в міфі, творець міфу, хтось мислячий та оцінюючий міф із позицій того, хто в ньому живе, й із позицій творця міфу [181, с. 139].

Учасники медіавзаємодії спілкуються закладеними смислами і наративами опосередковано, через штучно створений продукт, а надмірність інформаційних повідомлень зумовлює поширеність нового типу сприймання, зумовленого медіазасобами в умовах культури постмодерну, коли інформацію спочатку «переглядають», а вже потім усвідомлено читають.

Аналізуючи виклики сьогодення для особи в інформаційному просторі С. Горова підкреслює, що практика впровадження електронних інформаційних технологій, і дослідження в цій галузі переконують, що візуальна інформація ізростання її обсягів у процесі роботи з комп'ютером значною мірою стимулюють біологічну трансформацію людини. Водночас зростання значущості електронної інформації в житті дедалі більшої кількості людей, переважання такого інформаційного подразника над усіма іншими зумовлює не лише зміну в організації мозкової діяльності, а й перебудову зорового апарата, зрештою перебудову всього організму людини відповідно до нових завдань існування [33, с. 86].

На домінантності зорової системи для людини наголошує також Н. Череповська і навіть не тому, що це наймогутніше джерело інформації про зовнішній світ, хоча слухова й мовленнєва системи є не менш значущими, а тому, що саме вона здатна перетворювати незриме у зриме, візуалізовувати будь-які чуттєві сигнали [209, с. 413].

На пріоритетності візуального сприйняття поміж інших наголошує і А. Палієнко. Вчена констатує, що у пам'яті краще зберігаються візуальні, а не вербальні образи; слова, що не супроводжуються картинкою, будуть швидко втрачені; матеріал, поданий під час або після яскравого образу, запам'ятовується так само добре або навіть краще, ніж матеріал, який не супроводжується яскравим візуальним образом. Водночас у довготривалій пам'яті краще зберігаються фактична інформація і теми репортажів без

яскравих емоційних образів. Це означає, що процес привертання уваги іманентно пов'язаний із процесами сприйняття і зберігання, а згодом – відтворення [137, с. 319].

Особливість візуального сприйняття інформації та її пріоритетність пояснюється вченими через вплив її оформлення. Так, дотримуючись думки М. Люшера, який є засновником психологічного підходу до вивчення слів на позначення кольору [98] відповідно до якого кожен колір по-своєму впливає та виникає певні асоціації, які він викликає коли людина його сприймає органами відчуттів, вважаємо, що за допомогою певного набору кольорів, сполучення певних кольорів або застосуванням одного з них можна досягнути бажаного ефекту, відчуття або викликати певне бажання. Колір не лише викликає відповідну реакцію людини залежно від її емоційного стану, а й певним чином впливає на емоції. Якщо червоний налаштовує на рішучість, спонукає людину до вчинку, помаранчевий активізує енергопотенціал, породжує оптимізм; то жовтий сприяє комунікабельності, зелений – пом'якшує, знімає гостроту переживань.

Емоційність тексту, передусім трансляція текстовими одиницями базових емоцій, наприклад здивування, страху, туги або відрази, пригнічує когнітивні процеси, процеси мислення, спрямовані насамперед на критичне усвідомлення і вичерпне розуміння пропозицій тексту. Водночас емоції посилюють увагу людини до об'єкта, на який вони спрямовані, особливо виразно та впливово тоді, коли емоція досягає рівня афекту [198, с. 264].

Негативно забарвлена емоція виражає відчуття невизначеності, очікування негативних подій, важковизначені передчуття [81, с. 184]. Досліджуючи сполучення кольорів, Я. Вишницька висновує, що існують найбільш успішні їх поєднання: червоний на білому, жовтий на чорному, зелений на жовтому, білий на синьому, чорний на жовтому, білий на чорному, синій на жовтому, синій на білому [21, с. 70].

Перелічені особливості візуального сприйняття інформації успішно реалізуються у медіатекстах. Тексти преси мають складну структуру,

оскільки існує можливість відкладеного й повторного читання. Крім того, ці тексти існують не ізольовано, а в одночасному інформаційному полі з іншими текстами, що забезпечує мозаїчність сприйняття. Сприйняття аудиторії нерідко переходить із одного тексту в інший, тому інформація «переміщується». Саме тому стосовно друкованих текстів необхідно враховувати так званий Фог-індекс – рівень читабельності тексту: що менше значення індексу, тим читабельнішим є текст, тим краще аудиторія сприймає його зміст. А. Палієнко зауважує, що для нормального сприйняття тексту максимальна довжина речення не має перевищувати 30 слів, в іншому разі речення доводиться перерахувати [137, с. 205].

В оформленні текстів важливу роль відіграє правильність добору шрифту для впливу на увагу. Те саме слово, набране різними шрифтами, по-різному сприймається. На сьогодні серед значного розмаїття шрифтів у медіа здебільшого використовують два основних: із зарубками (типу Times New Roman) і без зарубок (типу Arial). Шрифти із зарубками легше читати у друкованих працях. Зарубки збільшують контраст між буквами, що сприяє кращому декодуванню мозком букв. Читаючи шрифт без зарубок, мозок витрачає більше часу на те, щоб декодувати букву, тому що її форма не настільки відмінна. Шрифти без зарубок використовують в інтернеті оскільки вони не втрачають своїх властивостей у разі збільшення чи зменшення.

Як справедливо наголошує О. Красницька, в інформаційному соціумі переповненому інформацією довгі роз'яснення і тексти не мають популярності. Люди просто не хочуть витрачати на це час, вважаючи, що ту саму новину можна дізнатися із значно коротшого повідомлення. Саме тому фейки виграють конкуренцію за увагу, адже як правило, короткі за змістом [82].

Глибина та поширення ефектів від психологічних і психолінгвістичних впливів семантико-синтаксичних властивостей текстів на свідомість людини пов'язані також із дією психологічних феноменів натуралістичної омани і самовпевненості. Відповідно суб'єкт неусвідомлено схиляється до

переоцінювання правильності своїх суджень, тяжіє до швидких або зручних рішень [198, с. 264].

Використання перелічених технік створює для сучасної людини в мегаполісі таке середовище, в якому візуальні образи формують нову реальність і певною мірою перекривають доступ до справжньої реальності [13, с. 82].

Психологічні дослідження мовного впливу на людину пов'язані з аналізом того, як можна використовувати мову, щоб вплинути на перебіг думок і поведінку реципієнта. Певні слова і цілі тексти можуть бути використані в поєднанні з прийомами психологічного впливу: впливом на несвідоме реципієнта та усвідомлювану дію. У разі впливу на несвідоме реципієнт не має здогадуватися, що він зазнає зовнішнього впливу, тому, крім мовних засобів, застосовують візуальні, аудіальні, іноді тактильні, поведінкові та інші засоби. Вплив на органи зору і слух має важливе значення у сприйнятті мовного знака, оскільки графічну оболонку вловлює зір, а звукову – слух.

Найпотужнішим є вплив на органи зору, тому що зір, на відміну від слуху, здатний у разі потреби обробити всю інформацію комплексно й одночасно. Звукову інформацію передають і сприймають послідовно, тому для її засвоєння потрібно набагато більше часу. Враховуючи цей факт, можна спрогнозувати, що графічне зображення слова буде сприйнято значно більшою кількістю людей одночасно з супутньою інформацією, ніж слово, сказане вголос. Саме в цій особливості полягає особливість впливу медіаперцептивної комунікації. З одного боку, активна перцептивна діяльність реалізовується у комплексному багаторівневому вирішенні проблем, сприяє критичному мисленню, когнітивній гнучкості, креативності, адаптаційній пластичності для збереження рівноваги під час взаємодії з динамічним соціокультурним середовищем, а з іншого – особливість зорової перцепції полягає у здатності сприймати інформацію без належної обробки свідомістю, коли вона так і залишається в несвідомому. Як зауважує Н. Чепелева, сприйняття тексту не зводиться до сприйняття (відчуття) його звучання чи послідовності графічних

знаків, взагалі плану висловлювання... Як текст існує у процесі сприйняття, зміст тексту існує лише у процесі розуміння: конкретний текст містить те й стільки, що і скільки сприймає реципієнт [207, с. 56].

Вчена звертає увагу, що матеріальна оболонка слова – лише перший етап у процесі впливу, який полягає у встановленні контакту між зовнішнім світом і людиною. Від якості цього етапу значною мірою залежить кінцевий результат комунікації, тому його значущість не можна применшувати. Проте основу мовного впливу на свідомість становить розуміння сенсу сказаного. Без цього етапу вплив відбувається лише на рівні несвідомого сугестивного навіювання. Розуміння визначає як процес засвоєння та породження смислів, основними характеристиками якого є відновлення смислу (концепту) вихідного повідомлення і синтез нового смислу через взаємодію, зіштовхування смислу, закладеного в текст його автором, і смислового поля суб'єкта, який сприймає повідомлення. Таким чином, розуміння може відбуватися на двох рівнях: структурному (значеннєвому), основною характеристикою якого є відновлення смислу, закладеного у текст його автором, і смислового, який можна розглядати як процес трансформації змісту вихідного тексту в іншу знаково-смислову систему, тобто його переосмислення реципієнтом [207, с. 53].

Мовні засоби, застосовувані задля досягнення певного впливу, становлять стратегії мовного впливу і складові їх тактики (конкретні прийоми реалізації певної стратегії). Зокрема стратегія дискредитації включає тактики цитування (використання прямих і непрямих цитат, крилатих виразів); перебільшення-гіперболізації (емоційно-оцінну лексику: «негідник», «мерзотник», контрастні порівняння: «щастя – смерть», окличні конструкції: «Слава Богу!»), перетворення в некомпетентність (запитальні та окличні пропозиції, що виражають емоційні відносини обурення, здивування, страху: «Невже?!» «Доведіть!»); поступки (порівняння, жаргон, нецензурну лексику: «все шоколадно», «по барабану»); звернення (слова, звернення, що виражають суб'єктивну оцінку: «шановний», «друзе, Вова!»); узагальнення (метонімії та метафори: «політика втомилася», «росія завмерла», терміни та спеціальні слова:

«квота», «дезертирство») та ін. Інвективна стратегія містить тактики «чорного опонента» (використання риторичних питань, на які співрозмовник не має права відповідати: «Навіщо ви сюди прийшли?», «Де ваш піджак?!»); образи (політичні терміни у супроводі експресивно-оцінної лексики); загрози противнику (емоційно-оцінну та жаргонну лексику, оцінні епітети: «жахлива, непоправна шкода») і т. д. [241].

За визначенням А. Зарецької, текст посідає третій рівень комунікативної четвірки: «мета – замисел – текст – реакція» [48, с. 299].

Класифікація способів мовленнєвого впливу ґрунтується на імперативних конструкціях у поєднанні з певною лексикою та фразеологією (включно із кліше і стійкими мовними зворотами). Досліджуючи теорію і практику мовної комунікації, О. Зарецька наголошує на тому, що поняття впливу «мовленнєве», а не «мовне», оскільки запропоновані способи пов'язані з конкретною ситуацією спілкування, а не роботою загальномовних механізмів, таких як: доведення (аргументація); переконання (навіювання впевненості, що думка доведена); умовляння (емоційне переконання); конючення (емоційне прохання, що виражається за допомогою повторів); навіювання (спонукання прийняти на віру, без обмірковування); прохання (спонукання щось зробити, керуючись позитивним ставленням до того, хто говорить); наказ (спонукання через залежне становище); примус (насильницьке спонукання виконати наказ) [48, с. 237].

Візуальне сприйняття є переважно (на 90%) розумовою діяльністю, що виявляється в активізації процесів уваги, мислення, пам'яті як попереднього візуального досвіду, уяви та візуального сприймання, яке детермінує ці процеси. Візуальне сприймання умовно складається з двох основних фаз: оптичної зорової перцепції інформації та її когнітивного опрацювання [113, с. 77].

Затверджений «діалог культур» в умовах глобалізації як обмін інформацією у процесі комунікації, опосередкованої медійними засобами,

є взаємодіє між двома системами: візуально-смісловим (переважно екранним) медіатекстом та образно-сміисловою сферою свідомості реципієнта.

Сучасна взаємодія людини з візуальним медіатекстом, як правило, вилучає з поля зору реципієнта його потенційного «суб'єкта спілкування» – автора (авторів) повідомлення. Роль особистості автора, журналіста, знімальної групи як віртуального суб'єкта спілкування з перцепієнтом нині поступово нівелюється і замість нього залишається тільки образне, змістове наповнення медіатексту. Так, наприклад, якщо під час читання книжки або потому читач може подумки вести діалог, погоджуватися чи сперечатися з автором – розлогість процесу читання дає змогу робити це, то у процесі сприймання візуального медіатексту для глядача іншим комунікатором стає сам медіатекст, точніше – його візуально-смісловий (емоційно-інтелектуальний) конструкт [112, с. 61].

Як зауважує Л. Найдьонова, сучасний глядач активно «спілкується» з репрезентованими в медіатексті учасниками подій, вигаданими персонажами, віртуалізованими героями, кумирами з реального світу, встановлюючи так звані парасоціальні відносини, а також із візуально відтвореними подіями, відображеними репортажами, прямими трансляціями тощо. Відтепер сам візуальний медіатекст стає не стільки предметом взаємодії, скільки другим суб'єктом комунікації [112, с. 60].

Як базове поняття медіаперцептивної комунікації ми обрали визначення за Н. Череповською: медіаперцептивна комунікація – це смисловий аспект перцептивної та постперцептивної взаємодії глядача з візуальним медіатекстом, в якому репрезентовано образно-смісловий конструкт іншої людини / людей, результатом якої є утворення іншої / нової образно-сміислової структури [113, с. 68].

О. Баришполець, О. Вознесенська, О. Голубєва, Г. Мироненко, Л. Найдьонова, Н. Обухова та Н. Череповська визначають психологічний механізм реалізації медіаперцептивної комунікації у візуальному медіасприйманні людини, точніше – його пріоритеті у взаємодії з мисленням,

пам'яттю, уявою, а також увагою, емоціями та почуттями – усім тим, що сукупно становить сутність розумного й навіть творчого бачення світу [113, с. 69].

Як вважає один із засновників психотехніки Г. Мюнстберберг, найбільш природний шлях до формування певної реакції на інформацію населення полягає у створенні сильних емоційних переживань: страху, надії, любові, співпереживання. Інформація, побудована на нераціональному впливі («впливі емоцій»), трапляється набагато частіше. Такий вид інформаційної продукції спрямований на некритичне сприйняття інформації, сприйняття емоційного фону, утворення певного емоційного ставлення до явища [68, с. 30].

Людина-реципієнт, сприймаючи будь-які медіатексти через медіазасіб, вступає у взаємодію із системою смислів, репрезентованою іншими людьми, і думки, які виникають у людини під час та після сприймання, можна вважати своєрідним зворотним зв'язком – відповіддю у мисленнєвому дискурсі.

На основі результатів аналізу (К. Дегтярьова, Л. Засєкіна, Л. Компанцева, Г. Маклюєн, Л. Найдьонова, В. Савчук, Н. Череповська та ін.) визначено, що впливи медіаперцептивної комунікації виконують такі функції: контактна (встановлення атмосфери взаємної готовності передавати і сприймати повідомлення та підтримувати зв'язок); соціальна (формування певного рівня компетенції); інформаційна (обмін інформацією, описами, запитаннями, відповідями, смислами); спонукальна (заохочення до виконання певних дій); координаційна (взаємне орієнтування й узгодження дій між учасниками комунікації щодо їх спільної діяльності); пізнавальна (сприйняття і розуміння змісту повідомлення, а також розуміння намірів, установок, переживань, станів один одного); емотивна («обмін» емоціями, збудження певних переживань, психічних станів тощо); прагматична (усвідомлення і фіксування свого місця в системі стосунків) та впливова (спрямування на зміну стану, поведінки, ціннісно-мотиваційної сфери партнера: намірів, поглядів, думок, рішень, уявлень, потреб, рівня активності, смаків, норм поведінки, оцінних критеріїв тощо).

Отже, особливість сутності медіаперцептивної комунікації полягає у тому, що вона спрямована не на раціональне осмислення, а на навіювання стійких смислів за допомогою перевантаження інформаційно-комунікативного простору численними візуальними ефектами. Тобто таке медіакультурне явище, як медіаперцептивна комунікація, в умовах тотальної візуалізації медіапростору потребує від сучасної людини усвідомленого, адекватного ставлення – бачення і розуміння прихованих візуально-смыслових значень у візуальному медіатексті. Надалі, це сприяє утворенню нового образно-смыслового досвіду особистості – взаємодії реципієнта з авторською думкою, опосередкованою медіатекстом. Результатом цієї комунікації, в його ідеальній формі, має бути розуміння авторського задуму.

Водночас застосування технологічного інструментарію цілеспрямованого соціально-психологічного впливу за допомогою медіаперцептивної комунікації може тяжіти до двох протилежних сутностей – кооперації і конфліктності. Кооперативний прояв визначає порядок денний суспільних дискусій, розширює соціальний досвід за межі безпосереднього спілкування і взаємодії з найближчим оточенням, впливає на цінності та пропонує ідеали, а конфліктний прояв творить інформаційний простір через конструювання віртуальної реальності, що проявляється підміною у свідомості глядача фактів дійсності медіавізуальною симуляцією.

Саме тому медіаперцептивна комунікація глядача з візуальним медіатекстом для глядача може бути як психологічними ресурсами, так і джерелом ризиків. Психологічні ресурси медіаперцептивної комунікації передбачають можливість задоволення широкого діапазону соціально-психологічних потреб. До психологічних ризиків належать негативні контенти, які здатні завдавати психологічної шкоди, призводити до інформаційної втоми / перевантаження, медіазалежності, підміни фактів дійсності у свідомості глядача медіавізуальною симуляцією, уникнення суб'єктом реального життя на користь медіареальності тощо. Переважно розважальний контент спричиняє все більше залучення до візуальної медіаперцептивної комунікації, а внутрішня

комунікація людини з медіатекстом починає конкурувати з міжособовою комунікацією. Штучно згенерована техногенна – медіагенна – віртуальна реальність стає нині щоденною необхідністю, доконечною потребою майже для кожного, а часом навіть починає витісняти дійсність.

Психологічний вплив медіаперцептивної комунікації реалізовується у ресурсному аспекті взаємодії з медіавізуальним текстом, тобто забезпечує ілюзорне здійснення бажаного завдяки сприйманню візуальних медіатекстів, а також задовольняє різноманітні психологічні потреби: від рекреаційних, пізнавальних, гедоністичних, компенсаторних, розважальних, пізнавальних, комунікативних, творчих до отримання актуальної візуально-сміслової інформації, набуття нового духовного, практичного, соціального досвіду.

Візуальне медіасприймання є безпосереднім емоційно-когнітивним опрацюванням суб'єктом сприйнятих / переглянутих візуальних медіатекстів, різноманітних за видами, форматами, жанрами, які потребують різних способів когнітивної обробки (аналітичних, креативних та інших) візуальної інформації, застосовуваних у різних умовах та режимах медіасприймання (пасивних, активних, активно-креативних).

Візуальне медіасприймання реалізовується і у практичній площині: перцепієнт, сприймаючи візуальне з медіареального світу, здатен переносити переглянуте в побут, комунікацію, творчість або поведінку, реалізовувати запозичене для втілення своїх креативних ідей, задумів. Виникнення власних ідей, асоціацій, образів, смислів на рівні думок, здатність подумки творчо переносити переглянуте і переосмислене у практичну площину реалізовується активним креативним режимом сприймання в ході медіаперцептивної комунікації з візуальним медіатекстом [113, с. 71].

Психологічний вплив медіаперцептивної комунікації на людину тісно пов'язаний із такими аспектами: перенасиченням візуальною медіаінформацією; практично необмеженим доступом; необхідністю наявності в перцепієнта вільного часу для переглядів; неоднозначним психологічним впливом на формування соціальних, моральних, художніх, естетичних

цінностей та інтересів; невідповідністю до фільтрації, селекції інформації, критичного осмислення змісту і форми сприйнятого, його переосмислення; нездатністю до раціонального інформаційного самообмеження; відсутністю в аудиторії навичок психологічного самозахисту від шкідливих медіаконтентів та розвиненого медіаімунітету.

Перелічені аспекти психологічного впливу медіаперцептивної комунікації на людину підсилюють думку, що на сьогодні у всіх сферах комунікації адресат прагне нав'язати суб'єкту свою точку зору, певний погляд, переконання, цінності. Це стає можливим завдяки надмірному, тотальному поширенню інформації за допомогою медіавізуальних образів, і йдеться не лише про обсяг, якість і розмаїття, й про складність та безсистемність.

Алгоритм здійснення такого впливу через засоби комунікації В. Клименко пояснює через взаємне функціонування сфер духовного буття індивіда, які вчений поділяє на екзистенційну сферу (область безсвідомого) з притаманним їй емоційним мисленням, ментальну (область підсвідомого) з емо-раціональним мисленням та трансцендентну (також область підсвідомого) з раціональним мисленням; свідомість з її логічним мисленням [75, с. 104].

Відповідно до функціонування зазначених сфер спочатку висловлювання, продуковане маніпулятором з визначеною інтенцією, акумулює енергії всіх рівнів його мислення і під контролем свідомості матеріалізується в комунікації. Вподальшому інформація, фіксована у свідомості реципієнта, надходить одночасно в усі інші сфери його духовного буття і внаслідок взаємодії енергій зорових сфер відповідно реагує у вигляді мовлення або мислення [75, с. 105].

Крім того, як специфічну особливість комунікації загалом і маніпулятивної зокрема враховують здатність реципієнта до неповного, помилкового, а часом і неприродного для нього декодування смислу висловлювання.

У своїй праці «Психологія інформаційної діяльності» В. Кириченко стверджує, що шкідливою є не сама інформація, а реакція на неї, яка є

настільки передбачуваною, наскільки кінцевий адресат адекватно та повно зрозуміє повідомлення [68, с. 57]. На думку автора здебільшого інформація має раціональну основу, але її дієвість на 100% залежить від емоційного стану, який вона викличе у цільовій аудиторії [68, с. 70].

Перспективу усунення таких небезпечних наслідків вбачаємо у застосуванні ефективних інструментів керування інформацією загалом і вдосконаленні змістового розпізнавання текстів зокрема. Як зазначає В. Кушерець, з інформаційним простором виявляється поєднаним не лише семантичний простір, який може бути доступним нашому інтелекту, а й простір формальних «правил читання», що дають змогу виконувати заданий набір операцій». «Зворотною стороною медалі» є, безсумнівно, набуття інформаційним простором семантичності. Як семантичну інформацію розуміють набір понять, а точніше – образів, через які біологічний об'єкт сприймає предмети і явища світу [89, с. 26]. Виникнення інформаційних потоків можна уявити як генерацію і рух наборів даних, асоційованих з певним повідомленням, що сприймається у вигляді певного смислового блоку [91, с. 127].

Як зазначає О. Хайрулін, певні семантико-синтаксичні властивості тексту спроможні або перешкоджати шляхом гальмування процесу усвідомлення і розуміння пропозицій тексту, або форсувати сприйняття реципієнтом пропозицій раніше ніж він оцінить щонайменше небезпеку для своєї ціннісної сфери таких пропозицій. Такі завади стабільного системогенезу сприймання тексту реципієнтом спроможні виступати як механізм індоктринації або «процес активного навіювання різними засобами певних ідеологічних поглядів, що вважається різновидом маніпуляції свідомістю». Тому особливу небезпеку в умовах культурного та ідеологічного протиборства складають мовленнєві, масово-комунікативні текстові засоби, які спроможні здійснювати доктринальний вплив на свідомість реципієнта або викликати у нього латентні стани ціннісної амбівалентності [197, с. 194].

Г. Почепцов звертає увагу на те, що комунікативний вплив підкреслює особливий статус аудиторії як об'єкта впливу, оскільки успішний вплив може опиратися тільки на інтереси, цінності, ідеали аудиторії, тобто йдеться про необхідність розмовляти з нею на одній мові у прямому та переносному значенні цього слова. Цілями такого впливу на масову свідомість є внесення змін у когнітивну структуру із тим, щоб здобути відповідні зміни у поведінковій структурі [148, с. 20].

Зазначена вченим «необхідність розмовляти з аудиторією на одній мові у прямому та переносному значенні цього слова» виражається у важливості кодування автором повідомлення та його декодування споживачем.

За визначенням О. Хміляра адекватне декодування чуттєво-інтуїтивних символів дозволяє гнучко регулювати процес спілкування, зрозуміти його істинні цілі і наміри, передбачити можливі наслідки переданої інформації [202, с. 216].

За переконанням А. Старостіної, реципієнт декодує отриману інформацію відповідно до наявного рівня знань, досвіду, поглядів, переконань і цінностей людини [178, с. 867].

Доповнює цю думку, О. Хміляр, який наголошує на тісній взаємодії сукупності мовних символів та правил їх уживання з чуттєво-інтуїтивними кодами (мімікою, жестами, поставою, дотиками), а також з ситуативними (час, місце), соціальними (статус, роль), антропологічними (вік, стать, етнічна належність), психічними (темперамент, характер) та фізіологічними (стан здоров'я, самопочуття) чинниками, які забезпечують ефективне кодування та декодування повідомлення [202, с. 221]. Учений звертає увагу на залежності розшифрування повідомлень від індивідуальних особливостей сприйняття інформації людиною та наголошує, що врахування індивідуальних особливостей сприйняття – ключ до ефективного мовлення [202, с. 218].

Тобто успішність здійснення впливу медіаперцептивної комунікації на людину залежить від її індивідуальних особливостей сприйняття, рівня знань, досвіду, поглядів, переконань, цінностей і визначає розуміння образно-

сміслового конструкту іншої людини/людей та в результаті утворення іншої/нової образно-сміслової структури у свідомості цієї людини.

У психології значну популярність має модель кодування / декодування С. Холла [202, с. 218].

Теорія С. Холла ґрунтується на базових принципах семіотики структуралізму, які передбачають, що будь-яке смислове «повідомлення» конструюється зі знаків, які можуть мати явні і неявні смисли в залежності від вибору, який робить «кодер» – комунікатор [77, с. 20].

У своїй науковій розвідці «Психологічна структура кодування, передачі і декодування повідомлень у системі «людина-людина», О. Хміляр підсумовує положення, якими С. Холл збагатив основні прояви семіотики, що розкриває семантичну силу закодованого тексту. По-перше, відправники часто кодують повідомлення з певною ідеологічною метою, вдаючись до маніпулювання мовленням. По-друге, отримувачі не зобов'язані декодувати повідомлення такими, якими їх відправлено, вони можуть опиратися ідеологічному впливу, застосовуючи альтернативні оцінки, на підставі власного досвіду і поглядів [202, с. 218].

Функціонування механізмів породження та декодування сенсу маніпулятивного впливу в комунікації було проаналізовано на основі структурно-когнітивної моделі, запропонованої А. Калитою, що наведена на рис. 1.1, і є системою, що складається з двох підсистем або окремих систем духовного буття маніпулятора і реципієнта. Відповідно до вимог системного підходу кожна із зазначених систем функціонує в обмеженому середовищі – сфері мовної культури комуніканта [60, с. 216].

Заштрихована зона перетину зазначених сфер маніпулятора і реципієнта є зоною збігу їх мовних культур. Від якісної та кількісної сторін цієї зони залежить адекватність / неадекватність декодування реципієнтом інформації (сенсу висловлювання), надісланої маніпулятором. Як правило, домінуючою характеристикою аналізованої зони є збіжність / незбіжність архетипів мовної та мисленнєвої культур комунікантів.

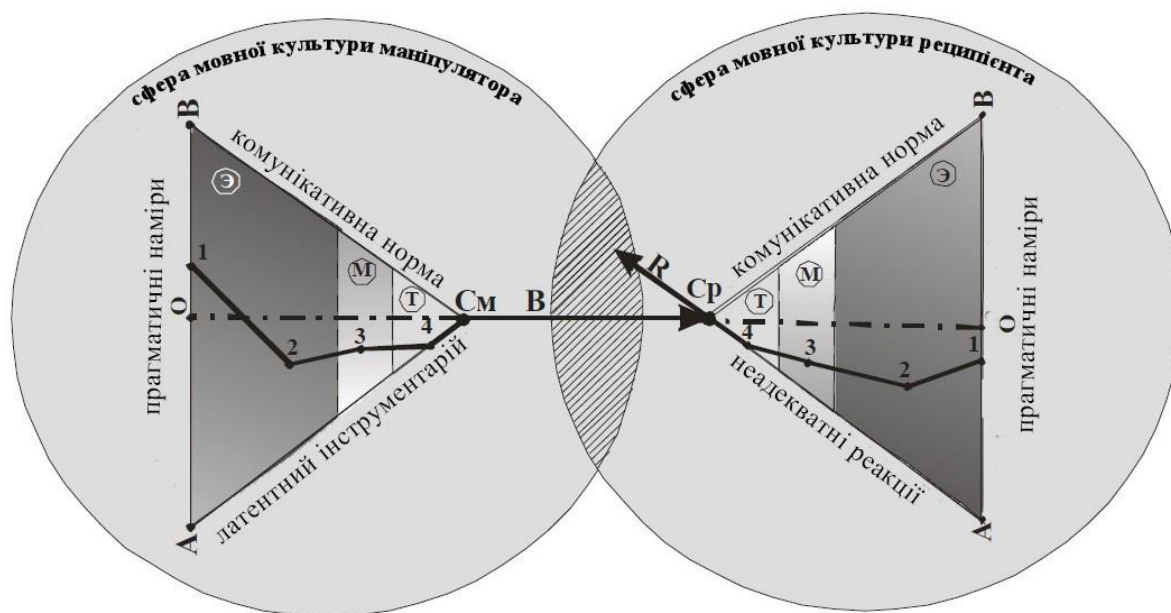


Рисунок 1.1 – Структурно-когнітивна модель функціонування механізмів породження і декодування смислу маніпулятивного впливу в комунікації

Очевидно, що відповідно до моделі у межах лівої сфери розглянуто механізм матеріалізації висловлювання маніпулятором, в межах правої – механізм перцептивно-візуального і логічного декодування змісту повідомлення реципієнтом.

Так, у лівій частині моделі всередині сфери мовної культури маніпулятора маємо справу з типовою складною неврівноваженою системою його духовного буття, що саморозвивається та функціонує у сфері мовної культури. Зароджені в цій системі прагматичні наміри (AB) трансформуються у конкретну мету маніпулятора, зображену точкою 1. Далі під впливом параметрів порядку (латентного інструментарію маніпулятора та комунікативної норми) структура-атрактор (шлях) 1-См саморозвитку системи, що складається з часткових атракторів 1-2, 2-3, 3-4 і т. д., формується у трьох (екзистенційній, ментальній, трансцендентній) сферах, або на трьох рівнях духовного буття того, хто говорить [60, с. 216].

Сформувавшись у психічній сфері маніпулятора, висловлювання, контрольоване його свідомістю (точка См), матеріалізується в письмовій чи усній формі (вектор В).

Для підвищення наочності опису механізму маніпуляції звернемося до моделі формування сенсу та форми маніпулятивного впливу в усній комунікації (рис. 1.2).

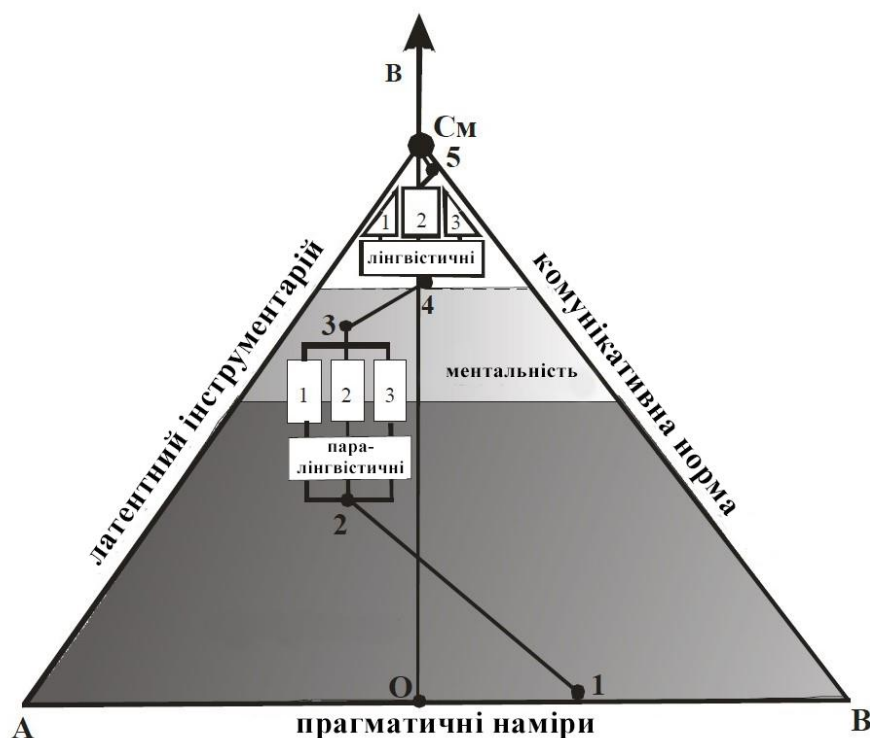


Рисунок 1.2 – Модель формування смислу маніпулятивного впливу (усна комунікація): лінгвістичні засоби: 1 – фонетичні, 2 – лексико-граматичні, 3 – стилістичні; паралінгвістичні засоби: 1 – кінестичні, 2 – проксемічні, 3 – гаптичні

Зароджена в несвідомій сфері мета маніпуляції (точка 1), формалізується у вигляді атрактора 1-2 і латентного інструментарію, що відхиляється вбік (сторона АСм) як параметр порядку. Такий розвиток атрактора явно вказує на приховані наміри того, хто говорить. Зазначимо, що до реалізації механізму актуалізації висловлювання [58, с. 73] вибір паралінгвістичних засобів комунікації відбувається переважно у сфері його підсвідомості маніпулятора, що поділяється на сфери несвідомого (екзистенція) та передсвідомого (ментальність) [228].

Саме тому в моделі на рис. 1.2 складний особистий атрактор 2-3 вибору паралінгвістичних засобів комунікації розвивається у духовній сфері комуніканта всередині її екзистенційного та ментального рівнів. Вихідні

з точки 2 паралельні гілки складного особистого атрактора 2-3 є результатом вибору кінесичних, проксемічних і гаптичних паралінгвістичних засобів комунікації. Вибір зазначених засобів зумовлений наявними в пам'яті маніпулятора трьма відповідними розгалуженнями архетипічних альтернатив. Завершується зазначений вибір синтезом проксеміки, кінесики, гаптики у точці 3, що також тяжіє до латентного інструментарію як параметра порядку. Потім відбувається саморозвиток простого особистого атрактора (3-4), що завершується в точці 4 трансцендентної сфери духовного буття індивіда з її раціональним типом мислення. Відхилення точки 4 до уявної осі ідеальної актуалізації висловлювання (О-См) вказує на раціональну необхідність пошуку психікою маніпулятора компромісу між латентними намірами та комунікативною нормою, що існує у сфері його мовної культури. Кінцева точка особистого атрактора (4) є одночасно вихідною точкою наступного особистого складного атрактора 4-5, що відображає вибір маніпулятором лінгвістичних засобів комунікації. Тут (точка 5) очевидне прагнення того, хто говорить, використовувати комунікативну норму для досягнення максимального маніпулятивного ефекту, тобто розширити зону збігу мовленнєвої культури маніпулятора з культурою реципієнта. Далі відбувається саморозвиток останнього особистого атрактора 5-См, результати якого, оброблені свідомістю, матеріалізуються у формі висловлювання (вектор В). Під час письмової комунікації підсистема вибору паралінгвістичних засобів замінюється підсистемою вибору графічних, піктографічних, образно-наочних засобів, а в підсистемі вибору лінгвістичних засобів анулюються фонетичні [60, с. 216].

Розглядаючи механізм декодування сенсу маніпулятивного впливу реципієнтом, звернемося до правої половини частини моделі (див. рис. 1.1). У сферу його духовного буття як складну відкриту неврівноважну систему, обмежену трикутником АСрВ, від маніпулятора надходить інформація (вектор В), яку свідомістю розщеплює (точка Ср) на перцептивно-зорові логічні складові, що паралельно й одночасно досягають трьох описаних вище сфер його духовного буття: екзистенційної, ментальної, трансцендентної. Оскільки

обов'язковою умовою маніпулятивної комунікації є очікування від індивіда реакції у відповідь, то необхідним для її перебігу параметром порядку в системі духовного буття реципієнта, як і буття маніпулятора, залишається комунікативна норма. Однак у разі досягнення маніпулятором запланованого ефекту другим параметром порядку управління саморозвитком структури атрактора 1-Ср зворотної реакції реципієнта (мовлення і мислення) є закладені в його психічній сфері неадекватні реакції.

У наведеному прикладі в координатах системи АСрВ атрактор саморозвитку зворотної репліки / дії реципієнта (вектор R) тяжіє до його неадекватних реакцій як параметра порядку. Це вказує на те, що маніпулятивний вплив досяг своєї мети, внаслідок чого, на відміну від вектора маніпулятивного впливу (див. рис.1.3), що відображає компроміс між комунікативною нормою і латентними намірами маніпулятора, вектор реакції реципієнта у відповідь R (див. рис. 1.1) характеризується неадекватною спрямованістю [60, с. 216].

Зазначимо, що джерела неадекватної реакції реципієнта, а отже, і породження відповідного параметра порядку, можуть міститися в кожній з описаних вище сфер свідомості (логічна) та підсвідомості (раціональна, емо-раціональна, емоційна).

Поштовхом, або вихідною синергетичною точкою хаотичного саморозвитку процесу актуалізації неадекватної реакції, можуть бути будь-які, часом неусвідомлювані індивідом, мізерно малі зовнішні впливи (наприклад, зневажливість, хамство маніпулятора, легко декодована брехня тощо) або енергетично слабкі параметри стану психосфери адресанта (наприклад, будь-які його комплекси, стан дисгармонії, власні недооцінка / переоцінка тощо) [58, с. 74].

Отже, неможливо змінити об'єктивні обставини перебігу глобальної інформатизації, технологічної еволюції, становлення цифрової культури й перебудови психіки, зумовлені активним використанням мультимедійних технологій. Тому в таких сучасних умовах медіаперцептивної комунікації, яка

з появою нових мультимедіа і новітніх технологій наразі стала досить поширеною, від особистості вимагається свідоме орієнтування в інформаційних потоках, ефективне використання медіапродукції за змістовою спрямованістю відповідно до внутрішньої потреби особистості для недопущення негативного її впливу на людину; конструктивно критично сприймати-осмислювати відібрану медіапродукцію за її зовнішніми візуальними та змістовими складовими.

1.3. Сутність негативного впливу медіаперцептивної комунікації на військовослужбовців Збройних Сил України

Новизна і складність психологічних проблем, опосередкованих сучасними потенційно небезпечними технічними комплексами і перспективними інформаційними технологіями, віртуальною реальністю, штучним інтелектом, симбіозом людини і технічних засобів, потребують для їх вирішення не лише формування нової наукової картини світу, змін у світогляді, цінностях і настановах, а й забезпечення захищеності свідомості професіоналів від різноманітних впливів, здатних проти їхньої волі і бажання змінити психічний стан та психологічні характеристики. Оптимальний рівень психологічного самозахисту від негативних інформаційних впливів є важливим чинником, що забезпечуватиме ефективність та успішність професійної діяльності фахівців різних сучасних спеціальностей.

На суттєвих змінах у культурно-антропологічному та екзистенційно-психологічному вимірах життєвого світу сучасної особистості, звертають увагу В. Осьодло та Л. Будагьянц. Вчені зауважують, що такі зміни виразно виявляються у потребоно-мотиваційній сфері, процесах смислотворення, світогляді та самоідентифікації. Відповідно до цього актуалізується потреба у змінах стилів управління й спілкування в усіх організаціях суспільства, зокрема, у збройних силах та інших державних організаціях сектору безпеки та оборони, в яких адміністративно-ієрархічні структури є необхідними, проте й вони у «цифрових демократіях» зазнають суттєвих трансформацій, оскільки зазначені екзистенційно-антропологічні зміни мають універсальний характер

й проявляються у потребово-мотиваційній сфері і цивільних, і військових у мирний та воєнний час суголосно із кардинальним перетвореннями мирних та військових практик інформаційного суспільства [136, с. 90].

Особливої значущості психологічний самозахист від негативного впливу медіаперцептивної комунікації набуває саме для військовослужбовців Збройних Сил України через те, що вони постають цілеспрямованим об'єктом інформаційних та психологічних атак противника. Оскільки протиправне вторгнення Росії в Україну стало прикладом війни, що відбувається як на фізичному полі бою, так і в аудіовізуальних, друкованих та онлайн-медіа, лавини матеріалів, що вводять в оману, впливають на психологічний стан споживачів інформації. Очевидним і зумовленим змістом таких «гібридних» (проксі-, асиметричних) засобів війни є їх використання, пов'язане передусім із феноменами масової комунікації, засобами стратегічних комунікацій у контекстах культури постмодерну [197, с. 190].

Сучасне тлумачення війни як воєнно-політичного феномена не змінилося відтоді, коли класик воєнного мистецтва Карл фон Клаузевіц висловив думку, що «війна є актом примушення нашого ворога робити те, чого ми бажаємо». У сучасних реаліях глобального світу сторони вирішують воєнно-політичні суперечності, реалізуюючи триєдину «концепцію жорсткої, м'якої та розумної сили». З огляду на це варто розглядати медіаперцептивну комунікацію як можливий інструмент розумної сили противника, що виражатиметься у впливах на свідомість військовослужбовця засобами прихованих смислів у медіапродуктах для змін у його системі цінностей, норм, установок, прагнень, потреб та інтересів, його соціальному самопочутті та емоційному стані, зрештою його поведінці, що реалізовуватиметься у кінцевій меті – зриві виконання завдань за призначенням.

На першочерговій уразливості військової сфери наголошують В. Гріга та А. Гізун, стверджуючи, що військова сфера поряд з економічною та політичною найбільше зазнає впливу засобів інформаційного впливу, отримуючи власну вигоду через пріоритетність створення підтримки населенням дій

військовослужбовців та поліпшення іміджу збройних сил всіма можливими способами, погіршення морально-психологічного стану противника та захист своїх військ від його негативного психологічного впливу [38, с. 26].

Такі впливи вчиняють у межах інформаційно-психологічного протиборства. Нині терміни «психологічна війна» та «інформаційна війна» часто вживають як синоніми, хоча деякі автори розрізняють їх зміст. Наприклад, Г. Почепцов, досліджуючи комунікативні технології, розглядає інформаційні операції як процеси, спрямовані на стабілізацію, а психологічні операції вважає дестабілізаційними процесами. Розмірковуючи про цілі інформаційної війни, автор зауважує: «Інформаційну війну потрібно розглядати як одне з базових понять військово-комунікативних досліджень. Інша базова складова цього напрямку перебуває в галузі розвідки та аналітичної роботи. Військово-комунікативні дослідження мають давати відповіді не академічного, а технологічного штибу, бути максимально практично зорієнтованими, що дасть змогу перейти, умовно кажучи, від досліджень у теорії комунікації до принципово прикладних розробок. Нам видається, що базовий підхід у цій галузі може спиратися на мету істотної зміни картини світу, якої можна досягнути внаслідок комунікативного впливу» [148, с. 45].

Як вважають В. Петрик, О. Штоквиш та В. Полевий, інформаційна війна – це вид протиборства між різними суб'єктами (державами, неурядовими, економічними або іншими структурами), який вчиняють для досягнення односторонніх воєнних, соціально-політичних чи економічних переваг над противником [141, с. 26].

Досліджуючи інформаційні чинники морально-психологічного стану військовослужбовців, Р. Огороков зауважує, що завдяки сучасному розвитку технологій та глобалізації суспільства інформаційна війна належить до воєн шостого покоління, тобто ядерна війна, яку вважають війною п'ятого покоління, є «вчорашнім днем» [128, с. 46].

Південноафриканські науковці Б. ван Нікерк та М. Махарадж довели, що інформаційна війна може тривати у фізичній, інформаційній і когнітивній сферах [57, с. 6].

Дослідник психологічної війни відомий американський фахівець П. Лайнбарджер наголошував, що «в широкому розумінні психологічна війна є використанням основ психології у військовій справі. У вузькому розумінні психологічна війна – це використання пропаганди у збройній боротьбі одночасно з веденням бойових дій, що доповнюють пропаганду. У свою чергу, пропаганда може бути визначена як організоване переконання без використання насильницьких дій» [235].

Досліджуючи інформаційно-психологічну безпеку особистості в умовах гібридної війни, В. Алещенко визначає, що як інформаційно-психологічну безпеку нині розуміють стан захищеності громадян, їх окремих груп і соціальних верств, а також населення в цілому від інформаційно-психологічних впливів, вчинених впровадженням деструктивної інформації у свідомість та (або) підсвідомість людини, що призводить до неадекватного сприйняття нею дійсності [1, с. 14].

У підручнику «Сучасні інформаційні війни в мережевому онлайн-просторі» О. Курбан зазначає, що основним управлінським процесом є інформаційний вплив [87, с. 74] – цілеспрямоване виробництво і поширення спеціальної інформації, яка безпосередньо впливає (позитивно чи негативно) на функціонування та розвиток інформаційно-психологічного середовища держави, психіку і поведінку політичної еліти, населення [49, с. 212].

Базовою підготовкою фахівців силових структур Росії передбачено, що основною формою проведення заходів інформаційної війни є таємні інформаційно-психологічні операції, які проводять через керований інформаційний вплив на індивідуальну, групову або масову свідомість, волю громадян іншої країни, їхні почуття, дезінформування суб'єктів прийняття політичних, економічних та інших управлінських рішень, підлив інформаційної інфраструктури противника та його ЗМІ. Метою таких заходів є вчинення

негативного впливу на свідомість і систему знань та уявлень країни-об'єкта, а також формування потрібного інформаційного впливу поза її межами. Для реалізації цих кроків має діяти розвідувально-інформаційний центр, що функціонує в реальному масштабі часу. Важливою складовою сучасної війни (не лише інформаційної) є моральний чинник. Створення системи морально-психологічної підготовки військовослужбовців Росії та розроблення алгоритмів підриву морального духу противника – вирішальні чинники в сучасній війні для РФ [2, с. 28].

Саме тому в умовах триваючої гарячої фази російсько-української війни, сучасного світового геополітичного протиборства, змін у світовому порядку важливою для України залишається боротьба не лише із залпами ворожої вогнепальної зброї, а й «залпами брехні та маніпуляцій» РФ. Адже досягнення військово-політичних цілей, крім суто військових методів, відбувається за рахунок підриву військового та економічного потенціалу країни, на яку чинять вплив, інформаційно-психологічного тиску на цільові аудиторії: крім населення РФ, російськомовної діаспори за кордоном та громадян західних країн, такий тиск вчиняють насамперед на населення України загалом та військовослужбовців Збройних Сил України зокрема в умовах поточного протиборства. Експресивна тотальність медійного простору спричиняє розбалансованість раціональної поведінки військовослужбовців Збройних Сил України, пригнічує їх здатність до критичного осмислення інформації, загрожує неконтрольованими реакціями й діями.

У науковій розвідці «Морально-психологічні аспекти інформаційних війн сучасності» В. Клименко звертає увагу на те, що військовослужбовці перебувають під постійним інформаційно-психологічним тиском, який вчиняють шляхом впровадження деструктивної інформації у свідомість і підсвідомість, що викликає неадекватне сприйняття військовослужбовцем дійсності і відповідно неадекватність дій, а також у групову свідомість і підсвідомість, що зумовлює можливість істотно змінювати групову свідомість і поведінку колективу, знижуючи ефективність його дій [75, с. 105].

Таким чином, противник створює умови для всебічного впливу на психіку військовослужбовця, що, замість зосередження його уваги на підвищенні рівня індивідуальної підготовки, створює бентежні настрої в підрозділах та змушує особовий склад шукати відповіді на заздалегідь неправдиву інформацію або й приймати нераціональні рішення (звільнятися з військової служби, самовільно залишати військову частину, дезертирувати) [128, с. 46].

За цих умов у військовослужбовців виникає психологічна напруженість, а у військових колективах – соціальна напруженість і потреба в отриманні конструктивної інформації, яка б давала змогу знайти свідомий вихід із ситуації, що склалася [93, с. 63].

Практика показує, що людина може провадити діяльність у різних державних структурах, які дослідники поділяють на цивільні та мілітаризовані (спеціалізовані). Кожна з цих структур відрізняється специфікою завдань та умовами їх виконання, звідси – різні вимоги до фізичного здоров'я особи, зокрема психічного [106, с. 119].

Професійна діяльність сучасного військовослужбовця Збройних Сил України досить багатогранна та різноманітна. Нині недостатньо бути лише у доброму фізичному стані і мати вольовий характер. З розвитком воєнної науки кардинально змінилися способи та засоби ведення війни, що значно змістилися на небойові форми протистояння, зокрема на інформаційний чинник гібридної війни. Саме тому нині військовослужбовець Збройних Сил України має володіти високим інтелектуальним, емоційно-вольовим та ціннісно-мотиваційним рівнем розвитку, адже, крім умов обстановки, перебігу професійної діяльності, на нього постійно вчиняють негативний інформаційно-психологічний вплив.

Як поняття «психічне здоров'я військовослужбовця» науковці розуміють таке функціонування психіки військовослужбовця, яке забезпечує його гармонійну взаємодію з навколишнім світом, адекватність поведінки,

ефективність навчальної і службової діяльності, і постійний особистісний розвиток [80, с. 119].

Іншими словами, це поняття слід розуміти як стан душевного благополуччя військовослужбовця, який характеризується відсутністю хворобливих психічних проявів і забезпечує адекватну умовам навколишньої дійсності регуляцію поведінки та діяльності, в тому числі в умовах вчинення на нього негативного інформаційно-психологічного впливу.

У контексті збереження психічного здоров'я Л. Карамушка та М. Андрос виокремлюють такі його складові: розумову (вміння отримувати, аналізувати та використовувати необхідну інформацію), емоційну (здатність розуміти, висловлювати та регулювати свої емоції та почуття) і практичну (здатність усвідомлювати свої потреби й інтереси, ставити відповідні цілі та досягати їх) [63, с. 317].

Сучасний військовослужбовець, користуючись інформаційними ресурсами у службовій діяльності та поза нею має враховувати, що поряд з корисною інформацією для задоволення його запитів в інформаційному просторі може бути запропонована спеціально організована шкідлива інформація.

Отже, крім професійних знань, вмінь та навичок, військовослужбовцю Збройних Сил України необхідно мати ще й спеціальні здібності, вміння та особистісні властивості, що забезпечують гнучкість і динамізм його професійної поведінки, креативність у професійній діяльності, самостійність у пошуку та засвоєнні нової інформації, здобутті нового професійного досвіду.

Досліджуючи виклики сьогодення в інформаційному суспільстві, С. Горова зосереджує увагу на тому, що діяльність сучасної людини опосередкована загальними обсягами використовуваної інформації. З огляду на це сучасна людина має:

засвоювати обов'язкові обсяги знань, необхідні в сучасних умовах для оволодіння професійними навиками у сфері трудової діяльності і спілкування в суспільстві;

через прискорення в оновленні обсягів знань, необхідних для ефективної професійної діяльності, постійно додатково навчатися;

використовувати зростаючі обсяги знань для суспільно корисної діяльності. Оскільки ця сфера людського функціонування потребує дедалі тісніших зв'язків з науковою сферою діяльності, більшого обсягу творчої праці, вирішення складніших вузькопрофесійних проблем, у перспективі використовувані обсяги такої спеціальної інформації будуть зростати;

постійно засвоювати зростаючі обсяги інформації, пов'язаної з розвитком соціальної сфери життя суспільства і задоволенням власних потреб у спілкуванні. У цій сфері інформаційної діяльності зростає значущість ЗМІ (друкованих та електронних), а сучасна людина активізується у використанні нових джерел електронної інформації, нових інформаційних потоків, у тому числі міжнародних, чому значно допомагає політика інформатизації;

задовольняти свої потреби в міжособистісному спілкуванні за допомогою насамперед електронних технологій, активізувати участь у розвитку соціальних мереж, інтерактивному спілкуванні зі ЗМІ та ін.;

задовольняти дозвіллєві потреби у сфері комп'ютерних технологій тощо [33, с. 199].

У таких умовах особливої значущості набувають питання розвитку здатності військовослужбовців Збройних Сил України захистити себе від різних інформаційних загроз, обтяжених такими психологічними рисами, як медіазалежність, масифікація реакцій, медіатравматизм, схильність до набуття опосередкованого досвіду, включно з випадковим, адже ураження такими негативними впливами опосередковані відбиранням часу, ресурсів, відверненням та розосередженням уваги, зниженням рівня мотивації до виконання службових завдань, погіршенням морально-психологічного стану.

Військовослужбовці Збройних Сил України представляють різні види та роди військ, інші військові формування, однак особливості їх психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації мають

спільні ознаки, зумовлені військово-професійною діяльністю, серед яких ми виокремлюємо:

важливість інформаційного, морального та психологічного чинників як компонентів перемоги в сучасних бойових діях;

пріоритетність отримання інформації з соціальних мереж та месенджерів, спрощене сприйняття інтернету як цілісного інформаційного майданчика;

вплив суспільно-політичних настроїв на діяльність військовослужбовця;

відсутність спеціальної технологічної підготовленості та навичок пошуку, перевірки інформаційного контенту;

неадаптованість до зростання обсягів інформації;

різну за тривалістю ізолюваність доступу до інформаційного простору (нестача об'єктивної інформації, перерозподіл інформаційних потоків, що негативно позначається на рівні задоволення інформаційних потреб);

родо-видову спрямованість негативного впливу медіаперцептивної комунікації, що враховує відмінності у специфіці завдань та умовах їх виконання;

залежність рівня керованості й ефективності управління військами від рівня інформаційної безпеки особового складу;

потребу в публічності, наданні інформації, необхідної для реалізації законних інтересів представників засобів масової інформації, доступі до відкритої суспільно значущої інформації.

Моральна готовність військовослужбовців як складова психологічної є невід'ємною і неодмінною умовою високої готовності та боєздатності війська [157, с. 132].

На важливості інформаційного, морального та психологічного чинників як компонентів перемоги в бойових діях наголошують учені в усі історичні епохи. Однак особливої значущості ці чинники набувають з настанням ери інноваційних технологій, оскільки інформацію почали прирівнювати до стратегічного національного ресурсу, а досягнення перемоги однією стороною

та поразка іншою має не стільки військовий сенс, скільки інформаційно-психологічний [128].

Отже, РФ спрямовує негативний вплив медіаперцептивної комунікації на такі компоненти морально-психологічного світу особистості військовослужбовця, як модель світу, соціальні установки, віру, переконання, мотиви зі складною інформаційною основою, за допомогою яких формується духовний світ, система цінностей, моральна готовність військовослужбовців, мотивація та активність у захисті держави.

Досліджуючи сучасні контексти концепту моральної готовності військовослужбовців, В. Осьодло та Л. Будагьянц наголошують на глобальних трансформаціях фазового переходу провідних суспільств від індустріальної до інформаційної цивілізації, що зумовило здобуття людиною нового становища в інформаційному суспільстві та розвиток морального ставлення людини до світу, до іншої людини, до себе (як важливої складової світогляду) в напрямі гуманізації, універсалізації та конкретизації із переоцінюванням цінностей і зміною уявлень. Учені серед визначальних новітніх контекстів концепту моральної готовності військовослужбовців виокремлюють інформатизацію та «мережевізацію» суспільства, зміни у збройній боротьбі та гібридну війну, військовий етос та військово-професійну культуру інформаційної доби [135, с. 112].

Інформатизація та «мережевізація» сучасного суспільства привели до того, що традиційними інструментами вчинення негативного інформаційного впливу стали засоби масової інформації та соціальні мережі.

Так, Г. Кардозо зауважив, що «ми бачимо присутність нового поняття простору, де фізичне та віртуальне впливають одне на одного, закладаючи підґрунтя для виникнення нових форм соціалізації, нових способів життя і нових форм соціальної організації» [223]. Надалі М. Кастельс висновує ще конкретніше: «Онлайн-мережі стають формами «спеціалізованих спільнот», тобто формами комунікабельності, побудованими навколо специфічних інтересів... люди можуть належати до кількох таких мереж» [65, с. 132].

Функції соціальної циркуляції виконують різноманітні інститути. Серед суспільних механізмів такої циркуляції учені виокремлюють армію, церкву, школу, політичні структури, професійні ієрархії та ін. У них основним потоком інформації є інформація від керівництва, зверху вниз, а інформація знизу виконує функції ознайомлення із ситуацією та наслідками виконаних розпоряджень. Поряд розвивається також горизонтальна сфера спілкування, що виконує функції суспільної соціалізації між однорівневими соціальними структурами, між окремими індивідами. Такий рівень спілкування є рівноправним попри всю його важливість для людини [145, с. 111].

На сьогодні горизонтальна сфера спілкування реалізовується через електронні засоби. В цілому мережі в інформаційному просторі розвинулися як механізми горизонтальних інформаційних обмінів за приватною ініціативою, їх доволі успішно використовують для просування власних інтересів не лише сфера бізнесу, а й інші суб'єкти впливу. Ці суб'єкти нерідко вводять у сферу спілкування з особливою довірою тенденційну або просто шкідливу для об'єкта впливу інформації. Соцмережі, набуваючи ваги в системі міжособистісного спілкування в мережі «Інтернет», можуть ставати ефективним інструментом впровадження у громадську думку тенденційної інформації, негативних інформаційних впливів, в умовах загострення міждержавних протистоянь – ставати складовими спеціальних операцій у військових конфліктах [33, с. 158].

Розвиток системи суспільних комунікацій в умовах інформатизації при цьому дає змогу користуватися не лише вертикальними потоками інформації, регламентованими державою, національними інформаційними інститутами, а й ресурсами глобального інформаційного простору та горизонтальним спілкуванням, наприклад через систему соцмереж [33, с. 62].

Величезні масиви різноманітної інтернет-інформації нині можуть задовольнити широке коло особистих інтересів сучасної людини, що створюватиме в людини ілюзорне відчуття набуття тих рольових функцій, які є важкодоступними або й зовсім недоступними в реальному житті. Як правило, люди з недосить сильною волею для утвердження в реальному

житті створюють для себе в інформаційних масивах мережі «Інтернет» комфортний, цікавий, відповідний власним мріям і фантазіям світ, переносять у нього все більше власних інтересів із практики реального суспільного життя, відриваються від нього. Це створює проблеми не лише для конкретного індивіда, а й для членів реальних соціальних спільнот, до яких він належить: сім'ї і трудового колективу. Крім того, і про це з усе більшою тривогою заявляють медики, глибоке занурення у створений власною фантазією світ, тривале інтернет-спілкування людини створює у неї залежність від комп'ютера, негативно впливає на здоров'я, в тому числі психіку [33, с. 80].

Сугестивні технології, застосовувані в сучасному інформаційному просторі, можуть впливати на нервово-психічні процеси і соціальні уявлення, настанови, суспільні норми, цінності, думки, а також індивідуальну самосвідомість відвідувачів інтернет-ресурсів. Відповідно сугестивний вплив на мережеві співтовариства може спонукати їх представників до певних дій у реальній дійсності [182].

Такі технології дедалі активніше використовують в інтернет-просторі. При цьому в Україні соціальні мережі та блоги також стрімко набувають суспільної значущості, що пов'язано зі ставленням громадської думки до традиційної організації суспільного інформування, з духовним запитом на притаманну українцям внутрішню щирість у міжособистісних взаєминах, із втомою від політичного лицемірства, бажання дедалі більшої кількості людей самореалізуватися як громадян. Мова передусім іде про повноцінну можливість зосередити увагу суспільства на важливих, гострих темах, розширити горизонти комунікації, виходячи за межі, в яких працюють традиційні ЗМІ, що пов'язано з рівнем життя, бажанням особи уявити своє життя по-іншому, себе в іншій якості, втекти від реальності. Так, С. Горова наголошує, що такі можливості соціальні мережі надають особливо легко [33, с. 176].

Щодо каналу мовлення, то його вибір обумовлений типом символів для кодування інформації; характером повідомлення; значущістю і привабливістю цього каналу для одержувача; конкретними перевагами (недоліками) певного

типу каналу. Обраний канал впливатиме на те, як буде сприйняте відправлене повідомлення, і який вплив матиме [203, с. 155].

У нашому дослідженні ми зосередили увагу на таких ресурсах, як соціальні мережі, телеграм-канали та онлайн-медіа, як джерелах потенційного негативного медіаперцептивного впливу, оскільки електронні інформаційні ресурси стали ідеальним засобом для вчинення інформаційно-психологічного впливу, що мають маніпулятивно-управлінський потенціал, змінюють установки, моделі поведінки та сприйняття дійсності. Електронні інформаційні ресурси на сьогодні стали одним із провідників реалізації інформаційної агресії, адже створюють віртуальний світ, побудований за «проектом замовника», з гарантованою культурною гегемонією нав'язаних цінностей. Саме тому електронні інформаційні ресурси функціонально найбільше придатні на роль одного з видів інформаційної зброї, що уражає свідомість людини, руйнує способи і форми самоідентифікації особистості стосовно своєї нації, етносу, народу, змінює фіксовані цінності, трансформує «матрицю» пам'яті індивіда, створюючи особистість із заздалегідь заданими параметрами, що задовольняють вимоги замовника [33, с. 268].

Саме онлайн-джерелам інформації віддають перевагу найбільше українців – такі результати містяться у звіті про опитування, проведене Київським міжнародним інститутом соціології (КМІС). Переважають онлайн-канали отримання інформації, особливо «Телеграм» і «Ютуб» [42].

В іншому опитуванні, проведеному Київським міжнародним інститутом соціології на замовлення громадської організації «Український інститут медіа та комунікації», майже половина українців вважають, що телеграм-канали публікують лише перевірену інформацію, більшість респондентів не перевіряють інформацію, яку отримують, і не знають власників каналів, на які підписані [100].

За результатами дослідження «Безпека військових у соціальних мережах», проведеного виданням «АрміяInform» майже 70% опитаних військовослужбовців щодня відвідують соціальні мережі, переважна більшість

з них використовує соціальні мережі як спосіб отримання інформації про події у світі, Україні, армії (65,9 %), а не як канал спілкування з друзями (34,1%). Враховуючи сучасні тенденції розвитку соцмереж і маніпулятивних технологій, наведені цифри показують, що військовослужбовці Збройних Сил України як цільова аудиторія є легкодоступними саме в соціальних мережах [11].

Через електронні ресурси людство оперативно отримує значну частину інформації, але основною залишається текстова, засвоєвана через зорове сприйняття. Цифрові технології створюють передумови для нових концептуальних взаємодій у системі засобів масової інформації, дають змогу об'єднувати текстові, візуальні, аудіальні, аудіовізуальні, графічні, анімаційні та інші елементи. Серйозність та небезпека такої ситуації полягають у тому, що сучасні інформаційні технології (візуальні та аудіальні) можуть впливати на свідомість людини, оминаючи контроль її розуму [92].

На думку А. Кідименка та М. Деменка, поняття «соціальна мережа» набуло поширення в різних сферах людської діяльності. Його визначити можна як співтовариство людей, які пов'язані спільними інтересами та справами або мають інші причини для безпосереднього спілкування [73, с. 175].

Після заборони на території України дії російських соціальних мереж на кшталт «Одноклассники», «ВКонтакте», «Mail.Ru» [166] всі можливості проросійського впливу почали застосовувати в соціальній мережі «Facebook». Сервіс позиціонує себе як «персоналізовану щоденну газету», тому його використовують ЗМІ та медіа-професіонали, особливо технологи, які планують інформаційно-психологічні операції проти українців. Близько чверті читачів вебсайтів потрапляють на них через «Facebook». На жодній іншій платформі щодня не публікують і не поширюють стільки фотографій, скільки на цій платформі. Основа контенту на «Facebook» – текстові повідомлення, які найкраще впливають на аудиторію.

Вітчизняний сегмент соцмереж «Facebook», «Twitter» тощо на сьогодні найменше застрахований від негативних зовнішніх інформаційних впливів, що особливо небезпечно в умовах інформаційно-психологічної війни, у яку

втягнута наша держава. Небезпека пов'язана з рядом чинників: неадаптованістю сучасної людини до зростання масивів нової інформації, різної за якістю, достовірністю та соціальною значущістю; технологічною невідповідністю більшості учасників інформаційних обмінів у мережах, відсутністю навичок пошуку якісної інформації; надмірною ідеалізацією спілкування в соцмережах (при низькому рівні довіри до вітчизняних ЗМІ і політиків); відсутністю знань про загрози інформаційної війни, збитки, яких вона може завдати державі і конкретній людині, інші супутні причини, що можуть серйозно нашкодити особистості [33, с. 176].

Через вплив перелічених чинників військовослужбовці Збройних Сил України під час інформаційних обмінів можуть легко потрапляти під дію спеціальних маніпулятивних технологій, бойових технологій інформаційної війни. Крім цього, інформаційна діяльність у соціальних мережах характеризується не лише зовнішніми спеціально організованими негативними впливами, а й внутрішніми, опосередкованими специфікою функціонування соціальних мереж.

Так, учені Тель-Авівського університету дійшли висновку, що соціальні мережі можуть спричиняти психози та галюцинації. Дослідники пов'язали психотичні епізоди (транзиторний психоз) і галюцинації із залежністю від мережі «Інтернет», зокрема віртуальних відносин, культивованих на сайтах соціальних мереж [173].

Характерно, що соціальні мережі мають великий адиктивний потенціал, тобто, значний ризик виникнення залежності. Це може статися з декількох причин:

робота в соціальних мережах впливає на центри задоволення в мозку, а бажання повторно отримати ці емоції змушує проводити там дедалі більше часу;

під час роботи на веб-платформах людина отримує багато різноманітної інформації невеликими порціями за малий проміжок часу, до такого режиму роботи мозок звикає дуже швидко, навіть не через задоволення й особливості

засвоєння інформації, а через зручність, швидкість та доступність соцмереж, що є важливими передумовами формування будь-якої залежності, в тому числі інтернет-залежності (інформаційної).

На думку Л. Перетятка та М. Тесленка, існують кілька видів інтернет-залежності: віртуальне спілкування та онлайн-знайомства, заміна реального спілкування віртуальним, постійна участь у чатах, спілкування на форумах. Учені також звертають увагу на спільні риси інтернет-залежності з іншими формами адикції: деформацією ціннісно-орієнтаційної сфери особистості; зміною моделей поведінки, переважанням негативізму і дратівливості під час спілкування з оточенням; зростанням толерантності до процесу (кількості часу, який необхідно провести в мережі для досягнення задоволення) [140, с. 110].

Досліджуючи інтернет-залежність як соціальну небезпеку, К. Васильєва виокремлює п'ять основних видів інтернет-залежності: 1) комп'ютерна залежність, пристрасть до роботи за комп'ютером; 2) компульсивна навігація в мережі і пошук інформації у віддалених базах даних; 3) перевантаженість інформацією, патологічна схильність до опосередкованих мережею «Інтернет» азартних ігор, онлайн-аукціонів, електронних покупок; 4) кіберсексуальна залежність – залежність від відвідування порнографічних сайтів; 5) кіберкомунікативна залежність – залежність від спілкування в соціальних мережах [19, с. 230].

Надмірна залученість до мережі «Інтернет» заподіює шкоду не лише психологічному, міжособистісному, сімейному, економічному чи соціальному статусу людини, а й позначається на її фізіологічних процесах – знижує тривалість зосередження уваги, посилює втому, стрес, відчуження, спричиняє зниження рівня інтелекту.

Зниження тривалості зосередження уваги зумовлене тим, що мозок звикає до специфіки роботи з інформацією в соцмережах і поступово втрачає здатність тривалий час утримувати увагу на чому-небудь. Це погано позначається на здібностях мислення, виникають труднощі із послідовним міркуванням, обмірковуванням однієї проблеми, адже увага постійно переключається.

Втома і стрес з'являються через безперервний потік інформації та емоційних вражень, через що мозок перевтомлюється, а організм відчуває стрес.

Відчуження, зниження рівня інтелекту опосередковані тим, що під час тривалого перебування в соціальних мережах мозок зайнятий своєрідною безцільною активністю, яку не можна назвати повноцінною інтелектуальною роботою. Через те, що інформація надходить швидко й безперервно, людина її практично не аналізує, відсутній процес належного критичного мислення. Емоції не мають розвитку у відповідь на подразники, оскільки для цього потрібні час і спокій, яких немає в умовах швидкого засвоєння інформації. Співчуття, емпатія, зацікавленість і захопленість зникають, не встигаючи оформитися у психіці, оскільки одна інформація різко змінює іншу.

Значну роль, особливо для військовослужбовців, відіграє взаємозв'язок емоцій з фізіологічними змінами в організмі. Фізіологічні зрушення відбуваються під час прояву багатьох емоцій як вторинне пристосувальне явище. Схема етапів виникнення емоцій і супутніх їм фізіологічних зрушень може мати такий вигляд: подразник – збудження таламуса – емоція – фізіологічні зміни [204, с. 130].

Психіка військовослужбовця Збройних Сил України через специфіку служби зазнає значного інформаційного й емоційного навантаження, яке не завжди спадає, а іноді посилюється у позаслужбовий час. Наслідком таких впливів можуть бути зміни психічного стану та психологічних властивостей людини, модифікація поведінки, а також неспроможність особистості зберігати свої системоформувальні якості й основні психологічні характеристики.

У парадигмі взаємозв'язку емоційного стану із фізіологією американський фізіолог В. Кеннон звернув увагу, що реакції тіла, які виникають під час прояву різних емоцій, дуже подібні: людина блідне, зазнаючи смутку чи страху, червоніє, відчуваючи радість чи гнів. Отже, лише зовнішніх змін недостатньо, щоб сповна пояснити багатогранність людських емоцій. За теорією Кеннона–Барда фізіологічне збудження відбувається

одночасно з емоційним. Так, В. Кеннон звернув увагу на дві обставини: по-перше, фізіологічні порушення, які виникають під час прояву різних емоцій, бувають досить схожими й не відображають їх якісної своєрідності; по-друге, ці фізіологічні зміни розгортаються повільно, натомість емоційні переживання виникають швидко, тобто передують фізіологічній реакції. Також В. Кеннон показав, що штучно зумовлені фізіологічні зміни, характерні для певних сильних емоцій, не завжди викликають очікувану емоційну поведінку. На його думку, емоції виникають внаслідок специфічної реакції центральної нервової системи [232].

Психологічну сутність стійкості особистості до різних інформаційних впливів становить особистісна орієнтація на віддалені чинники життя. Психологічно стійка особистість контролює власні емоційні переживання і використовує конструктивні стратегії поведінки в конкретних ситуаціях інформаційного впливу.

Негативна інформація є подразником, що викликає емоції, а надалі і фізіологічні зміни в організмі військовослужбовця. Негативні емоції (розчарування, образа, гнів) можуть спричинити дезорганізацію поведінки й діяльності, порушити цілеспрямовані дії, послабити пам'ять, спростити набуті навички, призвести до заміни складних дій простішими. Військовослужбовець у гніві відчувається роздратовано, будучи сумним, зазнає гальмування моторики, що сповільнює не лише фізичну, а й розумову активність. Емоція суму лежить в основі такого психічного розладу, як депресія [204, с. 130].

Отже, негативний вплив комунікації постає подразником, що спочатку викликає емоції, а потім і внутрішні зміни в організмі військовослужбовця. Важливо зазначити, що ці зміни також є негативними і відображаються на його діяльності [129, с. 53].

Щодо змісту і місця емоцій у структурі особистості, їх впливу на фізіологічні системи організму та діяльність людини О. Бандурка, С. Бочарова, О. Землянська на підставі аналізу з'ясували, що емоційні реакції суб'єкта призводять до різних змін у його психофізіологічних характеристиках і,

навпаки, найвищої продуктивності діяльності досягають не за відсутності емоційного збудження чи мінімального його значення, а в оптимальній зоні, яка є індивідуальною; діяльність в умовах емоційного напруження ускладнюється, а в емоціогенних умовах (у разі загрози діяльності статусу, честі, здоров'ю, життю особистості, ймовірності виникнення конфліктів, катастроф) спостерігається її повна дезорганізація [129, с. 30].

За результатами психологічного аналізу проблеми тривожності особистості О. Волошок зазначає, що тривожний стан характеризується стурбованістю, побоюванням, тугою, що може проявлятися як відчуття безпорадності, невпевненості у собі, безсилля перед небезпекою, що наближається, перебільшення загрози. Надмірно високий рівень тривожності учений розглядає як дезадаптивну реакцію, що виявляється у загальній дезорганізації поведінки і діяльності, заважає нормальному розвитку і продуктивній діяльності [24, с. 122].

Найбільш травмуючими В. Кириченко вважає стресори майбутнього, які змушують особистість постійно готуватися до подій, що можуть трапитися у її житті. Тривоги та невдачі майбутнього (реальні та надумані) здатні створювати більший стрес, ніж реальна фізична небезпека [69].

Військовослужбовець, який постійно відчуває тривожність, схильний уникати відповідальності або навіть найпростіших труднощів, що ускладнює спілкування та взаємовідносини з іншими. Переживання військовослужбовця можуть значно підсилювати специфічні умови його служби, такі як жорстка регламентація та вимогливість, значні психологічні і фізичні навантаження, різкі й несподівані зміни умов служби і життєдіяльності, неможливість змінити умови свого існування, підвищена відповідальність за свої дії, а також наявність ряду негативних явищ у суспільстві, великої кількості інформаційних повідомлень негативного спрямування, що стосуються військової сфери (правдивих, фейкових, маніпулятивних) тощо.

Основною психофізичною небезпекою маніпулятивних впливів С. Горова визначає зміну рис характеру, поведінки особи, зниження рівня інтелекту

і творчих можливостей, придушення зрештою зміну особистості. Учена застерігає, що такі зміни можуть спричиняти появу соціальних груп, керованих на підсвідомому рівні, готових виконувати будь-які команди. Найнебезпечнішим є такий вплив на вище державне та військове керівництво, управлінські структури й інших відповідальних осіб, що своїми діями чи бездіяльністю можуть віддати країну у владу злочинного світу, авантюристів тощо [33, с. 192].

На важливості впливу суспільно-політичних настроїв на діяльність військовослужбовця вказує І. Підопригора, який наголошує, що саме суспільно-політична обстановка стала одним із визначальних чинників впливу на інформаційно-пропагандистське забезпечення військовослужбовців ВМС ЗС України, дала змогу у березні 2014 року окупувати Автономну Республіку Крим та організувати антидержавні протестні акції в Одеській і Миколаївській областях [142, с. 71].

Досліджуючи структуру психологічної стійкості військовослужбовців, В. Ключков зазначає, що діяльність військовослужбовців (активність, пасивність, самовідданість тощо) залежать від ставлення народу до війни, від рівня її популярності у свідомості мас. Образ війни у свідомості громадян набуває певного емоційного забарвлення в залежності від того, наскільки успішно, на чий території тривають бойові дії та яка частка населення країни фізично та психологічно бере у них участь [76, с. 54].

Вплив суспільно-політичних настроїв народу на діяльність військовослужбовця, включно із його бойовою активністю можна розглядати трояко. По-перше, через вплив механізмів психічної індукції, навіювання, наслідування військовослужбовці засвоюють панівний настрій у суспільстві, формують відповідні настанови та мотиви бойової поведінки. По-друге, бойова готовність військовослужбовців великою мірою визначається ставленням народу до власних збройних сил. По-третє, військовослужбовці заражаються емоційним ставленням народу до противника, що також істотно впливає на активність їх бойових дій. Історичний досвід показує, що у битвах найчастіше

перемагають ті збройні сили, військовослужбовці яких бачать у противнику лютого і ненависного ворога, що посягає на суверенітет і територіальну цілісність їхньої Батьківщини [76, с. 55].

Отже, обізнаність військовослужбовців із суспільно-політичною обстановкою, переконаність у беззаперечній підтримці власного народу, впевненість у державній підтримці їх та їхніх близьких сприяють зосередженості на виконанні завдань за призначенням та є запобіжниками у вчиненні на них негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Крім вкидів недостовірних даних, маніпуляції фактами та формулюваннями значною проблемою сучасного медіапростору А. Бондаренко, Н. Кельм, Р. Кульчинський, Н. Романенко та Я. Тимощук визначають спрощене сприйняття мережі «Інтернет» як цілісного інформаційного майданчика з нібито перевіреною інформацією. Про цю проблему згадують, зокрема, організації, що моніторять ЗМІ, і називають її феноменом «прочитаного в інтернеті», коли інформацію сприймають за щирю правду без огляду на ресурс публікації та джерело [186].

Також небезпечними чинниками сучасної медіаперцептивної комунікації є відсутність навичок пошуку якісної інформації і технологічна невідповідність переважної більшості учасників інформаційних обмінів у мережах [150, с. 186].

Результати опитувань про наявність цифрових компетентностей у населення показують, що не всі мають потребу скористатися безкоштовним онлайн-навчанням із цифрової грамотності, бажання, необхідні пристрої, комп'ютерну техніку та доступ до високошвидкісного інтернету. За результатами останніх досліджень у 37,9% населення України у віці 18–70 років рівень цифрових навичок становить нижче базового, а 15,1% взагалі не володіють ними [206].

Однак зазначимо, що Європейська комісія досить активно зосередилася на питанні цифрової освіти. На цей час розроблено План дій щодо цифрової освіти (2021–2027), цілями якого є сприяння розвитку високоефективної

цифрової освітньої екосистеми та підвищення цифрових навичок і компетенцій для цифрової трансформації [225].

Досліджуючи розвиток цифрової компетентності як професійно значущого складника підготовки офіцерів Збройних Сил України, О. Пінчук та А. Прокопенко наголошують, що в кожного офіцера має бути так званий кейс теоретичних знань, практичних умінь та навичок, за допомогою яких він щодня ефективно та безпечно використовуватиме сучасні цифрові технології в роботі та у процесі навчання [143, с. 57].

Результати проведеного цими ученими опитування досліджуваних офіцерів Збройних Сил України щодо потреб у цифрових навичках показали, що 48% досліджуваних осіб не вистачає навичок роботи із сервісами для створення інфографіки, 36% зазначили, що хотіли б мати навички із налаштування безпеки та конфіденційності, 31% віддали перевагу сервісам планування [143, с. 63].

Такі результати вказують на усвідомлення сучасними офіцерами необхідності постійного розвитку цифрових компетентностей, які поки є недостатніми, однак підтверджують розуміння того, що навички цифрової грамотності – це важливий компонент професійної компетентності сучасного фахівця військового управління, що передбачає наявність знань, умінь та усвідомленої готовності використовувати цифрові технології для ефективної організації службової діяльності, критично оцінювати інформаційні ресурси та застосовувати технологічні інновації.

Неадаптованість військовослужбовців Збройних Сил України до зростання масивів інформації призводить до того, що надлишкова інформація утруднює оперування всіма базовими інформаційними резервами та знижує ефективність управління [34, с. 32].

Серед особливостей психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, пов'язаних зі специфікою службової діяльності, доцільно згадати внутрішні чинники повідомлення: актуальність повідомлення для людини, ступінь його

новизни, відповідність потребам та емоційному настрою. Як зазначає О. Хміляр, досліджуючи фейк як інформаційний маркер та регулятор поведінкової активності особистості військовослужбовця, навряд чи військовослужбовці звернуть увагу на повідомлення про існування НЛО, існування містичних тварин у Чорнобильській зоні, масові теорії змов світових масонів, оскільки це не стосується їхньої діяльності, хоча такі фейки також мають свою аудиторію. Військовослужбовців здебільшого цікавитимуть новини про хід бойових дій, ставлення суспільства та уряду до військових, про керівництво силових структур, а також політичні процеси, пов'язані насамперед із війною. Саме в такій категорії новин військові мають бути особливо обачними, щоб не зазнати маніпулятивного впливу [204, с. 127].

Отже, родо-видова спрямованість негативного впливу медіаперцептивної комунікації може враховувати відмінності у специфіці завдань та умовах їх виконання.

Залежність рівня керованості й ефективності управління військами від рівня інформаційної безпеки особового складу пов'язана з необхідністю використання інформаційних ресурсів для оперативного прийняття конкретних рішень, орієнтованих на певну діяльність та ефективне управління.

Як зазначає В. Ортинський, між процесом управління військами та інформаційною безпекою військовослужбовців існує взаємозв'язок: чим вищий рівень безпеки, тим вищий рівень керованості. Ефективне управління інформаційною безпекою військовослужбовців є, з одного боку, найважливішою умовою захисту від негативного інформаційного впливу, з іншого – критерієм якості інформаційного забезпечення діяльності Збройних Сил. Чим вища відповідність якості інформації до висунутих вимог, тим вища ефективність військової діяльності [133, с. 5].

Отже, зміст прийнятого рішення, незалежно від його фіксування лише в голові людини чи на будь-яких матеріальних носіях, є новою інформацією для виконання дій. Ця обставина стимулює посилення уваги сучасної людини до суспільно значущих інформаційних ресурсів. Необхідністю прийняття

оперативних рішень на основі нової інформації підтверджує потребу у стимулюванні людей до якісної роботи з інформацією, використання такого розумового потенціалу, який би забезпечив якнайкращий результат [33, с. 77].

Професія військового належить до категорії стресогенних, тобто професійна діяльність військовослужбовців Збройних Сил України характеризується наявністю специфічних стрес-чинників військового середовища.

У військовій психології прийнято виокремлювати дві основні групи стрес-чинників, що ускладнюють діяльність військових спеціалістів [14, с. 119]:

небезпека (загроза), раптовість (несподіванка), новизна (нестандартність) обстановки, невизначеність, відповідальність, негативні емоційні реакції, монотонія від надлишку часу, групова ізоляція, втомленість і дискомфорт;

дефіцит часу, підвищення темпу діяльності, надлишок інформації, поєднання кількох видів діяльності одночасно, ступінь злагодженості дій фахівців та інформаційний дефіцит.

Неспецифічні адаптаційні процеси, що розгортаються у відповідь на вплив стресорів у системі прийому і переробки інформації, забезпечують зменшення кількості одиниць інформації, які обробляє людина. Чим гірше функціонують механізми неспецифічної адаптації, тим нижче стресостійкість системи прийому і переробки інформації, тим вища можливість особистісних змін. Якщо інформаційне середовище занадто сильно впливає на людину, це може призвести до стресу.

У разі виникнення стресових реакцій під впливом екстремальних чинників першим вмикається емоційний апарат, оскільки емоції залучені у структуру будь-якого цілеспрямованого поведінкового акту. Різноманітність емоційних станів істотно формує поведінку людини, її почуття і настрої, створюючи своєрідне, суб'єктивне ставлення до дійсності, в тому числі індивідуальну особистісну оцінку одержуваної інформації [22, с. 351].

Інформаційні умови виникнення стресу, стрес-чинники та реагування на стрес, що має інформаційну природу, відрізняються у кожної людини та є

продуктом індивідуальних когнітивних процесів, особливостей сприймання, способу мислення та оцінювання ситуації, знання власних можливостей (ресурсів), ступеня володіння способами реагування, управління, саморегуляції [174, с. 125].

Отже, поширення саме інформаційного різновиду стресу полягає не лише в залежності наслідків від зовнішніх впливів інформаційного стресу, хоча вони і мають бути досить сильними для людини, а й від особистісного сенсу мети діяльності, оцінювання ситуації, в якій людина перебуває.

Інформаційне середовище є засобом, за допомогою якого суспільство транслює людині норми, цінності, установки, моделі і стереотипи поведінки. Адекватність, повнота інформаційних впливів на свідомість забезпечують розуміння реальності, когнітивну модель світу і ситуації, розуміння себе та своїх можливостей. Проте трапляється, що інформація за своєю сутністю не відповідає соціальним нормам кооперативного співіснування, є маніпулятивною та узалежнює особистість від її споживання. Ці процеси часто супроводжуються негативними емоціями, перенапруженням фізичних і психічних функцій, деструкцією поведінки та діяльності, опосередковані різними видами психологічного стресу – особистісним, міжособистісним, сімейним, професійним тощо. Однак будь-який різновид психологічного стресу має інформаційну основу, тобто джерелом його розвитку є зовнішні повідомлення, інформація про поточний (реальний) або передбачуваний (ймовірний, можливий) вплив несприятливих подій, їх загрозовість, «внутрішня» інформація у формі минулого досвіду, який виринає з пам'яті у вигляді відомостей про травмуючі психіку події, ситуації та їх наслідки [15, с. 35].

Досліджуючи інформаційну безпеку в контексті інформаційної культури, О. Дзьобань та Є. Мануйлов визначають поняття «інформаційний стрес» як стан інформаційного перевантаження, коли суб'єкт не може впоратися з поставленим завданням, не встигає приймати правильні рішення в необхідному темпі, будучи відповідальним за їх наслідки [41, с. 76].

У книзі «Гібридна війна: вижити і перемогти» Є. Магда висновує, що в основі інформаційного стресу лежать порушення в інформаційному взаємообміні між людиною та її оточенням, особливості індивідуальних перцептивних, когнітивних, емоційних та регулятивних механізмів. З огляду на це всі актуальні життєві події, які супроводжуються психічною напруженістю, можуть бути джерелом інформаційного стресу і впливають на поведінку та діяльність особистості [99, с. 206].

Досліджуючи теорію та практику збереження психічного здоров'я військовослужбовців, Є. Потапчук зазначає, що для розвитку інформаційного стресу важливим чинником є стан мотиваційно-потребової, емоційно-вольової та когнітивної сфер суб'єкта діяльності, які зумовлюють суб'єктивну, особистісну значущість екстремальної ситуації, наявність готовності і можливості її подолати, здатність вибрати раціональну стратегію поведінки в цих умовах [147, с. 2].

В умовах тривалого інформаційного впливу (інформаційного стресу), що перевищує допустиму для конкретної людини межу, розвивається інформаційне перевантаження, що може призвести до психологічного перенапруження, втоми і виснаження людини, позамежного гальмування нервової системи, гострих реакцій на інформаційні подразники середовища. За таких умов можуть послаблюватися опірність організму та психіки, порушитися нормальні фізіологічні та психологічні функції, знизитися працездатність, виникнути почуття безпорадності і сугестивності, особистісна та професійна редукція [35, с. 19].

Таким чином ситуацію інформаційного впливу доцільно розцінювати як психологічно загрозливу, якщо суб'єкт не може її контролювати й ефективно регулювати власну поведінку через нестачу інформації про часові, просторові та змістові характеристики явища та / або недостатні індивідуальні можливості опанування ним.

Психіка суб'єкта може тривалий час перебувати в небезпечних умовах, викликаних сукупністю таких чинників: визначеним обсягом та змістом

інформації, чинником часу, рівнем мотивації. Збіг цих чинників може бути шкідливим у двох випадках: по-перше, якщо необхідно опрацювати великий обсяг інформації у разі значного дефіциту часу, відведеного для роботи мозку, по-друге, за нестачі інформації впродовж тривалого часу, однак мотивація поведінки за будь-яких умов дуже висока. Тривала робота в умовах несприятливого поєднання цієї тріади є патогенною: порушуються короткочасна та довгострокова пам'ять, змінюються емоції, збивається цикл «сон – бадьорість», порушується регуляція серцево-судинних функцій, дихання та інших систем [199, с. 108].

В основу інформаційного стресу, опосередкованого військовим середовищем, покладено порушення індивідуальних перцептивних, когнітивних, емоційних та регулятивних механізмів людини. Крім стрес-чинників саме військового середовища, на його суб'єктів також безпосередньо впливають частота і тривалість споживання соціально шкідливої інформації (мова ворожнечі, агресивні наративи, фейки, маніпулювання тощо), тривала нестача значущої інформації, тривале обмеження доступу до потрібної інформації через виконання завдань за призначенням, занадто великий обсяг необхідної інформації, засвоєння якого відбувається набагато повільніше через брак часу. Перелічені умови спричиняють розвиток інформаційного стресу суб'єктів військового середовища.

Отже, розвиток інформаційного стресу у суб'єкта військового середовища пов'язаний не тільки з особливостями його професійної діяльності, а й з умовами і подіями його життя, особливостями спілкування, сприймання та пізнання навколишнього світу, можливостями саморегуляції та самозахисту від стресогенної інформації, і, як наслідок – опанування проблемних ситуацій та екзистенційного темпу власного буття. Визначати причини інформаційного стресу суб'єкта військового середовища необхідно з урахуванням особливостей впливу будь-яких життєвих подій, які можуть бути джерелом стресу, пов'язаного з особливостями інформаційної епохи. Оскільки будь-який акт комунікації не полягає лише в передачі інформації, тому що саме виникнення

комунікативного акту завжди зумовлене потребою мовця досягнути певного прагматичного ефекту (кінцевої мети), потрібно насамперед змінити емоційний стан адресата чи адресатів.

Надзвичайно важливим завданням у таких умовах є системна підготовка висококваліфікованих працівників, здатних підтримувати і розвивати власний психологічний самозахист від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, від якого залежать успішність виконання військовими фахівцями їх професійних обов'язків та завдань за призначенням у повсякденній та бойовій обстановці.

Особливої актуальності це завдання набуває зараз, коли у сучасному мультиканальному комунікативному просторі перед військовослужбовцем постають безліч проблем, пов'язаних з умінням оперувати інформацією: від якісного та кількісного засвоєння повідомлень, вміння розрізняти об'єктивні і маніпулятивні факти до налагодження адекватної міжособистісної внутрішньої взаємодії. На результативність і злагодженість роботи у військових колективах, безумовно, впливають достовірність отриманої інформації, щирість та неупередженість у процесі спілкування. На сьогодні це завдання обтяжено різкістю та швидкістю змін в обстановці в умовах російсько-української війни, коли стійкість військовослужбовця до різноманітних викликів зазнає постійних перевірок у тому числі стійкість до брехні, фальсифікацій, спотворення інформації, яка до нього надходить.

Отже, однією з важливих компетентностей сучасного військовослужбовця Збройних Сил України є здатність ефективно виконувати завдання за призначенням в будь-яких умовах обстановки та впливу будь-яких компонентів гібридної війни, включно з інформаційним. Формування такої компетентності неможливе без розвитку психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

РОЗДІЛ 2

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО САМОЗАХИСТУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ ВІД НЕГАТИВНОГО ВПЛИВУ МЕДІАПЕРЦЕПТИВНОЇ КОМУНІКАЦІЇ

У розділі описано процедуру проведення психологічного експерименту з дослідження особливостей психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Обґрунтовано актуальність і надійність обраного психодіагностичного інструментарію для визначення розвиненості психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Головну увагу приділено інтерпретації результатів констатувального етапу експерименту з визначення рівня розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації та його особливостей.

2.1. Загальна характеристика етапів, методів і методик емпіричного дослідження та груп досліджуваних осіб

Метою цього етапу роботи є емпіричне дослідження особливостей психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, що містять інформацію про психологічну сутність явища та індивідуально-психологічні особливості його проявів.

Програма емпіричного дослідження передбачала: ретроспективне осмислення власного професійного досвіду, спостереження за військовослужбовцями Збройних Сил України під час службової діяльності, що дало змогу обґрунтувати компонентний склад досліджуваного явища та виокремити його особливості; експертне опитування для підтвердження виокремлених структурних компонентів та наповнення їх показниками, значущими для психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних

Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації; анкетування військовослужбовців Збройних Сил України і психологічне діагностування за обраними методиками для фіксування рівнів та особливостей розвиненості у них психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Для досягнення визначеної мети емпіричного дослідження особливостей психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації потрібно вирішити такі завдання: на основі теоретичного аналізу проблематики дослідження, результатів анкетування та результатів психодіагностичного дослідження розробити структурно-функціональну модель та програму розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

На підставі аналізу наукової та психодіагностичної літератури виявлено ситуацію нестачу психологічного інструментарію, адекватного завданням нашого дослідження, тому, щоб досягнути мети дослідження, ми передбачили проведення таких етапів:

1. Визначення компонентів та показників оцінки психологічного конструкту за допомогою експертного оцінювання.

2. Розроблення анкети для самооцінювання військовослужбовцями Збройних Сил України власного рівня розвиненості психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

3. Психодіагностування військовослужбовців Збройних Сил України за визначеними компонентами та показниками психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

4. Математико-статистична обробка результатів дослідження.

5. Визначення особливостей психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації та його зумовленості індивідуальними

психологічними характеристиками особистості й умовами військово-професійної діяльності.

6. Розподіл обстежуваних осіб на дві (контрольну та експериментальну) гомогенні групи для проведення формувального і контрольного етапів психологічного експерименту.

7. Розроблення програми розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Апробація розробленої програми в експериментальній групі.

8. Повторний психодіагностичний зріз в обох групах (контрольний етап психологічного експерименту).

9. Аналіз та математико-статистична обробка отриманих результатів.

10. Оцінювання ефективності авторської програми.

11. Підведення підсумків (формулювання висновків).

У контексті впливів інформаційного (постіндустріального) середовища ми з'ясували, що будь-які інформаційні повідомлення з негативними інтенціями підлягають осмисленню, викликають яскраве емоційне оцінювання, набувають статусу *cogitatum* (задум) та виражаються у поведінці чи бездіяльності (рис. 2.1).

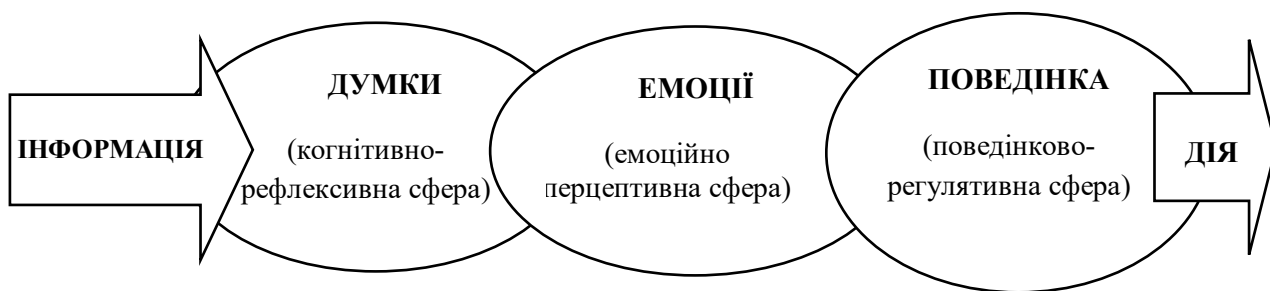


Рисунок 2.1 – Компоненти зворотної реакції адресата на актуальний негативний вплив медіаперцептивної комунікації

Під час аналізу психологічного самозахисту як стратегії, прагматичного засобу і механізму мінімізації актуального негативного інформаційно-психологічного впливу, тобто зворотної реакції адресата на медіаперцептивну комунікацію, ми пропонуємо розрізняти три її компоненти (див. рис. 2.2):

когнітивно-рефлексивний, перцептивно-емоційний та поведінково-регулятивний. Когнітивно-рефлексивний компонент пов'язаний із формулюванням запитань, побудовою гіпотез та формуванням інференцій щодо розвитку подій для зняття наративної невизначеності та набуття достатнього рівня інтелектуальної компетентності). Перцептивно-емоційний компонент пов'язаний із фіксуванням провідної емоції, яка супроводжує обробку читачем інформації, наведеної у медіаперцептивній комунікації). Поведінково-регулятивний компонент виражений контролем поведінкою внаслідок негативного впливу комунікації та обранні стратегії психологічного самозахисту.

Вказані компоненти ми розглядаємо як рівноправні, оскільки в межах інформаційно-психологічного впливу вони активуються спільно, але не одночасно: когнітивно-рефлексивні умовиводи читача стають джерелом перцептивно-емоційного компонента, що надалі відображаються у регуляції поведінки, діях чи бездіяльності.



Рисунок 2.2 – Структура психологічного самозахисту людини від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Надійність і достовірність нашого дослідження визначено обґрунтованістю теоретичних положень, застосуванням апробованого методичного та математичного інструментарію, адекватного досліджуваному явищу, репрезентативною вибіркою, статистичною значущістю отриманих результатів, що забезпечило валідність і надійність отриманих в дослідженні даних.

Емпіричне дослідження містило три етапи: підготовчий, діагностичний та аналітико-інтерпретаційний.

На першому (підготовчому) етапі ми вивчили наукові засади досліджень психологічного самозахисту людини від негативного впливу медіаперцептивної комунікації як наукову проблему; провели теоретичний аналіз сутності і змісту психологічного впливу медіаперцептивної комунікації на людину; розкрили особливості психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Результатом першого етапу стали: обрання методів дослідження, розроблення послідовності і порядку організації проведення психологічного експерименту, визначення кола обстежуваних осіб, розроблення авторської анкети, добір психодіагностичних методик, адекватних меті і завданням дослідження.

Для визначення показників рівня значущості психологічних властивостей, що становлять структуру психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу інформації, ми застосовували метод групових експертних оцінок (метод «Дельфі»).

Правомірність використання такого методу підтверджено тим, що методологічно правильно отримані експертні судження задовольняють критерії точності і відтворюваності результату експертизи. В межах цього методу розроблено технологію переходу від індивідуальних експертних оцінок до колективної [208, с. 76].

Основою методу є ідея про те, що якщо певним чином узагальнити й обробити індивідуальні оцінки експертів стосовно конкретної ситуації, можна отримати загальну думку із максимальним ступенем надійності і достовірності. Метод можна застосовувати рознесено в часі та незалежно від місцеперебування учасників.

Відбір експертів ми почали зі складання списку компетентних у досліджуваній галузі осіб – кандидатів в експерти (КЕ), що стало основою для вибору експертів за допомогою методу взаємних рекомендацій.

Метод взаємних рекомендацій аналогічний методу голосування. В анкеті, де вказано місце роботи, посаду, науковий ступінь і звання, педагогічний стаж та інші особисті дані кожного кандидата в експерти, було запропоновано відповісти на запитання: «Кого б Ви обрали як експерта із запропонованого списку?». На основі анкетування ми визначили коефіцієнт взаємних рекомендацій (коефіцієнт кожного кандидата в експерти більший, чим більше голосів подано за нього).

Дані зі списку КЕ було включено в діагональну матрицю взаємних рекомендацій, яку ми заповнювали таким чином: якщо i -й КЕ вибирав j -го КЕ, то на місці перетину i -го рядка і j -го стовпця ми ставили знак «+», якщо не вибирав – знак «-», якщо сумнівався у виборі – «?». Ми прийняли, що «+» = 1, а «-» та «?» = 0 (додаток Б).

Далі було проведено ранжування (розташування коефіцієнтів взаємних рекомендацій у порядку зростання). Вибір експертів із широкого кола фахівців методом ранжування дає змогу уникнути суб'єктивізму під час формування експертних груп, відібрати для проведення експертизи лише висококваліфікованих фахівців із відповідної галузі знань, винести на їх розгляд весь спектр можливих рішень щодо аналізованої проблеми [10, с. 409].

Для визначення необхідної та достатньої кількості експертів N_{γ} ми використали таку формулу:

$$N_{\gamma} = \left(\frac{t_k d}{6,6 \Delta Q} \right)^2,$$

де t_k – квантиль (визначають за заданим значенням надійності γ);

d – величина, що дорівнює різниці між максимальним і мінімальним значеннями шкали, за якою оцінюють показник;

ΔQ – похибка оцінки КЕ.

Похибку колективної експертної оцінки можна оцінити за формулою, яку використовують у теорії ймовірностей:

$$\Delta Q = \frac{d}{n\gamma} = \frac{9}{33} = 0,27$$

де d – розмах оцінної шкали ($d = q_{\max} - q_{\min}$);

$n\gamma$ – кількість експертів.

Отже, щоб оцінки експертів відповідали надійності $\gamma = 0,8$ (оскільки за шкалою бажаності Харрінгтона можна вважати надійними результати, γ яких не нижче, ніж 0,8) при похибці $\Delta Q = 0,27$ та $d = 9$ необхідною і достатньою є така кількість експертів:

$$N_{\gamma} = \left(\frac{0,8 \cdot 9}{6,6 \cdot 0,27} \right)^2 = 16,32 \approx 16 \text{ осіб.}$$

Експертами стали фахівці, які мають значний досвід служби (роботи) на посадах, пов'язаних із психологічним, інформаційно-пропагандистським забезпеченням, інформаційною безпекою, журналістикою і стратегічними комунікаціями, належний рівень освіти і професійної підготовки.

Щоб діяльність експертів була ефективною, ми відпрацювали процедуру експертизи:

поставлення проблеми, визначення цілей, завдань і меж експертизи;

складання аркушів експертного опитування;

проведення опитування й узгодження оцінок;

формалізація одержаної інформації, її обробка, аналіз та інтерпретація.

Завданням експертизи визначено виявлення рівня значущості психологічних властивостей у структурі психологічного самозахисту

військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Межами експертизи встановлено: об'єкт експертизи – психологічний самозахист військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації; предмет експертизи – показники оцінювання рівня значущості психологічних властивостей у структурі психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу інформації.

З результатами теоретичного вивчення наукових засад досліджень психологічного самозахисту людини від негативного впливу медіаперцептивної комунікації як наукової проблеми, теоретичного аналізу сутності і змісту психологічного впливу медіаперцептивної комунікації на людину з урахуванням запропонованої функціональної структури (компонентного складу) психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації ми склали аркуш експертного опитування *N* (додаток В) для виявлення показників рівня значущості психологічних властивостей у структурі психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу інформації. Експертним опитуванням охоплено такі показники:

1. Вміння аналізувати інформацію критично, раціонально, неупереджено, спираючись на факти (критичне й аналітичне мислення).
2. Здатність тривалий час утримувати увагу, незважаючи на втому від інформаційного контенту.
3. Розвиненість властивостей уваги (наприклад, тривале зосередження, концентрація, швидке переключення).
4. Здатність порівнювати факти, знаходити причинно-наслідкові зв'язки між явищами та робити самостійні висновки.
5. Здатність продуктивно логічно мислити, високий інтелектуальний потенціал.
6. Вміння мислити креативно, творчо та нешаблонно.

7. Мотивація до отримання перевіреної, достовірної інформації.
8. Спрямованість на саморозвиток.
9. Розуміння своїх і чужих емоцій та управління ними.
10. Емоційне реагування та підвищена чутливість до значущих інформаційних подразників.
11. Адекватне сприйняття специфіки військової служби (спрямованість негативного інформаційного впливу).
12. Вміння контролювати власну емоційну запальність і стримувати негативні емоційні прояви.
13. Розуміння власних уразливостей у сприйнятті й аналізі інформації.
14. Здатність тривало зберігати високу активність.
15. Потреба перебувати в інформаційному просторі та контролювати перебіг подій.
16. Уміння управляти своїм психоемоційним станом і свідомо регуляція поведінки задля подолання негативного інформаційного впливу.
17. Стресостійкість (здатність опиратися, несприйнятливість будь-яких чинників зовнішнього впливу).
18. Довірливість до неперевіреної інформації, схильність до навіювання.
19. Здатність виконувати функціональні обов'язки в умовах дефіциту інформації.
20. Комунікабельність (товариськість).
21. Адекватна самооцінка.
22. Розуміння власних можливостей у подоланні наслідків негативного інформаційного впливу.
23. Варіант запропонований експертом.

Надані експертами оцінки запропонованих психологічних властивостей, що становлять структуру психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації були підсумовані та проведено їх ранжування (табл. 2.1).

Таблиця 2.1 – Ранжування показників психологічних властивостей, що становлять структуру психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації

№ п/п	Показник	Сума балів	Ранг
1	Вміння аналізувати інформацію критично, раціонально, неупереджено, спираючись на факти (критичне й аналітичне мислення)	146	21
2	Здатність тривалий час утримувати увагу, незважаючи на втому від інформаційного контенту	107	10
3	Розвиненість властивостей уваги (наприклад, тривале зосередження, концентрація, швидке переключення)	90	7
4	Здатність порівнювати факти, знаходити причинно-наслідкові зв'язки між явищами та робити самостійні висновки	146	21
5	Здатність продуктивно логічно мислити, високий інтелектуальний потенціал	146	21
6	Вміння мислити креативно, творчо та нешаблонно	120	13
7	Мотивація до отримання перевіреної, достовірної інформації	95	8
8	Спрямованість на саморозвиток	113	11
9	Розуміння своїх і чужих емоцій та управління ними	147	22
10	Емоційне реагування та підвищена чутливість до значущих інформаційних подразників	143	19
11	Адекватне сприйняття специфіки військової служби (спрямованість негативного інформаційного впливу)	128	15
12	Вміння контролювати власну емоційну запальність і стримувати негативні емоційні прояви	143	19
13	Розуміння власних уразливостей у сприйнятті й аналізі інформації	141	17
14	Здатність тривало зберігати високу активність	125	14
15	Потреба перебувати в інформаційному просторі та контролювати перебіг подій	107	10
16	Уміння управляти своїм психоемоційним станом і свідомо регуляція поведінки задля подолання негативного інформаційного впливу	142	18
17	Стресостійкість (здатність опиратися, несприйнятливості будь-яких чинників зовнішнього впливу)	117	12
18	Довірливість до неперевіреної інформації, схильність до навіювання	144	20
19	Здатність виконувати функціональні обов'язки в умовах дефіциту інформації	137	16
20	Комунікабельність (товариськість)	101	9
21	Адекватна самооцінка	113	11
22	Розуміння власних можливостей у подоланні наслідків негативного інформаційного впливу	142	18

Щоб виокремити найбільш значущі показники ми використали шкалу бажаності Харрінгтона або варіант мультиплікативної згортки критеріїв, названий функцією бажаності [219, с. 36]. Для зручності значення на шкалі у відсотках було переведено у значення в рангах (ранг 22 прийнято за 100%) (табл. 2.2).

Таблиця 2.2 – Відповідність рангів відсоткам за шкалою Харрінгтона для визначення найбільш значущих показників

Бажаність	Відмітка на шкалі бажаності, %	Відмітка на шкалі бажаності, ранги
Дуже добрий	100...80	22...17,6
Добрий	80...63	17,6...13,9
Задовільний	63...37	13,9...8,1
Низький	37...20	8,1...4,4
Дуже низький	20...0	4,4...0,0

Відповідно до табл. 2.2, найбільш значущими для психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації визначено психологічні якості, що мають ранг, не менший 17:

вміння аналізувати інформацію критично, раціонально, неупереджено, спираючись на факти (критичне мислення);

здатність порівнювати факти, знаходити причинно-наслідкові зв'язки між явищами та робити самостійні висновки;

здатність продуктивно логічно мислити, високий інтелектуальний потенціал;

розуміння своїх і чужих емоцій та управління ними;

емоційне реагування та підвищена чутливість до значущих для людини інформаційних подразників;

вміння контролювати власну емоційну запальність та стримувати негативні емоційні прояви;

розуміння власних уразливостей у сприйнятті й аналізі інформації;

уміння управляти своїм психоемоційним станом і свідомо регуляція поведінки задля подолання негативного інформаційного впливу;

довірливість до неперевіреної інформації, схильність до навіювання;

розуміння власних можливостей із подолання наслідків негативного інформаційного впливу.

В опитуванні взяли участь 16 експертів, які оцінювали значущість 22 психологічних властивостей, з яких було обрано 10 найбільш значущих для психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Оскільки кількість ранжованих ознак або факторів перевищує 2, ми використовували коефіцієнт конкордації, який по суті є множинним варіантом рангової кореляції.

Коефіцієнт конкордації використовують для визначення залежності між кількісними та якісними ознаками, що характеризують однорідні і ранжовані за одним принципом об'єкти. Цей коефіцієнт змінюється в межах від 0 до 1. Якщо він дорівнює одиниці, то всі експерти надали n об'єктам однакові ранги, якщо дорівнює 0, то думки експертів не узгоджені. Якщо $W = 1$, думки експертів повністю узгоджені, якщо $W = 0$, то узгодженості практично немає. Зазвичай вважають, що думки експертів узгоджені, якщо коефіцієнт конкордації потрапляє у межі від 0,6 до 1 [208].

Коефіцієнт конкордації нашої вибірки експертів дорівнює 0,673, що вказує на достатній рівень однодумності визначених експертів. Статистичне значення отриманого коефіцієнта конкордації було перевірено за критерієм Пірсона на основі раніше розрахованих даних і становить 65,52. Отримані значення зіставлено із табличним критичним значенням критерію Пірсона для рівнів статистичної значущості при різній кількості ступенів свободи (ступінь свободи для нашого дослідження дорівнює 21). Різницю між двома розподілами можна вважати достовірною, якщо емпіричне значення досягає критичного або перевищує його на рівні достовірності 0,05, і тим більше є достовірним, якщо емпіричне значення досягає критичного або перевищує його на рівні достовірності 0,01 [122, с. 168]. Критичне значення критерію для нашого рівня

статистичної значущості становить 32,671 при рівні достовірності 0,05 і 38,932 при рівні достовірності 0,01. Оскільки отримане емпіричне значення вище за табличне, можемо стверджувати, що отриманий коефіцієнт конкордації є статистично істотним.

Під час оцінювання узгодженості думок експертів для нас було важливо визначити, якою мірою кожен експерт впливає на узагальнену узгодженість групи. Для цього ми послідовно виключали з розрахунків одного експерта й обчислювали коефіцієнт конкордації без урахування його думок. Послідовне виключення одного з експертів практично не впливало на зміну показника узгодженості експертів.

Визначені експертами пріоритетні психологічні властивості, які становлять структуру психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, ми об'єднали у три групи, що утворили три компоненти психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Когнітивно-рефлексивний компонент відображає схильність військовослужбовців Збройних Сил України до аналітичного та критичного мислення, рівень загального інтелекту і рівень навіюваності (сугестивності). Його показниками стали:

вміння аналізувати інформацію критично, раціонально, неупереджено, спираючись на факти;

здатність порівнювати факти, знаходити причинно-наслідкові зв'язки між явищами та робити самостійні висновки;

упередженість до неперевіреної інформації, низький рівень навіюваності;

здатність продуктивно логічно мислити, високий інтелектуальний потенціал (лексичний запас, комбінаторно-логічний та індуктивний способи мислення, можливості запам'ятовування і відображення наочно-образної інформації).

Перцептивно-емоційний компонент характеризує властиву спрямованість перцептивної модальності, емоційну запальність військовослужбовців Збройних Сил України та їх емоційну стійкість (врівноваженість). Його показниками стали:

- розуміння своїх і чужих емоцій та управління ними;
- емоційне реагування та підвищена чутливість до значущих інформаційних подразників;
- вміння контролювати власну емоційну запальність і стримувати негативні емоційні прояви;
- розуміння власних вад сприйняття і аналізу інформації.

Поведінково-регулятивний компонент характеризує діяльнісну здатність військовослужбовців Збройних Сил України до психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Його показниками стали:

- вміння управляти своїм психоемоційним станом і свідомо регуляція поведінки задля подолання негативного впливу медіаперцептивної комунікації;
- розуміння власних можливостей із подолання наслідків негативного інформаційного впливу.

Визначені критерії і показники оцінювання психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації зумовили вибір комплексу психодіагностичних методик, що дали змогу діагностувати захисні механізми психіки як психологічного феномена та широкий спектр властивостей особистості, пов'язаних із психологічним самозахистом від негативного впливу медіаперцептивної комунікації для визначення загального показника рівня його розвиненості.

Психодіагностичний комплекс містив опитувальники для дослідження емоційного інтелекту, емоційної запальності, емоційної збудливості-врівноваженості, перцептивної модальності, критичного й аналітичного мислення, сприйняття, саморегуляції, навіюваності (сугестивності), психічних захистів (притаманного життєвого стилю) (див. табл. 2.3).

Спрямованість негативного впливу медіаперцептивної комунікації на когнітивну сферу особистості опосередкована закріпленням і стереотипізацією образів, думок, бажанням перебудовувати ієрархію мотивів та цілей, модель світу, систему цінностей, виражається у впливі на специфіку сприйняття і запам'ятовування інформації адресатом, програмуванні асоціативного ряду щодо наданої інформації, формуванні таким чином несвідомих установок та визначенні можливих форм поведінки і способів ухвалення рішень.

Таблиця 2.3 – Методичний інструментарій дослідження

Сфера дослідження	Показники компонента	Методика вивчення
Когнітивно-рефлексивний компонент	Критичне мислення	Опитувальник критичного мислення Л. Старкі
	Аналітичне мислення	VI варіант субтесту шкали Р. Амтхауера (варіант, розроблений А. Вороніним і С. Бірюковим)
	Рівень інтелекту	Інтелектуальний тест Г. Ю. Айзенка
	Навіюваність (сугестивність)	Тест-опитувальник навіюваності (сугестивності) О. Саннікової, Ю. Фолі
Перцептивно-емоційний компонент	Емоційна запальність	Шкала емоційної запальності Е. Ільїна та П. Ковальова
	Емоційна збудливість-врівноваженість	Методика «Емоційна збудливість – врівноваженість» Б. Смирнова
	Перцептивна модальність	Діагностика домінування перцептивної модальності С. Єфремцева
Поведінково-регулятивний компонент	Саморегуляція поведінки	Стиль саморегуляції поведінки В. Моросанової, Є. Коноз
	Психічні захисти (життєві стилі)	Індекс життєвого стилю (LSI) Р. Плутчика, Г. Келлермана і Х. Конте

Для дослідження когнітивно-рефлексивного компонента психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації ми застосували такі методики: опитувальник критичного мислення Л. Старкі; VI варіант субтесту шкали Р. Амтхауера (варіант, розроблений А. Вороніним і С. Бірюковим); діагностування навіюваності (сугестивності) О. Саннікової, Ю. Фолі; діагностування рівня інтелекту за інтелектуальним тестом Г. Айзенка.

Тест «Критичне мислення» Л. Старкі в адаптації О. Луценко є оптимальним для діагностування рівня критичного мислення. Для критичного мислення характерні побудова логічних умовиводів, створення узгоджених логічних моделей і прийняття обґрунтованих рішень щодо відхилення судження, погодження з ним або тимчасового відкладення його розгляду. Результати тесту можна інтерпретувати відповідно до норм, тобто розподілити за рівнями критичного мислення так і якісно проаналізувати [35, с. 21]. Адаптований тест О. Луценко відповідає психометричним вимогам надійності, дискримінативності, валідності й забезпечений нормами для дорослих вікових груп обох статей; тест є однофакторним, за результатами його обробки потрібно обчислити один загальний показник критичного мислення, який може змінюватися від 0 до 27 балів [95, с. 67].

Аналітичність мислення респондентів ми досліджували за *VI варіантом субтесту шкали Р. Амтхауера*. Така важлива характеристика мислення – це готовий компонент здатності теоретизувати, відшуковувати причинно-наслідкові зв'язки між явищами, що є основою загальних здібностей і необхідний для успішного оволодіння різноманітними видами діяльності. Методика містить бланк з 15 рядами чисел, складеними за певною закономірністю. Досліджувана особа має з'ясувати за якою закономірністю, складено кожен із 15 запропонованих числових рядів і доповнити їх. Результати обробляють за допомогою ключа-таблиці з правильними відповідями. Під час обробки результатів підраховують кількість правильно дописаних досліджуваною особою рядів. За результатами обробки обчислюють рівень розвиненості аналітичності мислення, який може змінюватися від 0 до 13 балів [3].

Особливий інтерес для нашого дослідження становило вивчення схильності респондентів до навіювання. Успіх навіювання, його результат передбачає насамперед некритичне сприймання і ставлення до думок, висловлених іншими людьми, що сковує, паралізує власну волю, власні судження та дії. Оскільки ефективність навіювання залежить не тільки від

суггестора (того, хто впливає), а й від індивідуально-психологічних властивостей особистості суггеренда (того, хто сприймає психологічний вплив) [177, с. 12], то обов'язковим етапом для нашого дослідження є встановлення взаємозв'язку між психологічним самозахистом військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації та рівнем навіюваності (сугестивності), а також визначення його особливостей і допустимого рівня.

Рівень навіюваності досліджуваних осіб вивчали за методикою *«Тест-опитувальник навіюваності (сугестивності)»* О. Саннікової і Ю. Фолі [193]. Зазначена методика дає змогу визначити емоційний, захисно-регулятивний, когнітивний та поведінковий компоненти навіюваності (сугестивності). Емоційний компонент характеризує афективну складову навіюваності (шкала «емоційна чуйність – емоційна відстороненість»); захисно-регулятивний компонент зумовлений специфікою взаємозв'язку між навіюваністю та функціонуванням механізмів психологічного захисту у процесі становлення психологічно залежної від суспільства особистості під час її соціалізації (шкала «залежність – самодостатність»); когнітивний компонент навіюваності визначають ступенем критичності чи некритичності засвоєння інформації і відкритості новому (шкала «байдужість / критичність – відкритість / толерантність»), поведінковий компонент характеризує спонукання до дії і готовність слідувати навіюваному впливові (шкала «наслідування – ненаслідування»). Ця методика також дає змогу визначити загальний показник навіюваності досліджуваних осіб.

Сучасна медіаперцептивна комунікація характеризується можливістю продукування медіаефекту та зміни емоційного стану засобами створення настрою, емоційного фону, яскравих образів, асоціацій, що залишаються у пам'яті та / або підсвідомості. Саме емоції та їх провокування дають змогу впливати безпосередньо на підсвідомість, оминаючи свідомість, яка є цензурою психіки. Зрештою в підсвідомості індивіда закладаються патерни поведінки

(усталені норми у психіці), стимулюючи які, надалі можна прогнозувати будь-які очікувані реакції [164, с. 63].

Для оцінювання інтелектуальних здібностей ми обрали *тест інтелекту Г. Айзенка* (Тест IQ) [53], призначений для загального оцінювання інтелектуальних здібностей із використанням словесного, цифрового та графічного матеріалу з різними способами формулювання завдань. Структурно автор методики визначає п'ять рівнів розвиненості інтелектуальних здібностей людини: менше 80 балів – низький рівень; від 80 до 90 – нижчий за середній рівень; від 90 до 110 – середній рівень; від 110 до 120 – вищий за середній рівень; вище 120 – високий рівень.

Для дослідження перцептивно-емоційного компонента ми використали такі методики: «Шкала емоційної запальності» Е. Ільїна та П. Ковальова; «Емоційна збудливість – врівноваженість» Б. Смирнова та діагностування домінуючої перцептивної модальності С. Єфремцева.

Емоційна збудливість / запальність є властивостями емоцій. Емоційно нестійкі, збудливі люди відгукуються навіть на слабкі впливи оточення, натомість емоційно стійкі – тільки на сильні. Емоційна збудливість характеризується швидкістю виникнення, перебігу і зміни емоційного відгуку на певний подразник. Для людей, які мають високий показник емоційної збудливості, характерні легкість виникнення сильних емоцій, ослаблений самоконтроль, загальна афективність поведінки [66, с. 159]. Для виявлення рівнів емоційної збудливості респондентів ми використали методики, які дадуть змогу дізнатися, наскільки збудливими чи, навпаки, спокійними є досліджувані особи.

Рівень емоційної запальності та збудливості / врівноваженості досліджуваних військовослужбовців Збройних Сил України ми досліджували за допомогою методик «Шкала емоційної запальності» Е. Ільїна, П. Ковальова та «Емоційна збудливість – врівноваженість» Б. Смирнова.

Методика «Шкала емоційної запальності» призначена для виявлення емоційної запальності як особистісної характеристики. Методика «Емоційна

збудливість – врівноваженість» дала змогу визначити, наскільки вправно досліджувані особи вміють контролювати власні емоції у процесі діяльності або спілкування з іншими, стримувати негативні емоційні прояви у разі незадоволення певних потреб. Цей опитувальник містить 15 запитань і є скороченою адаптованою версією методики «Дослідження психологічної структури темпераменту» Б. Смирнова.

Високий рівень відображення дійсності, який дає змогу сформувати ширшу картину того, що нас оточує, називають сприйняттям. Сприйняття є результатом психологічних процесів, у яких задіяні поняття сенсу, взаємозв'язків, контексту, суб'єктивної оцінки, попереднього досвіду індивідуума і пам'яті. Іншими словами, сприйняття – це результат впорядкування відчуттів і їх перетворення у знання про предмети і події фізичного світу [7, с. 20].

Знаходження, розрізнення, ідентифікація і розпізнавання – це перцептивні дії військовослужбовця, завдяки яким відбувається перехід від об'єктивних, фізичних характеристик об'єкта до психічних, суб'єктивних. Знаходження і розрізнення відокремлюють предмет серед інших, ідентифікація дає змогу порівняти образ з еталоном, наявним у військовослужбовця, і зарахувати його до системи значень, якими він володіє, розпізнавання допомагає усвідомити предмет сприйняття через позначення [129].

У межах нейрофізіологічних досліджень у кожної людини є свій основний канал сприйняття і зберігання інформації, так звана «система репрезентації». Саме через провідний канал людині надходить основний потік інформації. «Систему репрезентації» поділяють на візуальну (зорову), аудіальну (слухову) і кінестетичну (моторне сприйняття).

Для дослідження індивідуальних особливостей сприйняття ми застосували опитувальник «Діагностування домінуючої перцептивної модальності» С. Єфремцева, який дає змогу визначити домінуючий канал сприйняття у людини – візуальний, аудіальний чи кінестетичний.

Сучасна глобалізація, яка спричинила значні зміни у сфері масової комунікації, посилила вплив медіа та різних комунікаційних технологій на поведінку людей. Кінцевим завданням негативного впливу медіаперцептивної комунікації на військовослужбовця Збройних Сил України є вплив через когнітивну та емоційну сфери на його поведінку, що реалізовується у зриві виконання завдань за призначенням.

Для дослідження поведінково-регулятивного компонента ми застосовували методику «Стильова саморегуляція поведінки людини» В. Моросанової, Є. Коноз і методику «Індекс життєвого стилю (LSI)» Г. Келлермана, Р. Плутчіка.

Методика «Стильова саморегуляція поведінки людини» В. Моросанової, Є. Коноз [123] присвячена вивченню індивідуального стилю саморегуляції довільної активності людини. Профіль саморегуляції детермінований особистісними структурами різного рівня. Індивідуальна система саморегуляції опосередковує вплив особистісних структур на особливості цілеспрямованої активності. Методика складається з тверджень, які входять до складу шести шкал, виокремлених відповідно до основних регуляторних процесів.

Цю методику ми застосували як єдину шкалу загального рівня саморегуляції, що характеризує загальний рівень сформованості індивідуальної системи усвідомленої саморегуляції довільної активності людини.

Для досліджуваних осіб з високими показниками загального рівня саморегуляції характерні усвідомленість і взаємопов'язаність регуляторних ланок у загальній структурі індивідуальної регуляції. У разі високого рівня мотивації досягнення такі особи здатні формувати стиль саморегуляції, який дає змогу компенсувати вплив особистісних особливостей, що заважають досягненню мети. Чим вищий загальний рівень свідомої саморегуляції, тим легше людина опановує нові види активності, впевненіше почувається в незнайомих ситуаціях, має стабільніші успіхи у звичних видах діяльності.

Ми вбачаємо, що психологічний самозахист від негативного впливу медіаперцептивної комунікації залежить від типу притаманного суб'єкту

психічного захисту, відповідно до якого він вибудовуватиме стратегію власного комунікативного стилю.

Для визначення притаманного досліджуваній особі механізму психологічного захисту ми обрали *тест-опитувальник «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика, Г. Келлермана і Х. Конте* [239].

В основу методики покладено психоеволюційну теорію емоцій Р. Плутчика, яка дала змогу сформулювати уявлення про взаємопов'язаність внутрішньоособистісних процесів людини та її механізмів захисту.

Так, Р. Плутчик запропонував розглядати особистісні риси як комбінацію двох або кількох первинних емоцій, навіть взаємовиключних. Такий підхід – аналіз способу змішування емоцій – може сприяти кращому розумінню багатьох важливих емоційних феноменів. Наприклад, Р. Плутчик пропонує такі формули: гордість = гнів + радість; любов = радість + схвалення; цікавість = здивування + схвалення; скромність = страх + схвалення; ненависть = гнів + здивування; провина = страх + радість або задоволення; сентиментальність = схвалення + горе.

Захисні механізми є психологічними своєрідними стратегіями, за допомогою яких люди намагаються уникнути або знизити інтенсивність негативних станів, зокрема конфлікту, фрустрації, тривоги і стресу, тобто певними буферами для зниження рівня негативних переживань, які завдають особистості непоправної шкоди, травмують її.

Інтерпретацію отриманих результатів проводять за 8 шкалами: заперечення, придушення, регресія, компенсація, проєкція, заміщення, інтелектуалізація та реактивні утворення.

На другому (діагностичному) етапі проведено емпіричне дослідження особливостей та рівнів розвиненості психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації; констатовано зміст і структурну організацію психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від

негативного впливу медіаперцептивної комунікації та його пов'язаність з особистісними характеристиками.

На діагностичному етапі дослідження ми обстежили респондентів за всіма досліджуваними показниками. Під час проведенні діагностичного обстеження ми враховували основні принципи та вимоги до процедури проведення емпіричного дослідження: уніфікацію тестових завдань і бланків; мотиваційні установки на правдивість і відвертість відповідей; уникнення нав'язування респондентам власної думки щодо вибору варіанта тестових відповідей; однаковий час та умови проведення обстеження респондентів тощо.

Зміст третього (аналітико-інтерпретаційного) етапу становили обробка й аналіз отриманих даних із застосуванням методів математичної статистики в межах кількісного (кореляційного і факторного) та якісного аналізу з подальшою інтерпретацією та експериментальною перевіркою результатів, а також визначення рівнів розвиненості психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації залежно від їх індивідуально-особистісних властивостей.

На нашу думку, дібрані методи, методики та інші додаткові змінні дають змогу утворити комплекс методичних засобів психодіагностування, в якому кожна методика доповнює іншу. Результати, отримані внаслідок застосування методик, були статистично проаналізовані, а надалі якісно інтерпретовані та змістовно узагальнені за допомогою методів математико-статистичної обробки даних.

Дослідження проведено протягом 2021–2023 рр.

Загальна кількість респондентів, що брали участь у констатувальному етапі експерименту, становить 211 осіб. Кількісно-якісну характеристику досліджуваних осіб, які підлягали обстеженню, відображено в табл. 2.4.

Таблиця 2.4 – Кількісно-якісна характеристика вибірки на констатувальному етапі психологічного експерименту

Відомості	Показники	Кількість о/с			%		
		Заг.	Ч	Ж	Заг.	Ч	Ж
		211	175	36	100	83	17
Категорія	Строковики	71	71	–	100	100	–
	Контрактники	71	68	3	100	96	4
	Офіцери	69	36	33	100	52	48
Стать	Чоловіки	211	175	–	100	83	–
	Жінки	211	–	36	100	–	17
Вік	18...30	132	121	11	63	92	8
	31...40	60	37	23	28	62	38
	41...50	12	10	2	6	83	17
	51...60	7	7	–	3	100	–
Вислуга років	≤ 5	128	126	2	61	98	2
	5...10	22	13	9	10	59	41
	10...15	21	18	3	10	86	14
	15...20	28	8	20	13	29	71
	20...25	4	4	–	2	100	–
	≥ 25	8	6	2	4	75	25
Освіта	Магістр/спеціаліст	101	65	36	48	64	36
	Бакалавр	35	35	–	16	100	–
	Середня спеціальна	55	55	–	26	100	–
	Середня технічна	10	10	–	5	100	–
	Середня	10	10	–	5	100	–

2.2. Аналіз результатів, отриманих у ході дослідження особливостей психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації

Відповідно до складеної програми емпіричного дослідження ми зафіксували і проаналізували отримані результати. Для статистичної обробки результатів ми використали метод лінійної кореляції (статистичний коефіцієнт – критерій К. Пірсона), кластерний аналіз та показник χ^2 Пірсона. Усі розрахунки виконано на компютері за допомогою пакета статистичних програм Statistica 6.0.

Аналіз отриманих результатів продемонстрував відсутність істотних відмінностей у досліджуваних групах за такими характеристиками, як категорія військовослужбовців, стать, вік, вислуга років та освіта.

Тому нами було сконцентровано вихідну інформацію, представлену у вигляді масиву даних, отриманих за результатами програми емпіричного

дослідження та за допомогою факторного аналізу здійснено обчислення коефіцієнтів кореляції кожної із аналізованих змінних (результати вивчення рівнів критичного, аналітичного мислення, рівня інтелекту, навіюваності (сугестивності), емоційної запальності, емоційної збудливості-врівноваженості, перцептивної модальності, саморегуляції поведінки) із кожним з виділених факторів (домінуючим механізмом психічних захистів).

Факторний аналіз дав змогу виявити розподіл військовослужбовців за найбільшою кореляцією зв'язку змінних із факторами на три групи (табл. 2.5).

Таблиця 2.5 – Розподіл військовослужбовців за кореляцією зв'язку змінних із факторами

Емпірично сформована група	A	B	C	D	E	F	G	H
	Заперечення	Придушення	Регресія	Компенсація	Проекція	Заміщення	Інтелектуалізація	Реактивні утворення
1 група	–	24 (11,4%)	–	–	–	2 (0,9%)	–	7 (3,32%)
2 група	–	–	–	9 (4,3%)	80 (37,9%)	–	14 (6,6%)	–
3 група	64 (30,3%)	–	11 (5,2%)	–	–	–	–	–

До першої групи увійшли 33 військовослужбовці (16%), яким притаманні такі домінуючі психічні захисти: придушення, заміщення та реактивні утворення (дисперсія (total Variance) 37%).

Для військовослужбовців другої групи (103 особи, 49%) домінуючими стали такі психічні захисти: компенсація, проекція та інтелектуалізація (дисперсія (total Variance) 19%).

Військовослужбовцям третьої групи (75 осіб, 35%) притаманні такі психічні захисти: заперечення, регресія (дисперсія (total Variance) 24%).

Під час констатувального етапу психологічного експерименту ми аналізували розглянули розвиненість компонентів психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації когнітивно-

рефлексивний (табл. 2.6), перцептивно-емоційний (табл. 2.7) та поведінково-регулятивний (табл. 2.8) у військовослужбовців за емпірично сформованими групами.

Таблиця 2.6 – Розподіл військовослужбовців Збройних Сил України за рівнями розвиненості когнітивно-рефлексивного компонента

Рівні	Разом n = 211		1 група n = 33		2 група n = 103		3 група n = 75	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Критичне мислення								
Високий	8	4	2	6	4	4	2	3
Вищий за середній	46	22	5	15	31	30	10	13
Середній	96	45	18	55	45	44	33	44
Нижчий за середній	57	27	7	21	23	22	27	36
Низький	4	2	1	3	–	–	3	4
Аналітичне мислення								
Високий	–	–	–	–	–	–	–	–
Вищий за середній	43	19	–	–	39	38	4	5
Середній	47	22	6	18	24	23	16	21
Нижчий за середній	49	23	11	34	18	17	21	29
Низький	72	34	16	48	22	20	34	45
Рівень інтелекту								
Високий	–	–	–	–	–	–	–	–
Вищий за середній	22	10	2	6	17	17	3	4
Середній	28	13	3	9	20	19	6	8
Нижчий за середній	73	35	9	27	41	40	22	29
Низький	88	42	19	58	25	24	44	59
Навіюваність (сугестивність)								
Високий	17	8	2	6	–	–	15	20
Вищий за середній	76	36	13	39	31	30	32	43
Середній	81	38	14	42	47	46	20	26
Нижчий за середній	37	18	4	12	25	24	8	11
Низький	–	–	–	–	–	–	–	–

Критичне мислення забезпечує особистість здатністю долати виключно прагматичне сприйняття світу, вміння різнобічно аналізувати проблему, використовувати різні джерела інформації, відокремлюючи об'єктивний факт від суб'єктивної позиції щодо нього, здатністю визначати причини

й передумови наявних проблем, докладати зусиль для їх практичного вирішення [144, с. 421]. Людиною, здатною критично оцінювати певні факти і події, ухвалювати самостійні рішення, дуже складно маніпулювати, спрямовуючи на неї негативний інформаційний вплив [114, с. 11].

Особливого значення критичне мислення набуває для офіцерів, оскільки, як зауважує О. Хміляр досліджуючи значення критичного та позитивного мислення для офіцерів, таке мислення забезпечує офіцерів інструментами, які покликані зробити його діяльність більш осмисленою і успішною, тому що критично мислячі офіцери інтелектуально незалежні, чесні самі з собою, ними немоливо маніпулювати. Такі офіцери спроможні перемогати сумніви, ставити правильні запитання, шукати і бачити зв'язки між явищами і вчинками людей, вибудовувати судження, що базуються на доказах. Вони вміють аналізувати нестандартні ситуації; співставляти, оцінювати, виявляти прорахунки інших, здатні визнавати свої прорахунки та показувати переваги кожного з підходів, що пропонується, вибираючи при цьому найбільш оптимальний. Офіцер, який володіє критичним мисленням легко відшукує потрібну й важливу інформацію, здатний її перевірити; всесторонньо вивчає різні можливості; прискіпливо оцінює кожну альтернативу, перш ніж зробити остаточний, власний вибір [201, с. 73].

Критичне мислення у сфері медіа – це не лише операціональні дії, а й когнітивна аналітично-синтетична здатність особистості до поетапного аналізу, відстеження, логічно аргументованого судження щодо змісту й форми медіатекстів, а також самостійність, свідоме унезалежнення мислення від стереотипів, результатом чого є формування власної позиції щодо будь-яких медіатекстів [112, с. 98].

У ході дослідження виявлено, що переважна більшість військовослужбовців має середні показники рівня розвиненості критичного мислення (22% мають рівень вищий за середній, 45% – середній, 27% – нижчий за середній). За рівнями розвиненості критичного мислення найвищі показники у представників другої групи (30% мають рівень вищий за середній, 44% –

середній, 22% – нижчий за середній); потім – у першій групі (15% мають рівень вищий за середній, 55% – середній, 21% – нижчий за середній); найнижчі показники у військовослужбовців третьої групи (13% мають рівень вищий за середній, 44% – середній, 36% – нижчий за середній).

Отримані емпіричні дані відображають вміння військовослужбовців встановлювати причинно-наслідкові, узагальнюючі та логічні зв'язки в межах середнього рівня, такі особи потребують більш переконливого аргументування та формування артикульованого критичного мислення у межах ширшої логічної рефлексії військовослужбовців Збройних Сил України. Зазначене актуалізує потребу в розвитку динаміки мисленнєвих процесів цих військовослужбовців, усвідомленні сутності критичного мислення та механізму його реалізації, що формуватиме підґрунтя для їх самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації та забезпечуватиме критичний підхід до фактів.

Аналітичне мислення полягає у специфічній аналітичній діяльності, у процесі якої об'єкти пізнання перетворюються у структури мислення, стають логічними формами, тобто способами аналізу, синтезу та категоріалізації. Завдяки аналітичному мисленню інформація набуває значення не лише корисного ресурсу, а й важливого і затребуваного продукту, що дає людині комплекс цілісних уявлень про інформаційне середовище, специфіку, механізми, способи і технології його функціонування, а також здатність сприймати їх у контексті характеристик середовища та інших особливостей.

Аналітичне мислення забезпечується здатністю використовувати логічні методи в пізнанні явищ та процесів навколишнього світу, здатністю до абстрагування, оцінювання фактів і подій для прогнозування їх розвитку з урахуванням комплексу чинників (об'єктивних, суб'єктивних, особистісних), можливих ризиків, впливу технологій тощо.

Аналітичність є важливою характеристикою мислення. В контексті психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації аналітичність мислення дає змогу досягнути інстинтної інтерпретації інформаційного повідомлення, уникнути логічних помилок під

впливом емоцій, суб'єктивного сприйняття та свідомого контролю за власними міркуваннями, що забезпечує пошук причинно-наслідкових зв'язків між явищами, прогнозування подальшого розвитку процесів та вибір оптимальної стратегії реагування.

Визначення рівня розвитку аналітичності індуктивного мислення в умовах обмеженого часу виявило, що серед досліджуваних осіб не було військовослужбовців із високим рівнем аналітичності мислення, більшість із них (64%) проявили середні рівні (19% – вищий за середній, 22% – середній, 23% – нижчий за середній), 34% мають низький рівень аналітичності мислення.

Найвищі показники аналітичності мислення показали військовослужбовці другої групи (38% мають рівень вищий за середній, 23% – середній, 17% – нижчий за середній, 20% – низький). Більшість досліджуваних осіб третьої групи мають середні показники аналітичності мислення (5% – рівень вищий за середній, 21% – середній, 29% – нижчий за середній) та 45% проявили аналітичність мислення на низькому рівні.

Військовослужбовці, які увійшли до першої групи, показали найгірші результати (немає високого та вищого за середній рівнів, 18% мають середній рівень, 34% – нижчий за середній та 48% – низький).

Підвищення рівнів критичного та аналітичного видів мислення військовослужбовців допоможе забезпечити опірність до негативного впливу спотворених і контрпродуктивних міфів минулого, спрямує діяльність на вирішення нагальних потреб сьогодення.

Оцінювання рівня інтелекту (IQ) дає змогу оцінити розумовий потенціал: спостережливість, типи мислення, вміння узагальнювати і порівнювати предмети між собою, навички вирішення просторових, вербальних та арифметичних завдань, здатність застосовувати можливості свого мозку. Інтелект допомагає інтерпретувати і класифікувати сприйняту інформацію, безпосередньо пов'язаний із когнітивним потенціалом людини та здатністю до конструювання системи мисленнєвих моделей як динамічних структур, що містять факти минулого, теперішнього та майбутнього. Саме тому рівень

інтелекту є підґрунтям розвиненості психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

За рівнем інтелектуальних здібностей військовослужбовців виявлено такий розподіл: 10% – рівень вищий за середній, 13% – середній, 35% – нижчий за середній, 42% – низький.

Більше половини військовослужбовців першої і третьої груп отримали низькі показники за інтелектуальним тестом (58% – у першій групі, 59% – у другій), серед інших рівнів превалює показник нижче середнього (27% – у першій групі, 29% – у другій). Військовослужбовці, які увійшли до другої групи, показали найкращі результати: 17% мають рівень вищий за середній, 19% – середній, 40% – нижчий за середній, 24% – низький).

Психологічний самозахист від негативного впливу медіаперцептивної комунікації залежить від спроможності аналізувати ситуацію та здатності до осмислених висновків, а отже, від інтелектуальних здібностей особистості. За показником навіюваності (сугестивності) переважна більшість військовослужбовців Збройних Сил України показали середні показники (36% мають рівень вищий за середній, 38% – середній рівень, 18% – нижчий за середній), 8% опитаних мають високий рівень сугестії.

Переважає більшість третьої групи військовослужбовців мають високий та вищий за середній рівні навіюваності (20% – високий рівень, 43% – вищий за середній, 26% – середній, 11% – нижчий за середній). Управління емоційними станами цієї групи військовослужбовців можливе через створення в них ілюзії ухвалення самостійного рішення за допомогою фонового впливу фасцинації, оскільки більшість може не усвідомлювати, що стала об'єктом навіювання.

У першій групі високий рівень навіюваності мають 6% респондентів, решта – у межах середніх значень (39% – вищий за середній, 42% – середній, 12% – нижчий за середній). Отримані результати вказують на достатньо високу уразливість цієї групи до впливу сугестії. Військовослужбовці другої групи характеризуються середніми показниками рівнів навіюваності (сугестивності): 30% мають рівень вищий за середній, 46% – середній, 24% – нижчий за

середній. Впливати на установки, переконання, настрої, ціннісні орієнтації, ставлення, точки зору військовослужбовців цієї групи буде достатньо складно.

Актуальним та важливим завданням для розроблення програми розвитку психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації є підвищення рівня медіаосвіти загалом та знань про сугестивні технології зокрема, вміння користуватися ними.

Таблиця 2.7 – Розподіл військовослужбовців Збройних Сил України за рівнями розвиненості перцептивно-емоційного компонента

Рівні	Разом <i>n</i> = 211		1 група <i>n</i> = 33		2 група <i>n</i> = 103		3 група <i>n</i> = 75	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Емоційна запальність								
Високий	14	7	1	3	4	4	9	12
Вищий за середній	19	9	2	6	3	3	14	18
Середній	62	29	9	27	32	31	21	28
Нижчий за середній	68	32	6	18	42	41	20	27
Низький	48	23	15	15	22	21	11	15
Емоційна збудливість-врівноваженість								
Високий	—	—	—	—	—	—	—	—
Вищий за середній	—	—	—	—	—	—	—	—
Середній	47	22	2	6	13	12	32	43
Нижчий за середній	90	43	21	64	44	43	25	33
Низький	74	35	10	30	46	45	18	24
Перцептивна модальність								
візуальний	148	70	15	46	80	78	53	71
аудіальний	28	13	4	12	17	17	7	9
кінестетичний	35	17	14	42	6	6	15	20

Серед досліджених осіб 23% характеризуються низьким рівнем емоційної запальності і здатністю гармонійно вибудовувати емоційний баланс на усіх комунікативних рівнях. Такими військовослужбовцями досить складно маніпулювати через неможливість генерування емоційного тла, що спрямує їхнє сприйняття інформації у потрібному руслі. Низька емоційна запальність таких військовослужбовців стає запобіжником негативного впливу на них медіаперцептивною комунікацією.

Серед усіх досліджених 7% осіб мають високий рівень емоційної запальності. Такі військовослужбовці можуть підпадати під вплив емоційно-забарвленої лексики інформаційних повідомлень, емоційного зараження потрібного маніпулятора, змінювати емоційний стан у цілому.

Решта військовослужбовців проявили середні рівні емоційної запальності (9% – вищий за середній, 29% – середній, 32% – нижчий за середній).

Найвищі показники емоційної запальності серед груп проявили представники третьої: 12% мають високий рівень, 18% – вищий за середній, 28% – середній, 27% – нижчий за середній, 15% – низький).

У першій і другій групах показниками емоційної запальності подібні: високі – 3% у першій групі, 4% – у другій; вищі за середній рівень – 6% у першій групі, 3% – у другій; середній рівень – 27% у першій групі, 31% – у другій; нижчий за середній – 18% у першій групі, 41% – у другій; низький рівень – 15% у першій групі, 21% – у другій.

Емоційна врівноваженість відображає загальну збудливість нервової системи та готовність до реагування на значущі для людини подразники, характеризує швидкість виникнення, перебігу і зміни емоційного відгуку (емоційного стану). Кількісну характеристику інтенсивності емоцій визначають ступенем незадоволеності відповідної потреби і ступенем несподіваності (непередбачуваності) обставин, що впливають на її задоволення: чим сильніше потреба і непередбачуваніші для суб'єкта умови, що сприяють або перешкоджають її задоволенню, тим сильніше в цій ситуації емоційне переживання. Саме через ці чинники можна цілеспрямовано керувати емоційними реакціями людини, тобто сприяти їх посиленню або послабленню. Залежно від інтенсивності можна виокремити величезну різноманітність емоцій від ледь помітного і погано усвідомлюваного емоційного тону відчуттів до найсильніших, короточасних, бурхливих, неконтрольованих і некерованих афектів.

У досліджуваних осіб ми спостерігали низькі, нижчі за середні та середні показники емоційної збудливості: 22% – середній рівень, 43% – нижче середнього, 35% – врівноважені).

У першій групі більше 60% мають емоційну збудливість на рівні нижче середнього, 6% – середній, 30% характеризуються емоційною врівноваженістю в усіх групах досліджуваних осіб. У другій групі 12% представників мають середній рівень емоційної збудливості, 43% – нижче за середній, 45% емоційно врівноважені. Серед військовослужбовців третьої групи домінує середній рівень (43%) емоційної запальності, 33% виявили рівень нижчий за середній, 24% емоційно врівноважені.

Це вказує на те, що особливості військово-професійної діяльності додають впевненості і здатності опиратися негативним або несприятливим обставинам, які витреновано у стресових ситуаціях, при значному напруженні під час виконання службових завдань.

Низький та нижчий за середній рівні емоційної збудливості забезпечують можливість контролю за бажаними та небажаними емоційними станами під час споживання різної інформації.

Формування уявлень про навколишній світ (суб'єктивної картини світу) у кожної людини відбувається індивідуально за допомогою пізнавального психічного процесу сприйняття (перцепції).

Ядром негативного впливу медіаперцептивної комунікації є інтерактивні, текстуальні і риторичні функції висловлювань, до яких належать персуазивність, маніпулювання, виклик, конфронтація, згода, стимулювання потоку дискурсу, засоби створення когерентності і когезивності тексту тощо. Медіаперцептивна комунікація на сьогодні є мультимодальною, адже містить різні семіотичні коди, які задіюють різні перцептивні канали, тобто сприйняття інформаційних повідомлень залежить від спрямування перцептивної модальності особистості.

Для більшості опитаних (70%) домінуючим є візуальний тип перцептивної модальності. Такі військовослужбовці краще засвоюють

інформацію, зосереджуючись на зорових образах: вони буквально усю інформацію отримують очима, звертаючи увагу на різноманітні зображення, картинки, фотографії, кольорове оформлення. Для привернення уваги таких людей у медіаперцептивній комунікації використовують слова-маркери, які впливають на візуалів, наприклад: «видно», «кореспондент помітив», «нам здається», «було яскраво», «контраст», «бачите» тощо.

У 13% досліджених осіб яскравіше виражений аудіальний тип сприйняття: вони звертають особливу увагу на слухові образи. Такі люди навіть не роблять записів, добре засвоюючи інформацію і без додаткових стимулів, звертаючи увагу на глибину, виразність та мелодійність звуків, інтонацій, мелодій і ритмів. Їм дуже важливо виговоритися, навіть якщо ця розмова нічого не значить. Такі люди можуть бути схильні до поширення чуток, пліток, неперевіреної інформації, яку десь почули. У розмові вони вільно використовують предикати, властиві всім типам, тому слова-маркери для них можуть бути різними, найпоширенішими серед них: «нещодавно чули», «раді були почути», «почулося», «звучить непогано» тощо.

У 17% досліджуваних осіб отримання інформації відбувається через дотики – так проявляється кінестетичний тип сприйняття, насамперед пов'язаний із тактильними, смаковими відчуттями, емоціями та різними почуттями.

У кінестетиків часто бувають труднощі із плануванням, вони або спочатку роблять, а потім думають, або навпаки – розмірковують надто довго. Це може впливати на споживання ними інформаційних повідомлень, вони можуть поширювати (перепощувати) неперевірену інформацію, піддаючи під вплив миттєвих емоцій. Індикаторами в комунікації для кінестетиків будуть такі словесні конструкції: «це приємно», «не можу терпіти цього», «це було найсильніше переживання», «мурашки по шкірі» тощо.

Серед першої емпірично сформованої групи досліджуваних осіб превалюючими є візуальний (46%) та кінестетичний (42%) типи сприйняття, аудіалів 12%.

Для другої групи домінуючим (78%) є аудіальний тип перцептивної модальності, 17% – аудіали, 6% – кінестетики.

У третій групі 71% аудіалів, 20% кінеститиків та 9% аудіалів.

Таблиця 2.8 – Розподіл військовослужбовців Збройних Сил України за рівнями розвиненості поведінково-регулятивного компонента

Рівні	Разом n = 211		1 група n = 33		2 група n = 103		3 група n = 75	
	n	%	n	%	n	%	n	%
саморегуляція поведінки								
Високий	116	55	13	39	69	68	34	45
Вищий за середній	55	26	14	43	23	22	18	24
Середній	23	11	6	18	5	4	12	16
Нижчий за середній	17	8	–	–	6	6	11	15
Низький	–	–	–	–	–	–	–	–
механізми психологічного захисту								
Заперечення (А)	65	31	–	–	–	–	65	87
Придушення (В)	24	11	24	73	–	–	–	–
Регресія (С)	10	5	–	–	–	–	10	13
Компенсація (D)	10	5	–	–	10	10	–	–
Проекція Є	79	37	–	–	79	77	–	–
Заміщення (F)	2	1	2	6	–	–	–	–
Інтелектуалізація (G)	14	7	–	–	14	13	–	–
Реактивні утворення (H)	7	3	7	21	–	–	–	–

Саморегуляція поведінки є структурним утворенням особистості, яке поєднує цілеспрямовані дії, що проявляються у прийнятті довільних рішень, доборі, оцінюванні засобів реалізації задуманого, самоаналізі вчинків, визначенні позицій щодо подій, ситуацій та ціннісному ставленні індивіда до самого себе. Саморегуляція поведінки спрямовує рух психічної активності індивіда до узгодження результатів взаємодії зі світом і самим собою.

Феномен стилю саморегуляції виявляється в тому, яким чином людина планує і програмує досягнення життєвих цілей, враховує значущі зовнішні і внутрішні умови, оцінює результати й коригує свою активність для

досягнення суб'єктивно прийнятних результатів, в тому, якою мірою процеси самоорганізації розвинені та усвідомлені [120].

Саморегуляція поведінки – важливий психологічний показник, який є підґрунтям психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, оскільки інформація все частіше втручається в життя людини, управляючи нею на свідомому і несвідомому рівнях (різні форми гіпнозу, навіювання, наслідування, зараження, переконання, соціально-психологічні установки тощо). При цьому надана інформація може нав'язувати споживачам систему певних стандартів, точки відліку життєвих цінностей, світоглядних ідей та уявлень. Для нашого дослідження важливо визначити типові для людини і найістотніші індивідуальні особливості самоорганізації та управління зовнішньою і внутрішньою цілеспрямованою активністю задля розвитку здатності управляти своїм станом і поведінкою в різних напружених ситуаціях, зокрема у разі негативного інформаційного впливу на неї.

Більше половини (55%) досліджених військовослужбовців виявили високі показники саморегуляції поведінки. Високий рівень розвитку саморегуляції поведінки об'єктивно виражається в тонкості, диференційованості й адекватності всіх усвідомлених поведінкових реакцій, вчинків та вербальних виявів. Розвинута саморегуляція забезпечує не лише свідому організацію дії за допомогою засобів, спрямованих на її оптимізацію, а й оволодіння, свідоме управління власною мотивацією, зокрема й у споживанні інформації.

Серед опитаних 26% характеризуються рівнем саморегуляції поведінки вищим за середній, 23% – середнім, 8% – нижчим за середній. У досліджуваних осіб із низькими показниками потреба в усвідомленому плануванні та програмуванні своєї поведінки не сформована, вони більш залежні від ситуації і думки навколишніх людей, відповідно сильніше підпадатимуть під маніпулювання та негативний вплив інформації. У таких осіб знижена можливість компенсації несприятливих для досягнення поставленої мети особистісних рис, порівняно з випробуваними з високим рівнем регуляції.

У сформованій першій групі досліджених осіб 39% мають високий рівень саморегуляції поведінки, 43% – рівень вищий за середній, 18% – середній. У другій групі більшість військовослужбовців мають високий (68%), вищий за середній (22%) та середній рівні саморегуляції поведінки (4%), 6% - нижчий за середній. У третій групі 45% мають високий рівень поведінкової саморегуляції, 55% – середні показники (24% – вищий за середній, 16% – середній, 15% – нижчий за середній).

У межах нашої роботи особливо важливо було дослідити взаємозалежність психологічних захистів людини з її індивідуально-особистісними якостями та проаналізувати їх взаємодію у контексті психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Психічний захист – це природне протистояння людини навколишньому середовищу, механізм, який несвідомо оберіає людину від емоційно-негативного перевантаження, негативних переживань, сприйняття психотравмуючої інформації, усуває тривогу і допомагає зберегти самоповагу в ситуації конфлікту. Однак психологічного комфорту можна досягнути також і ціною обмеження споживання інформації або самообманом. Знання людиною притаманного їй механізму психологічного захисту може дати їй потенціал для правильного реагування на негативний інформаційний вплив та збереження власного психологічного здоров'я.

Виявлено, що 37% досліджених військовослужбовців притаманний механізм психічного захисту проєкція – віднесення до іншої особи або об'єкта думок, почуттів, мотивів і бажань, які на свідомому рівні індивід у себе відкидає.

Для 31% досліджених військовослужбовців притаманний механізм психічного захисту заперечення – відкидання думок, почуттів, бажань, потреб або реальності, неприйнятних на свідомому рівні, коли поведінка показує, що проблеми ніби не існує.

В 11% опитаних військовослужбовців домінує механізм психічного захисту придушення (витіснення) – процес мимовільного усунення в несвідоме неприйнятних думок, мотивів чи почуттів.

У 7% досліджених превалюючим механізмом психічного захисту є інтелектуалізація (раціоналізація), що проявляється в заснованому на фактах надмірно «розумовому» способі подолання конфліктної або фруструючої ситуації без переживань. Іншими словами, особистість придушує переживання, викликані неприємною або суб'єктивно непринятною ситуацією, за допомогою логічних установок і маніпуляцій навіть за наявності переконливих доказів на користь протилежного.

У 5% опитаних переважним механізмом психічного захисту є регресія, за якої особистість, яка зазнає впливу фруструючих чинників, замінює вирішення суб'єктивно складніших завдань на простіші і доступніші у сформованих ситуаціях.

Ще у 5% досліджених осіб домінуючим механізмом психічного захисту є компенсація, що проявляється у спробах знайти відповідну заміну реальної чи уявної нестачі, дефекту, нестерпного почуття іншою якістю, найчастіше за допомогою фантазування або привласнення собі ознак, достоїнств, цінностей, поведінкових характеристик іншої особистості. Люди, для яких компенсація є найбільш характерним типом психічного захисту, часто виявляються мрійниками, які шукають ідеали у різних сферах життєдіяльності.

Для 3% військовослужбовців притаманний такий механізм психічного захисту, як реактивні утворення (гіперкомпенсація). Особистість запобігає вираженню неприємних чи неприйнятних для неї думок, почуттів або вчинків, перебільшуючи розвиток протилежних прагнень, тобто трансформуючи внутрішні імпульси у їх протилежність. Наприклад, жалість або дбайливість можна розглядати як реактивні утворення стосовно несвідомої байдужості, жорстокості або емоційної байдужості.

В 1% досліджених військовослужбовців домінує механізм психічного захисту заміщення, дія якого захисного механізму проявляється в розрядці

пригнічених емоцій (як правило, ворожості, гніву), спрямованих на об'єкти, що становлять меншу небезпеку або більш доступні, ніж ті, що викликали негативні емоції і почуття.

Для виявлення кількісних ознак взаємозв'язку між домінуючими психічними захистами та іншими показниками індивідуально-психологічних якостей ми застосовували r -критерій Пірсона (додаток Г).

У представників першої групи виявлено позитивні значущі зв'язки емоційною запальністю ($r = 0,248$ при $p \leq 0,01$), загальною навіюваністю (сугестивністю) ($r = 0,247$ при $p \leq 0,01$), та всіма шкалами, що її складають (емоційна: $r = 0,195$ при $p \leq 0,01$; захисно-регулятивна: $r = 0,220$ при $p \leq 0,01$; когнітивний: $r = 0,168$ при $p \leq 0,05$; поведінковий: $r = 0,281$ при $p \leq 0,01$), показниками шкали «самотійність» стилю саморегуляції поведінки ($r = 0,170$ при $p \leq 0,05$) та від'ємні значущі зв'язки із візуальною перцептивною модальністю ($r = -0,248$ при $p \leq 0,01$), показником шкали «оцінка результатів» стилю саморегуляції поведінки ($r = -0,170$ при $p \leq 0,05$).

У представників, об'єднаних у другу групу, позитивні значущі зв'язки виявлено в показниках критичного мислення ($r = 0,136$ при $p \leq 0,05$); аналітичного мислення ($r = 0,309$ при $p \leq 0,01$); загального інтелекту ($r = 0,125$ при $p \leq 0,05$); саморегуляції поведінки ($r = 0,256$ при $p \leq 0,01$) та таких шкал саморегуляції поведінки як «планування» ($r = 0,168$ при $p \leq 0,01$) та «моделювання» ($r = 0,211$ при $p \leq 0,01$); від'ємні значущі зв'язки виявлено із рівнем загальної навіюваності (сугестивності) ($r = -0,192$ при $p \leq 0,01$) та її шкалами: (емоційна: $r = -0,169$ при $p \leq 0,05$; захисно-регулятивна: $r = -0,159$ при $p \leq 0,05$; поведінковий: $r = -0,210$ при $p \leq 0,01$), від'ємний значущий зв'язок із аудіальною перцептивною модальністю ($r = -0,138$ при $p \leq 0,05$).

У військовослужбовців третьої групи виявлено від'ємні значущі зв'язки з рівнем аналітичного мислення ($r = -0,163$ при $p \leq 0,05$); рівнем інтелекту ($r = -0,258$ при $p \leq 0,05$); гнучкістю саморегуляції поведінки ($r = -0,131$ при $p \leq 0,05$); позитивний значущий зв'язок з емоційною збудливістю ($r = 0,134$ при

$p \leq 0,05$); захисно-регулятивною ($r = 0,127$ при $p \leq 0,05$) та поведінковою ($r = 0,194$ при $p \leq 0,01$) шкалами навіюваності (сугестивності).

Методичний інструментарій програми констатувального етапу емпіричного дослідження містить сім методик, доступних для обрахунку та обчислень, за якими можна визначити п'ять рівнів розвиненості психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Однак, наш погляд, доцільно звести визначення рівня розвитку показників психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації до єдиного інтегрального показника, який ми обчислювали за формулою:

$$I_n = \frac{1}{n} \sum_{i=7}^n \frac{a}{b},$$

де I_n – інтегральний показник;

n – кількість загальних коефіцієнтів (за кількістю шкал $i = 7$);

a – отриманий бал за шкалою методики;

b – максимально можливий бал за шкалою.

Отримані емпіричні дали змогу виокремити рівні розвиненості психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної медіакомунікації за такою шкалою розподілу: низький рівень – від 0 до 0,2 бала; рівень нижчий за середній – від 0,2 до 0,4 бала; середній рівень – від 0,4 до 0,6 бала; рівень вищий за середній – від 0,6 до 0,8 бала та високий рівень – від 0,8 до 1 бала.

Військовослужбовців Збройних Сил України ми розподілили за рівнем інтегрального показника розвиненості психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації (рис. 2.3.):

високий рівень – 6 військовослужбовців (3% від загальної вибірки);

рівень вищий за середній – 32 військовослужбовці (15% від загальної вибірки);

середній рівень – 53 військовослужбовці (25% від загальної вибірки);

рівень нижчий за середній – 71 військовослужбовець (34% від загальної вибірки);

низький рівень – 49 військовослужбовців (23% від загальної вибірки).

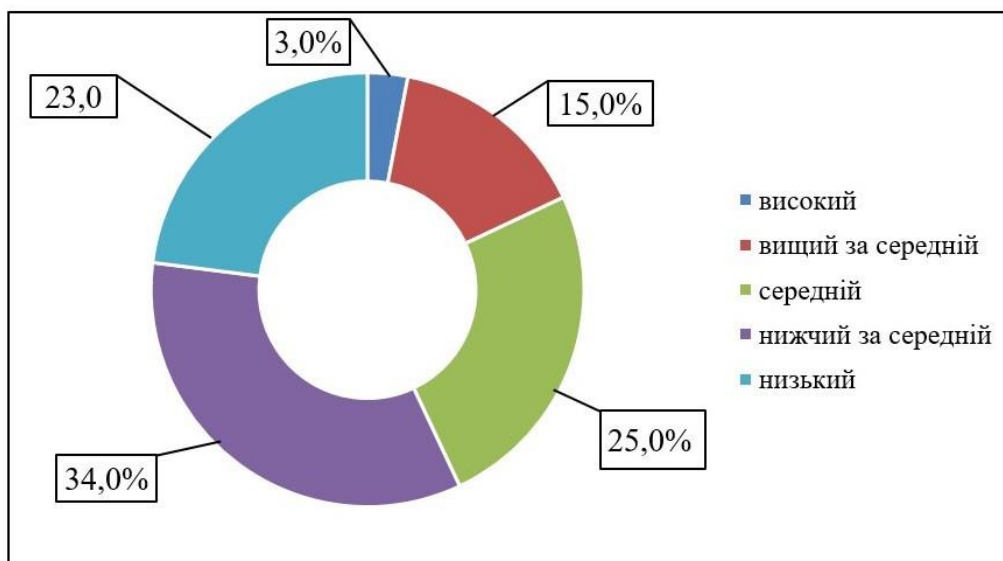


Рисунок 2.3 – Розподіл досліджуваних осіб за рівнями психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації за інтегральним показником психологічних методик

Таким чином, проведене емпіричне дослідження констатувального етапу психологічного експерименту, виявлені особливості та кореляційні зв'язки між домінуючими механізмами психічних захистів та їхніми індивідуально-психологічними властивостями у емпірично сформованих групах свідчать про те, що для досліджених військовослужбовців Збройних Сил України прийнятними будуть три моделі психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Для першої групи досліджуваних військовослужбовців (16%) притаманними є домінуючі психічні захисти придушення, заміщення та реактивні утворення, позитивні значущі кореляційні зв'язи з емоційною запальністю, показниками шкали «самостійність» стилю саморегуляції поведінки та від'ємні значущі зв'язки із показником шкали «оцінка результатів» стилю саморегуляції поведінки, загальною навіюваністю (сугестивністю) та всіма її шкалами.

Небезпека притаманного цій групі психічного захисту «придушення» (витіснення) полягає в тому, що отримані, внаслідок негативного впливу медіаперцептивної комунікації неприємні думки, мотиви чи почуття мимовільно усуватимуться в несвідоме та не сприятимуть формуванню власної моделі психологічного самозахисту через неусвідомленість дії такого захисного психічного механізму.

Механізм психічного захисту «заміщення» полягає в розрядці пригнічених емоцій, спрямованих на об'єкти, що становлять меншу небезпеку або більш доступні, ніж ті, що викликали емоції і почуття. Такий механізм психічного захисту може сприяти пошуку спростувань медіаперцептивної комунікації негативного спрямування з інших джерел. Тому отриманий негативний вплив медіаперцептивної комунікації буде нейтралізуватись за рахунок зменшення емоцій і почуттів з інформаційного повідомлення отриманого з іншого джерела за цією ж тематикою.

Притаманний механізм психічного захисту «реактивні утворення» (гіперкомпенсація) запобігає вираженню неприємних чи неприйнятних для думок, почуттів або вчинків, перебільшуючи розвиток протилежних прагнень, тобто трансформуючи внутрішні імпульси у їх протилежність. Такі військовослужбовці можуть високий ступінь негативного впливу медіаперцептивної комунікації перетворювати на реактивне утворення емоційної байдужості, що не сприятиме виробленню власної моделі психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Особливістю психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації для військовослужбовців цієї групи є те, що на рівні первинного орієнтування, коли здійснюється фільтрація окремих стимулів і сигналів, що надходять із зовнішнього середовища провідну роль виконують емоції, оскільки представники цієї групи характеризуються як емоційно запальні та схильні до навіюваності.

Оскільки, як правило сильне емоційне збудження настає внаслідок інформаційних повідомлень, що містять агресивні слухи, паніку, маніпулятивні твердження та фейки, то такі військовослужбовці не лише піддаються негативному впливу медіаперцептивної комунікації самі, а й спроможні транслювати його на ширшу аудиторію, в першу чергу серед своїх колег у військово-професійних колективах. Таким військовослужбовцям під дією сильного емоційного збудження притаманне поширення інформації, яка викликала це емоційне збудження, без перевірки її достовірності.

Для цих військовослужбовців буде доречною *емоційно-редукційна стратегічна модель психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації*, яка полягає у контролі емоційного стану при споживанні інформаційних повідомлень, критичній відкритості новому та застосуванні критичного та аналітичного мислення до медіаперцептивної комунікації, яка викликала негативні емоції і почуття.

Вміння контролювати власну емоційно-вольову сферу при споживанні інформаційних повідомлень допоможе військовослужбовцям запобігати спотвореному сприйнятті змісту та сутності певних явищ та подій, дезорієнтації у цих подіях, формуванні хибних уявлень та орієнтирів.

Обережна відкритість новому запобігатиме несвідомій навіюваності та сприятиме самостійності формування об'єктивної думки щодо певного об'єкта або явища про які йдеться у інформаційних повідомленнях.

Розвиток та застосування критичного та аналітичного мислення реалізовуватиметься у вмінні таких військовослужбовців оцінити загрозу, обґрунтовувати використання того чи іншого засобу запобігання загрозам, спростовувати неправдиві повідомлення, будувати гіпотези щодо наслідків деструктивного впливу медіаперцептивної комунікації, доводити, приймати рішення, робити висновки та відстоювати свою точку зору з питань безпеки в інтернеті, не піддаватися маніпулюванню інформацією у медіа.

Для психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації такої когорти військовослужбовців у час

відчуття сильного емоційного збудження бажано обмежити час споживання інформації, через деякий час, після нормалізації емоційного стану повернутися до інформаційного повідомлення, яке викликало таку емоційну оцінку та сфокусуватися на його якості, аналізуючи факти та критично осмислюючи його.

Серед організаційних заходів, для військовослужбовців з емоційно-реактивною стратегічною моделлю психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, відзначаємо форми поширення інформації про особливості негативного впливу медіаперцептивної комунікації, місця та ролі емоційного інтелекту, алгоритму перевірки інформаційного контенту як запобіжників таким деструктивним впливам.

Для військовослужбовців другої групи (49%) притаманними є такі домінуючі психічні захисти як компенсація, проєкція та інтелектуалізація, позитивні значущі зв'язки із критичним та аналітичним мисленням, загальним інтелектом, саморегуляцією поведінки та від'ємні значущі зв'язки із загальною навіюваністю та емоційною, захисно-регулятивною та поведінковою її шкалами.

Притаманний цій групі військовослужбовців механізм психічного захисту «проєкція» спонукає таких військовослужбовців шукати інформаційний контент

з віднесенням до іншої особи або об'єкта думок, почуттів, мотивів і бажань, які на свідомому рівні ці військовослужбовці у себе відкидають. Компенсація сприяє таким особам шукати ідеали у різних сферах життєдіяльності, що може виражатися у ідеалізації інформаційного простору та ненаданні значної ваги можливості здійснення на них негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Механізм психічного захисту «інтелектуалізація» сприяє надмірно «розумовому» способі подолання наслідків негативного впливу медіаперцептивної комунікації, коли супутні переживання придушуються за допомогою логічних установок і пояснень навіть за наявності переконливих

доказів на користь протилежного. Інтелектуалізація у такому випадку сприяє подальшому заглибленню у предмет та фактаж повідомлення, що спрямоване на здійснення негативного впливу та сприятиме травматизації змістом таких повідомлень через надмірний фокус уваги на вилучених деталях, зміні контексту, використанні прихованих повідомлень, які використовують з метою негативного медіаперцептивного впливу.

Для таких військовослужбовців прийнятною буде *аналітично-диференціальна стратегічна модель психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації*, яка спрямована на припинення здійснення аналітичної діяльності медіаперцептивної комунікації, що містить негативний вплив та надати перевагу мінімізації інформаційних пошуків з наданням пріоритету отримання інформації з офіційних джерел комунікації.

Психологічний самозахист від негативного впливу медіаперцептивної комунікації такої когорти військовослужбовців вимагає обмеження доступу до фруструючої, негативної інформації шляхом обрання основним джерелом інформації офіційні джерела, звернення президента, брифінги радників, як озвучують офіційну інформацію, військові медіа та офіційні сторінки військово-політичного командування.

Серед організаційних заходів, то для цієї групи бажано організовувати інформаційні потоки, спрямовані на попередження і нейтралізацію впливу інформаційних факторів, які можуть психологічно негативно вплинути на військовослужбовців. Це проявляється в пошуці інформації за окремими темами з різних джерел та організації її надходження до таких військовослужбовців (інформування в системі внутрішніх комунікацій, окремі канали у месенджерах, надання друкованої продукції).

Військовослужбовцям третьої групи (35%) притаманні психічні захисти: заперечення, регресія та від'ємна компенсація, позитивні значущі зв'язки із емоційною збудливістю, захисно-регулятивною та поведінковою шкалами

навіюваності (сугестивності), від'ємні значущі зв'язки із рівнем аналітичного мислення, рівнем інтелекту та гнучкістю саморегуляції поведінки.

Притаманний цій групі військовослужбовців механізм психічного захисту «заперечення» спонукає відкидання думок, почуттів, бажань, потреб або реальності, неприйнятних на свідомому рівні та виражається у ставленні до проблеми ніби її не існує. Тобто якщо отримана із інформаційного повідомлення інформація неприйнятна на свідомому рівні, то людина її заперечує і не аналізує, не пояснює собі, не шукає підтвердження аргументами та фактами.

Підсилює таку реакцію на отриману інформацію притаманний цій групі військовослужбовців механізм психічного захисту «регресія», за якої для цих військовослужбовців прийнятним є заміна вирішення суб'єктивно складніших завдань на простіші і доступніші. Тому замість здійснення перевірки контенту, пошуку підтверджуючих або спростовуючих аргументів таким військовослужбовцям простіше заперечити достовірність інформації без подальшого її аналізування.

Таке обмежене реагування на інформаційний контент та негативний вплив у ньому обумовлений високою емоційною збудливістю, навіюваністю та недостатньою розвиненістю рівнів аналітичного мислення та загального інтелекту.

Для таких військовослужбовців оптимальною буде *пізнавально-дедуктивна стратегічна модель психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації*, яка спрямована на пошуки аргументів, відкидання суджень у інформаційних повідомленнях, дозволить побачити ситуацію зі всіх сторін та дійти чинних висновків, збалансувати думки представлені в повідомленні та пристати до найбільш аргументованих та побудованих на фактах, які перевіряються.

Серед організаційних заходів для третьої групи військовослужбовців варто зосередити увагу на розвиток критичного та аналітичного мислення, підвищення рівня загального інтелекту, що сприятиме розвитку навичок

перевірки контенту, оцінювання аргументації та співставлення різних точок зору для аналізу повідомлень та формування чинних висновків.

Виявлені особливості психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації свідчать, що важливу роль для його розвитку відіграють не лише психологічні індивідуально-особистісні якості, а й рівень компетентностей щодо споживання інформації та загроз, які чатують на військовослужбовців в інформаційному просторі (рівень їхньої медіаграмотності). Для дослідження рівня знань, умінь та навичок щодо безпечного споживання медіаперцептивної комунікації ми розробили авторську анкету «Рівень розвиненості психологічного самозахисту військовослужбовця Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації» (додаток Д) і за її допомогою додатково дослідили психологічний самозахист військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації одночасно із психологічним діагностуванням за обраними методиками.

Метою анкетування було виявлення у військовослужбовців Збройних Сил України знань про психологічний самозахист, негативний вплив інформаційних повідомлень, медіаперцептивну комунікацію, інформаційні загрози військового середовища, основних інформаційно-психологічних труднощів, з якими зіштовхуються військовослужбовці, ставлення військовослужбовців до необхідності психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації та їх зв'язку з актуальним психічним станом особистості та індивідуальними психологічними властивостями.

Запитання анкети за структурою має закриті, в яких надано повний перелік варіантів відповідей, за формою – прямі, що дають змогу одержати інформацію безпосередньо від респондента. Ми застосовували очне анкетування, яке передбачає одержання анкети безпосередньо з рук дослідника. Цей вид анкетування найнадійніший, гарантує добросовісне заповнення анкет, майже 100-відсоткове їх повернення, але багато в чому залежить і від уміння

дослідника встановити психологічний контакт з респондентами, створити сприятливу атмосферу під час опитування [104, с. 111].

Запитання анкети розроблені за закритим типом і передбачають п'ять варіантів відповідей: так; швидше так, ніж ні; важко сказати; швидше ні, ніж так; ні.

Анкета містить 95 запитань, які послідовно розкривають два блоки: психологічний – сконструйований на основі обраних методик дослідження психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації з адаптацією запитань до сфери взаємодії з інформаційним середовищем: 39 запитань анкети спрямовані на розкриття когнітивно-рефлексивних властивостей особистості, виражених розвиненістю критичного (14 запитань) та аналітичного (6 запитань) мислення щодо споживання інформації, 13 запитань – стосовно залежності від чужої думки та можливості нав'язування особистості певного погляду (пресупозиції), схильності військовослужбовця до навіюваності (сугестивності), 6 запитань, пов'язані з особливостями сприйняття інформаційних повідомлень;

перцептивно-емоційний компонент (18 запитань) – дають змогу з'ясувати наявність чи відсутність у військовослужбовця схильності до емоційної запальності і збудливості, викликаних інформаційними повідомленнями;

поведінково-регулятивний компонент (7 запитань) – щодо саморегуляції поведінки.

Військовослужбовців Збройних Сил України розподілено за першим блоком (рівнем розвиненості індивідуально-особистісних якостей, включених у структуру психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації) (рис. 2.4):

- високий рівень розвитку показали 6 військовослужбовців (3% від загальної вибірки);

- рівень вищий за середній продемонструвало 29 військовослужбовців (14% від загальної вибірки);

- середній рівень показало 64 військовослужбовця (30% від загальної вибірки);
- рівень нижчий за середній у 70 військовослужбовців (33% від загальної вибірки);
- низький рівень прояву показали 42 військовослужбовці (20% від загальної вибірки).

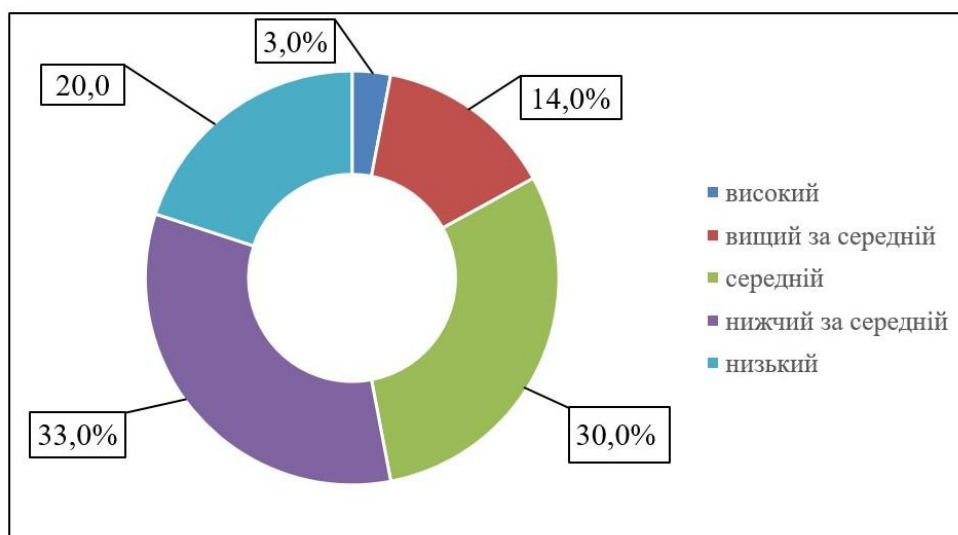


Рисунок 2.4 – Розподіл респондентів за рівнями розвитку психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації за загальним показником анкети

Крім загального рівня психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації за загальним показником, анкетування дало змогу виявити особливості психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, пов'язані з психологічними індивідуально-типологічними якостями досліджуваних осіб, а також наявність у них знань, умінь, навичок зі споживання інформації та розуміння загроз військового інформаційного середовища.

Лише половина респондентів зазначили, що уважні до дрібних деталей в інформаційному повідомленні (рис.2.5). Водночас, уважність до дрібних деталей є запобіжником у маніпулюванні інформацією і може допомогти таким військовослужбовцям розгледіти, наприклад, використання емоційної лексики, перекручування, підміну понять тощо.

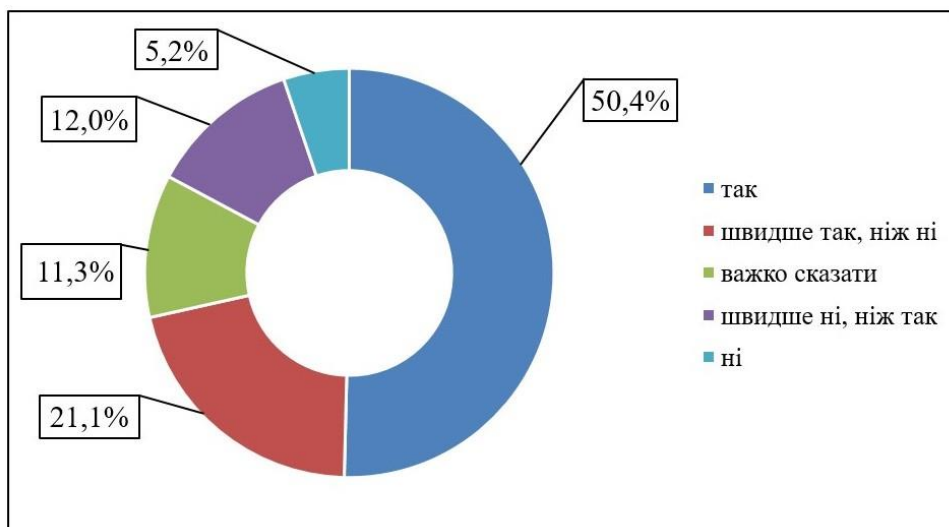


Рисунок 2.5 – Відповіді респондентів на запитання анкети:
«Зазвичай я уважний до дрібних деталей в інформаційному повідомленні»

Серед досліджуваних 54,9% військовослужбовців ЗС України знають, як перевірити інформацію, яка видається їм сумнівною, 13,3% не знають, як це зробити, ще 6,8% вагаються з відповіддю (рис. 2.6):

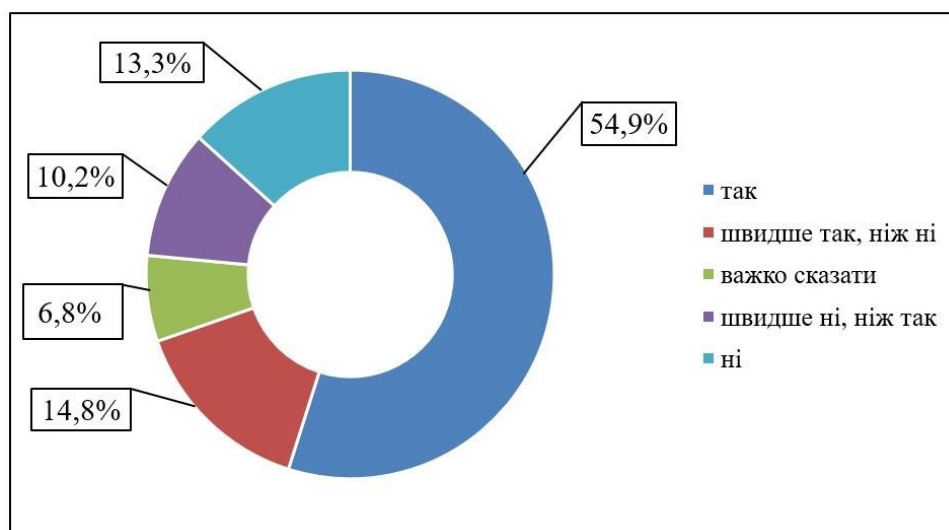


Рисунок 2.6 – Відповіді респондентів на запитання анкети:
«Я знаю, як перевірити інформацію, яка видається мені сумнівною»

Серед 40,6% опитаних засвідчили, що бачать закономірності і тенденції у висвітленні подій засобами масової інформації, 18,1% не бачать таких закономірностей і тенденцій (рис. 2.7):

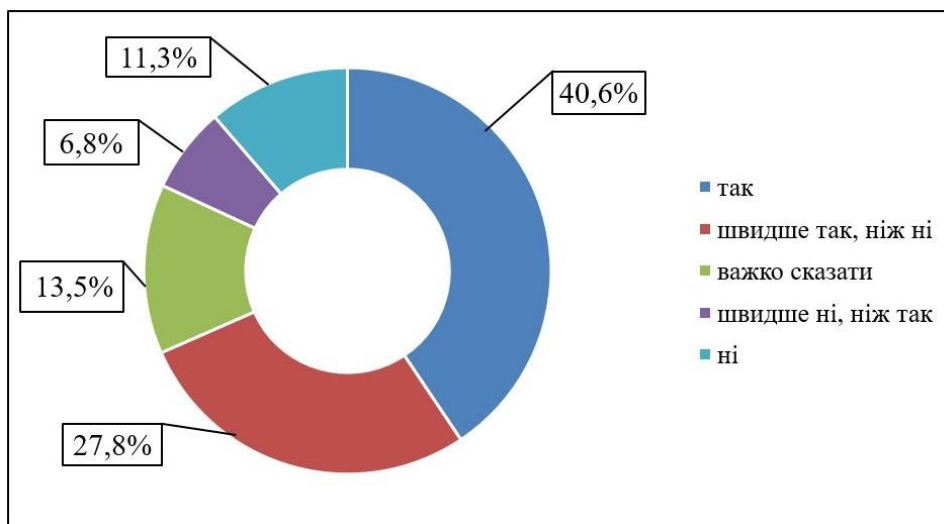


Рисунок 2.7 – Відповіді респондентів на запитання анкети:
«Я бачу закономірності і тенденції висвітлення подій засобами масової інформації»

Приблизно такі ж результати виявлено стосовно здатності перевірити джерело інформації (рис. 2.8). Серед опитаних 44,4% засвідчили, що здатні перевірити джерело інформації, 30,1% швидше здатні, ніж ні, 14,3% вагаються із відповіддю, лише 11,2% швидше не здатні чи не здатні перевірити джерело інформації.

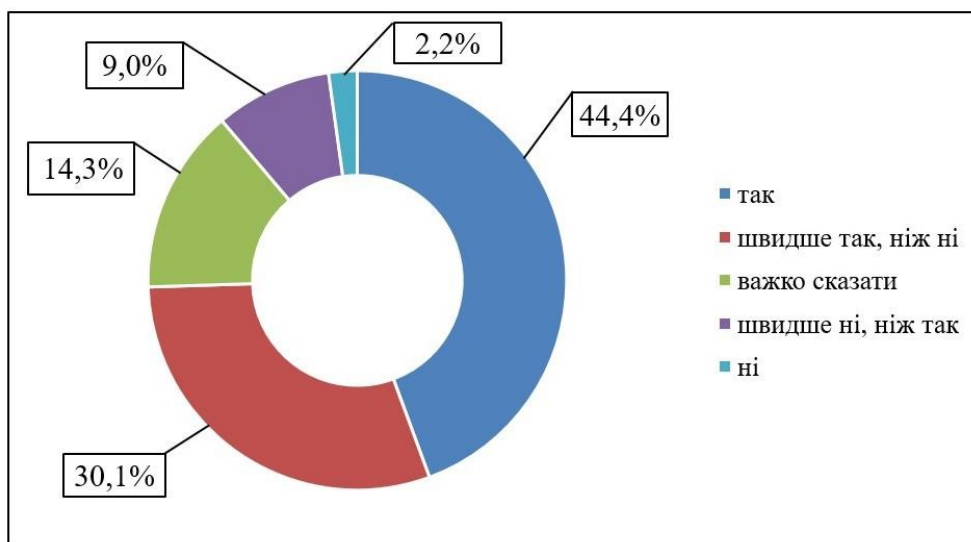


Рисунок 2.8 – Відповіді респондентів на запитання анкети:
«Я здатний / здатна перевірити джерело інформації»

Серед респондентів 39,8% легко можуть оцінити аргументацію в інформаційному повідомленні, 35,3% швидше можуть, ніж ні (рис. 2.9).

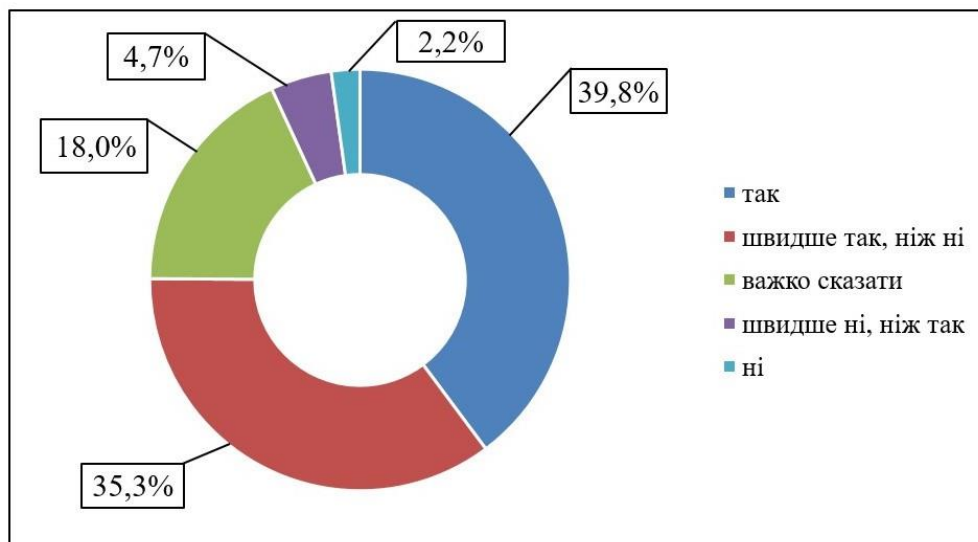


Рисунок 2.9 – Відповіді респондентів на запитання анкети: «Я легко можу оцінити аргументи в інформаційному повідомленні»

Як негативну тенденцію відзначимо, що лише 24,1% військовослужбовців ЗС України здатні відрізнити описовий матеріал від аналітичного, а 43,6% опитаних визначають, наскільки цікаве для них інформаційне повідомлення, за заголовком; лише 20,3% респондентів завжди вичерпно / повністю розуміють зміст повідомлень у ЗМІ, 23,3% опитаних вагаються із відповіддю.

Серед позитивних тенденцій у відповідях респондентів відзначимо, що 34,6% можуть і 37,6% швидше можуть проаналізувати структуру аргументації в інформаційному повідомленні; 54,1% здатні і 20,3% швидше здатні грамотно розглянути різні позиції в інформаційному повідомленні; 51,9% розуміють і 33,8% швидше добре розуміють, чому їм подобаються певні інформаційні повідомлення; 72,9% військовослужбовців ЗС України вважають, що інформацію можна тлумачити по-різному; 69,2% опитаних шукають додаткові матеріали, якщо їм не вистачає інформації.

Особливу увагу привертають результати анкетування щодо схильності опитуваних до навіюваності (сугестії). Сугестія є елементом медіамовлення, тому що діяльність ЗМІ полягає не лише в інформуванні, а й у формуванні громадської думки через вплив на свідомість і підсвідомість аудиторії. Мовну сугестію визначають як специфічну комунікаційну ситуацію мовленнєвого впливу сугестора на сугерендів для коригування їх установок, при цьому

подання інформації організовують так, щоб її сприйняття відбувалося без критичного оцінювання, несвідомо.

Навіювання є основним способом маніпулювання свідомістю, прямим вторгненням у психічне життя людей. При цьому маніпулятивний вплив організується так, щоб думка, уявлення, образ безпосередньо входили у сферу свідомості та закріплювалися в ній як дані, безперечні й уже доведені [181, с. 17].

Сугестивні технології націлені на масовий результат та можуть торкатися нервово-психічних процесів і соціальних уявлень, настанов, суспільних норм, цінностей, думок, а також індивідуальної самосвідомості людей [181, с. 169].

За результатами анкетування виявлено досить високі показники навіюваності (сугестії) в досліджуваній аудиторії. Так, лише 16,5% опитаних зазначили, що їх нелегко заразити настроєм інформаційного повідомлення, майже 40% респондентів не змогли визначитися із відповіддю (рис. 2.10).

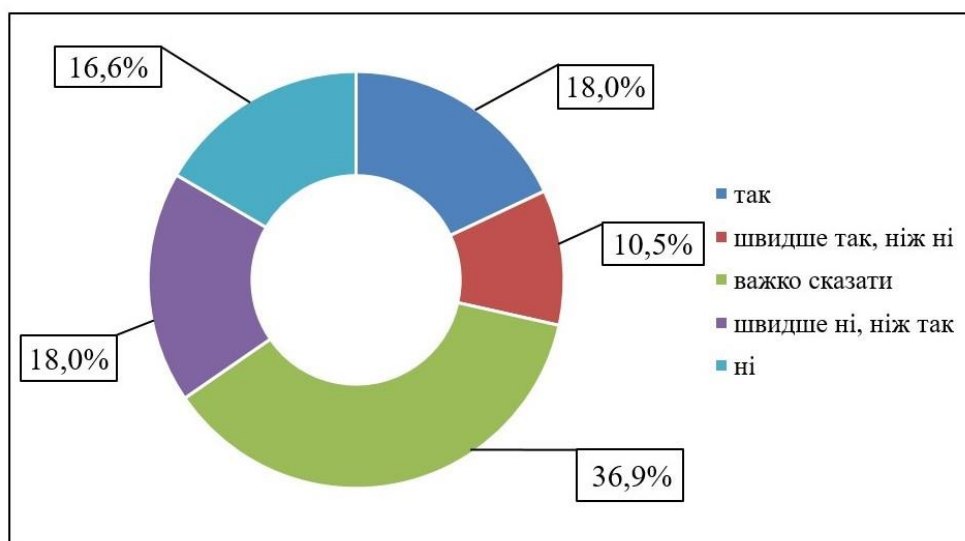


Рисунок 2.10 – Відповіді респондентів на запитання анкети: «Я легко заражаюся настроєм інформаційного повідомлення»

З-поміж опитаних 41,4% погодилися з тим, що реклама впливає на їхній вибір при купівлі товарів; у 70% анкетованих реклама апетитної їжі викликає бажання скуштувати чи приготувати її; 62,4% респондентів читають відгуки відвідувачів / користувачів, перш ніж кудись піти чи щось купити; для більш ніж половини досліджуваних військовослужбовців ЗС України дуже важлива

думка авторитетної особи; 38,4% анкетованих осіб погоджуються з тим, що інформаційне повідомлення може спонукати їх до якихось дій.

Зазначене підтверджує наявність високого рівня навіюваності (сугестії) в осіб, які взяли участь в опитуванні, а це негативно впливає на їхню здатність до психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Серед усіх засобів маніпулювання громадською думкою до сугестивних належать інструменти побудови повідомлення, які впливають на сприйняття і запам'ятовування інформації адресатом, зміну його емоційного стану та програмують асоціативний ряд щодо наведеної у медіа інформації. У такий спосіб сугестивні інструменти формують несвідомі установки, визначаючи можливі форми поведінки і спрямованість в ухваленні рішень.

Блок запитань перцептивно-емоційного спрямування показав, що більше половини респондентів зіштовхнулися з випадками, коли вони сприймали інформацію, яку невдовзі було спростовано як неправдиву (рис. 2.11):

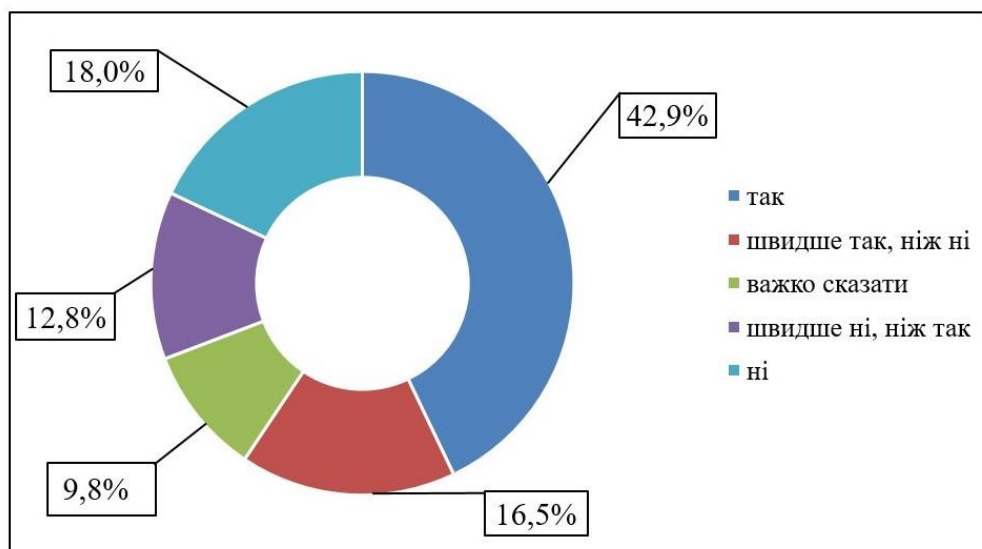


Рисунок 2.11 – Відповіді респондентів на запитання анкети: «Траплялося, коли Я сприймав / ла інформацію, яку невдовзі було спростовано як неправдиву»

Більше 30% опитаних зазначили, що вони поширювали інформацію, яку пізніше було спростовано як неправдиву, 44,4% впевнені, що не поширювали такої інформації (рис. 2.12).

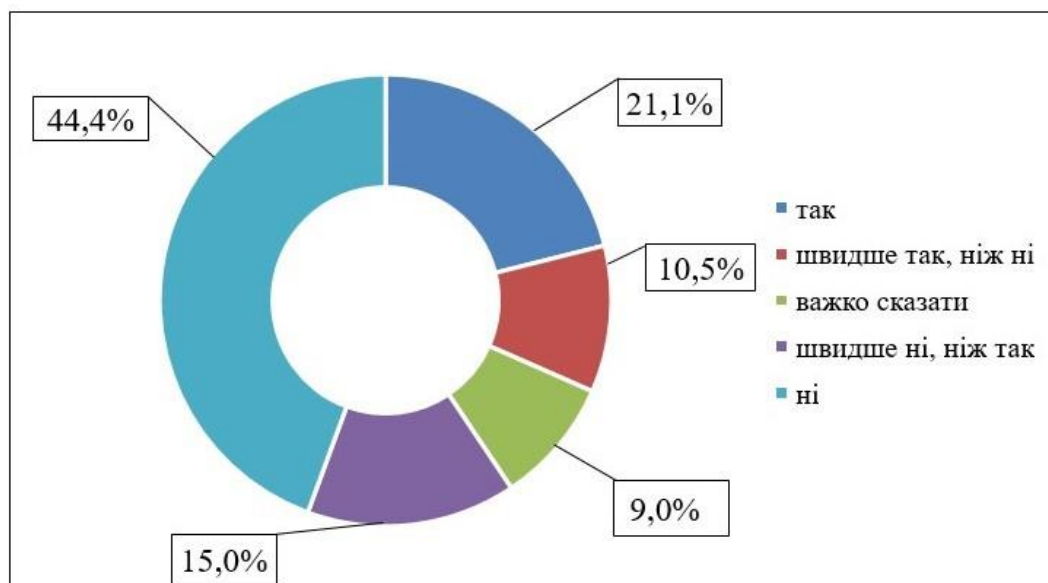


Рисунок 2.12 – Відповіді респондентів на запитання анкети: «Траплялося, що Я поширював / ла інформацію, яку невдовзі було спростовано як неправдиву»

Більше 60% військовослужбовців ЗС України, які брали участь в опитуванні, зазначили, що їм сниться те, що вони дивились / про що читали. Це може бути ознакою високого ступеня емоційної збудливості.

З-поміж опитаних 64% зазначили, що спокійно реагують на критику, навіть якщо вона здається їм несправедливою, водночас 26% було складно відповісти і врні зазначили, що неспокійно реагують на критику. Серед опитаних 31% завжди або швидше завжди відповідають у коментарях, коли їм несправедливо дорікають. Така тенденція може вказувати на схильність значної кількості опитаних до емоційної запальності і відображати потенції для маніпулятивного впливу на них мас-медійного дискурсу через апелювання до емоціогенних зон свідомості. Такі військовослужбовці можуть зазнавати негативних впливів медіаперцептивної комунікації ЗМІ та через соціальні мережі (нові медіа), заручаючись довірою до численних ботів (фейкових акаунтів, що поширюють маніпулятивні повідомлення), вступати в суперечливі коментарі з тролями (штучно створеними акаунтами, які створюють теми для дискусій чи маніпулювання).

Водночас виявлено позитивні тенденції: опитані не сприймають інформаційні повідомлення (55%), образи у соціальних мережах чи гнівні коментарі підписників (майже 80%) близько до серця. Це може сприяти їх здатності до психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, оскільки такі військовослужбовці не будуть вступати в суперечки у соціальних мережах та не піддаватимуться на провокації реальних користувачів («тролів»), які намагаються викликати певні емоційні реакції, а також спеціально створених з такою метою «ботів».

Більше половини респондентів повідомили, що траплялося, коли вислови у ЗМІ (по телебаченню, радіо, в мережі Інтернет, у газетах тощо) їх обурювали, ображали, дратували. Водночас стільки ж опитаних зазначили, що швидко можуть заспокоїтися, якщо інформаційне повідомлення їх роздратувало. Серед військовослужбовців ЗС України, які брали участь в опитуванні, 87,7% знають, як заспокоїтися, якщо інформаційне повідомлення їх розлютило, 32,3% відчують та 35,3% швидше відчують зміну свого емоційного стану після споживання різної інформації.

Більше половини опитаних добре знають, що їм потрібно дивитися / читати, щоб поліпшити собі настрій, добре розуміють, чому їм подобаються чи не подобаються первні інформаційні повідомлення.

Як негативні тенденції відзначимо, що у 30% респондентів буває та швидше буває, що інформаційне повідомлення викликає почуття, які вони не можуть точно визначити; у 16,5% опитаних буває та у 13,5% швидше буває, що вони не розуміють, чому у них виникають певні почуття під час читання інформаційного повідомлення, ще у 12,8% опитаних виникли труднощі із визначенням відповіді. Здатність розуміти, усвідомлювати і управляти власними емоціями складають важливий компонент психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Серед опитаних 20,3% не відчують і 9,8% швидше не відчують, коли мас-медіа чинять негативний інформаційно-психологічний вплив на них, 13,5% важко визначитися із відповіддю (рис. 2.13).

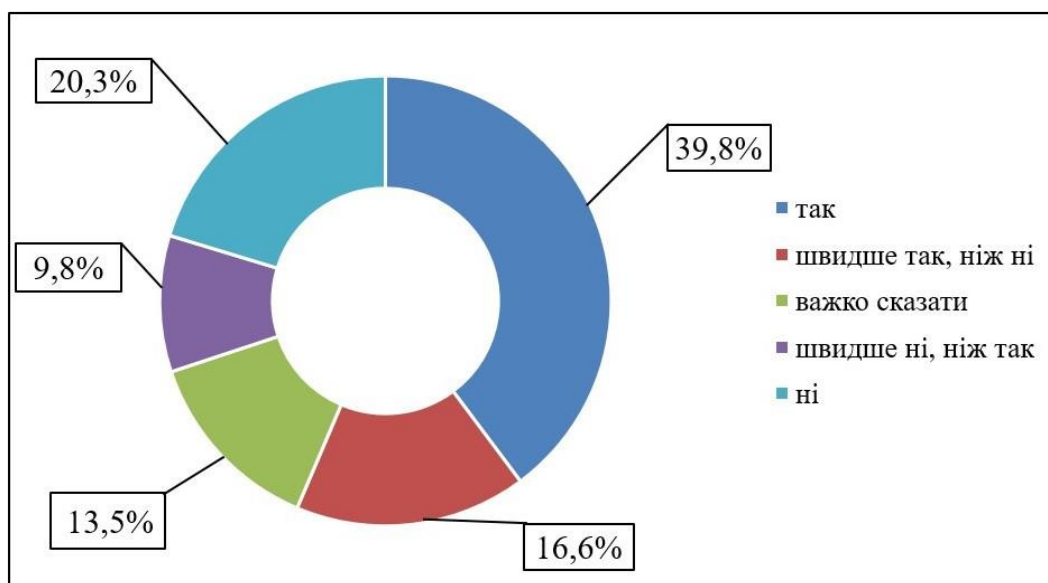


Рисунок 2.13 – Відповіді респондентів на запитання анкети: «Я відчуваю, коли мас-медіа чинять негативний інформаційно-психологічний вплив на мене»

У ході дослідження залежності сприйняття інформаційних повідомлень від його оформлення виявлено, що більше 55% респондентів визнають таку залежність (рис. 2.14).

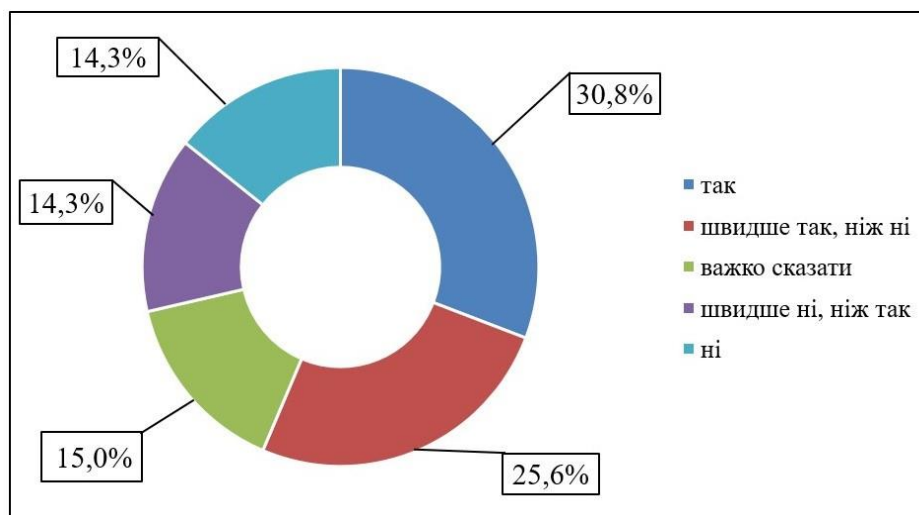


Рисунок 2.14 – Відповіді респондентів на запитання анкети: «Моє сприйняття повідомлення залежить від його оформлення»

Водночас як позитивну динаміку відзначимо, що на сприйняття 33,8% досліджених осіб не впливає і на 15% осіб швидше не впливає колір, використаний в інформаційних повідомленнях (рис. 2.15).

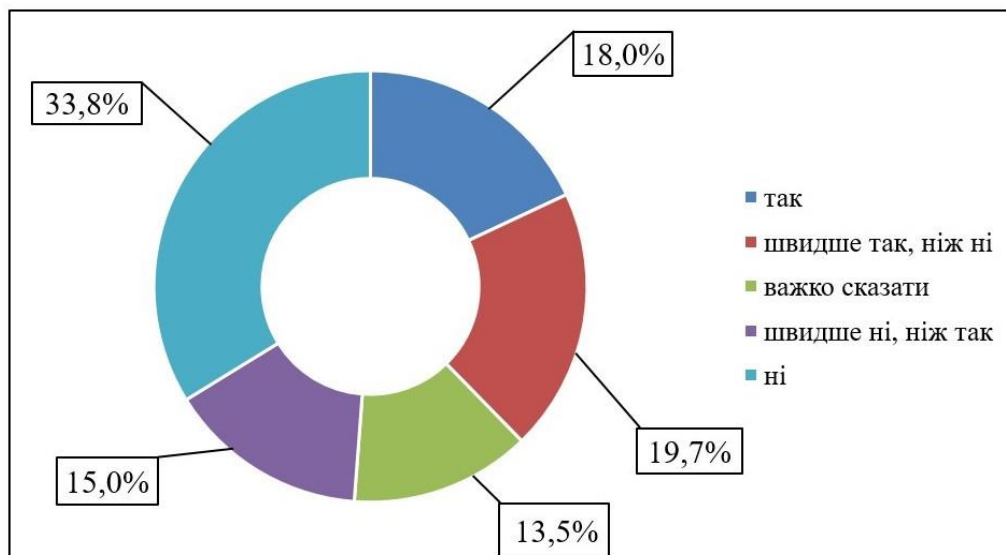


Рисунок 2.15 – Відповіді респондентів на запитання анкети: «Колір, який використовується в інформаційних повідомленнях впливає на моє сприйняття»

На сприйняття 28,6% опитаних не впливає та на сприйняття 21,1% швидше не впливає шрифт, яким оформлено інформаційне повідомлення (рис. 2.16).

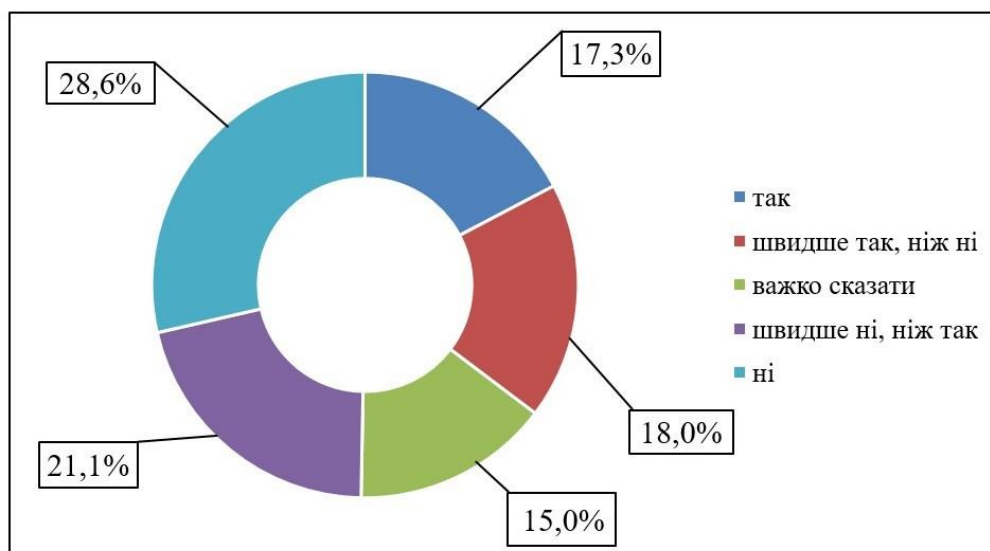


Рисунок 2.16 – Відповіді респондентів на запитання анкети: «Шрифт, яким оформлено інформаційне повідомлення, впливає на моє сприйняття»

Водночас як негативну тенденцію відзначимо, що на 42,1% опитаних фотографії та зображення впливають під час сприйняття інформації та на 26,3%

– швидше впливають. Серед респондентів 28,6% зауважують, що швидше чутливі до впливу соціологічних досліджень на сприйняття ними інформації.

Також 25,6% опитаних зазначають, що на їхнє сприйняття інформаційного повідомлення впливає, а на 28,6% швидше впливає, коли певні тези акцентовані автором.

Такі результати анкетування відображають уразливість цієї категорії респондентів до маніпулювання їхнім сприйняттям інформації, оскільки соціологічні дані (справжні або фіктивні) часто використовують як маніпулятивну технологію, а тому некритична довіра до них може впливати на свідомість силою громадської більшості. Найпоширенішим видом маніпулювання громадською свідомістю є маніпулювання арсеналом різних типів рейтингування соціологічних опитувань: рейтингами відомостей, довіри, більшості, впливу, антирейтингами тощо.

Вплив фотографій і зображень на сприйняття інформації також може мати негативний взаємозв'язок із психологічним самозахистом особистості, оскільки менше половини респондентів вважають достатнім власний рівень цифрової грамотності і така ж кількість (47,4%) опитаних військовослужбовців ЗС України вміють перевіряти зображення на достовірність онлайн-інструментами для перевірки контенту (рис. 2.17).

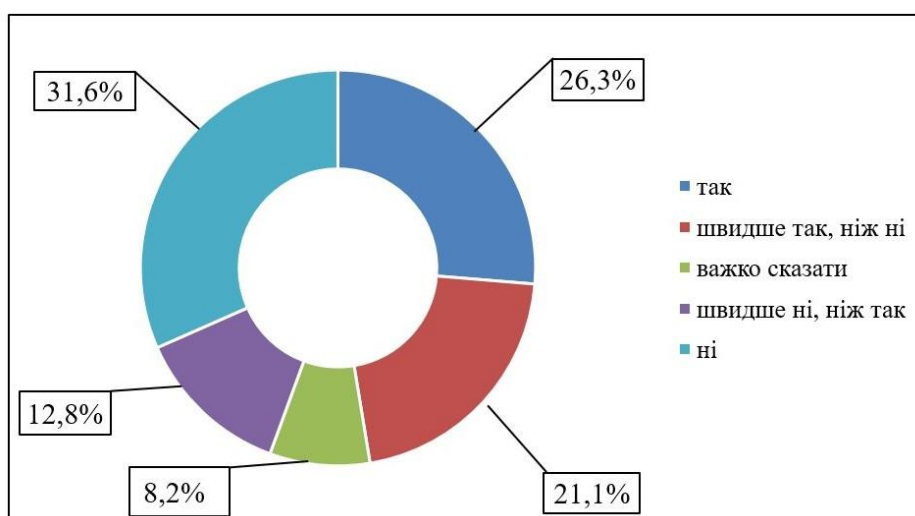


Рисунок 2.17 – Відповіді респондентів на запитання анкети: «Я вмію перевіряти зображення на достовірність онлайн-інструментами для перевірки контенту»

Питання, що стосуються деяких аспектів саморегуляції поведінки, відображають наявність в опитаних рис, які можуть негативно позначатися на їх здатності до психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Таким показником ми вважаємо велику кількість відповідей (51,2%) про схильність до незапланованих покупок (рис. 2.18).

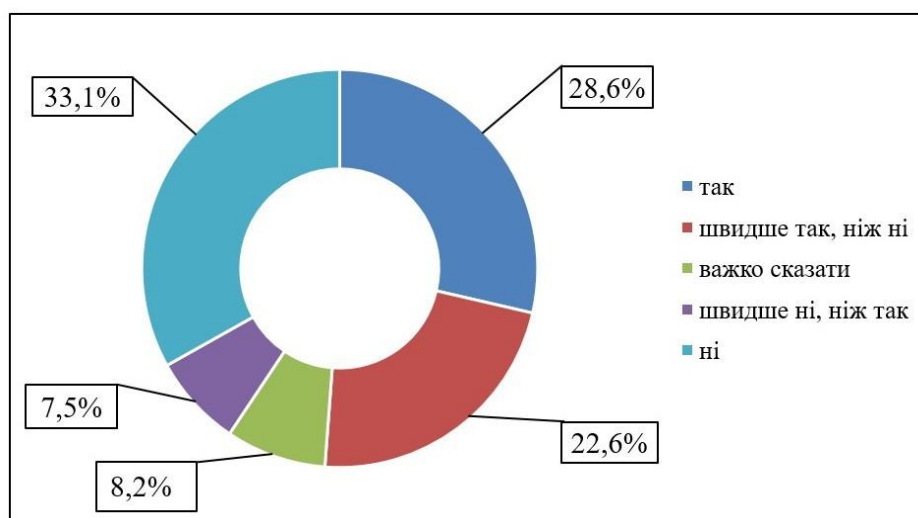


Рисунок 2.18 – Відповіді респондентів на запитання анкети: «Я роблю незаплановані покупки»

З-поміж опитаних 45,8% зазначили, що вони наполягають на своїй думці, навіть коли не впевнені у своїй правоті (рис. 2.19).

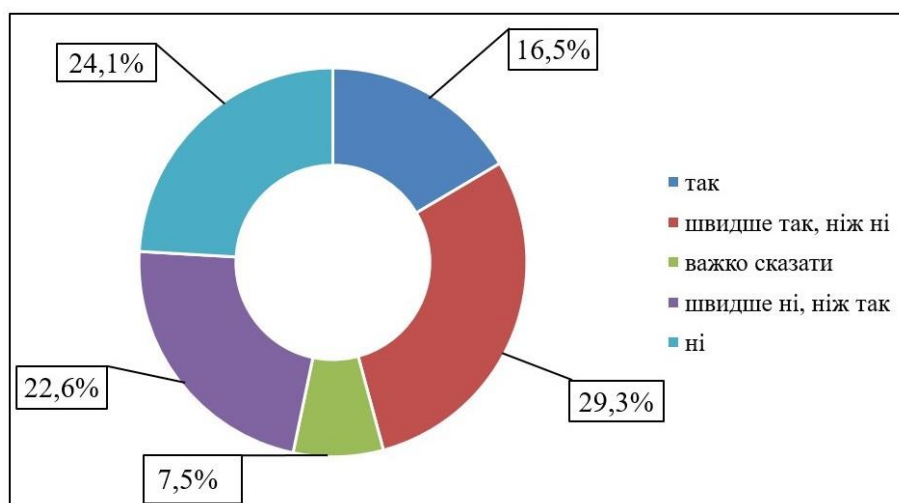


Рисунок 2.19 – Відповіді респондентів на запитання анкети: «Трапляється, що я наполягаю на своєму, навіть коли не впевнений / на у своїй правоті»

Серед досліджуваних 9,8% хвилює та 19,5% швидше хвилює думка навколишніх людей про їхні дії, навіть якщо вони вважають, що праві (рис. 2.20).

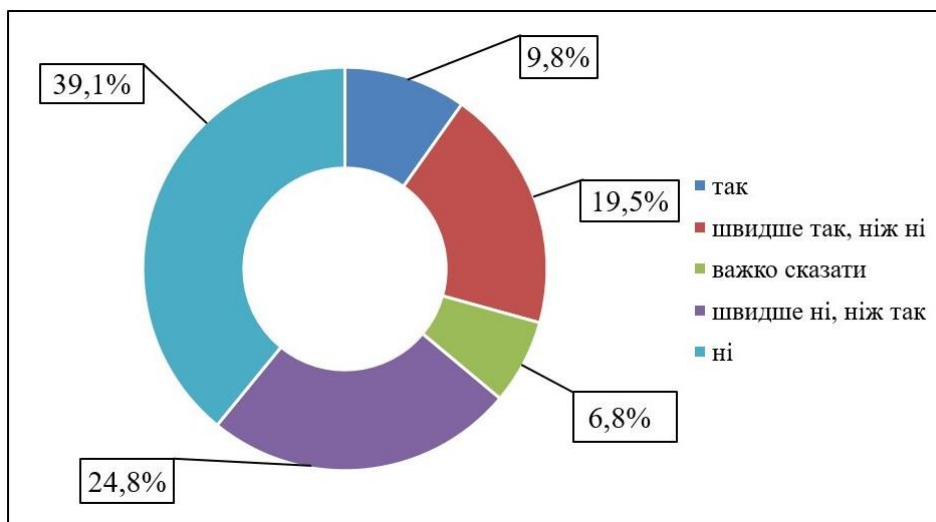


Рисунок 2.20 – Відповіді респондентів на запитання анкети: «Мене не хвилює думка навколишніх людей про мої дії, якщо я вважаю, що правий / ва»

Перш ніж з'ясувати відносини, 62,4% опитаних намагаються уявити різні способи подолання конфлікту. Така саморегуляція поведінки спонукає до аналітичного та критичного мислення під час споживання інформації, сприяє визначенню ходу міркувань. Підсилює цей показник здатність більшості опитаних грамотно розглядати різні позиції в інформаційних джерелах (рис. 2.21):

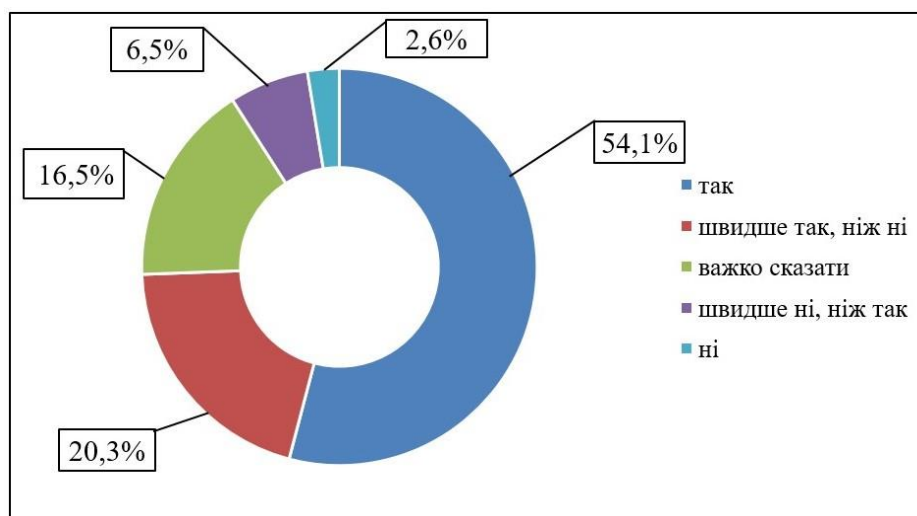


Рисунок 2.21 – Відповіді респондентів на запитання анкети: «Я можу грамотно розглянути різні позиції в інформаційних джерелах»

Другий блок (додатковий) спрямований на виявлення у військовослужбовців Збройних Сил України рівня їх медіаграмотності, тобто наявності у них знань, умінь і навичок із психологічного самозахисту від негативного впливу інформаційних повідомлень, медіаперцептивної комунікації, а також знання особливостей сприйняття людиною інформації та наявності інформаційних загроз для військового середовища.

Блок запитань анкети, що розкриває наявність певних знань / умінь / навичок щодо інформаційної безпеки, медіаграмотності і психологічного самозахисту від негативного інформаційного впливу, дав змогу виявити, що більше половини опитаних військовослужбовців ЗС України обізнані з маніпулятивністю інформаційного простору, яка може позначатися на здоров'ї людини та впливати на поведінку, знають, що за допомогою інформації можна підмінювати реальну дійсність у свідомості людей, впевнено можуть визначити поняття «мовне маніпулювання», дбають про свій психологічний стан під час споживання інформації.

Однак цей блок запитань також дав змогу виявити значні прогалини у базових знаннях / уміннях / навичках досліджуваних осіб щодо інформаційної безпеки, медіаграмотності та психологічного самозахисту від негативного інформаційного впливу. Так, 86,4% респондентів знають, що потрібно перевіряти правдивість новин з джерел, до яких вони звертаються час від часу; 68,4% опитаних вміють перевіряти правдивість новин, однак знаходити першоджерело інформаційних повідомлень вміють 36,8% опитаних, 17,3% – швидше вміють; 37,6% анкетованих впевнені у власних вміннях визначати достовірність інформації.

Як позитивний показник відзначимо, що 27,8% вважають і 28,6% швидше вважають, що великий обсяг інформації неминуче негативно впливає на якість сприйняття. Цей показник може бути запобіжником для вчинення негативного медіаперцептивного впливу, що підсилюється розумінням більшості досліджуваних військовослужбовців ЗС України підвищеної маніпулятивності сучасного інформаційного простору характеризується (рис. 2.22).

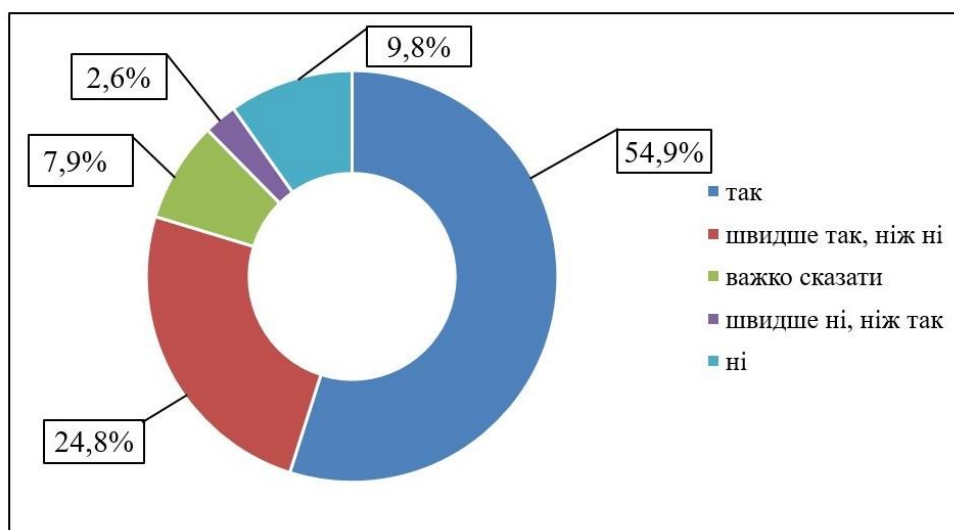


Рисунок 2.22 – Відповіді респондентів на запитання анкети: «Я погоджуюсь із твердженням, що сучасний інформаційний простір характеризується підвищеною маніпулятивністю»

Водночас 45,3% респондентів зазначили, що не знають, кому належить більшість ЗМІ в Україні. Оскільки власники істотно впливають на редакційну політику своїх медіа, незнання військовослужбовцями належності ЗМІ може завадити критичному аналізу змісту інформації та розумінню того, чиї інтереси представляє певний телеканал, радіо чи друковане видання (рис. 2.23).

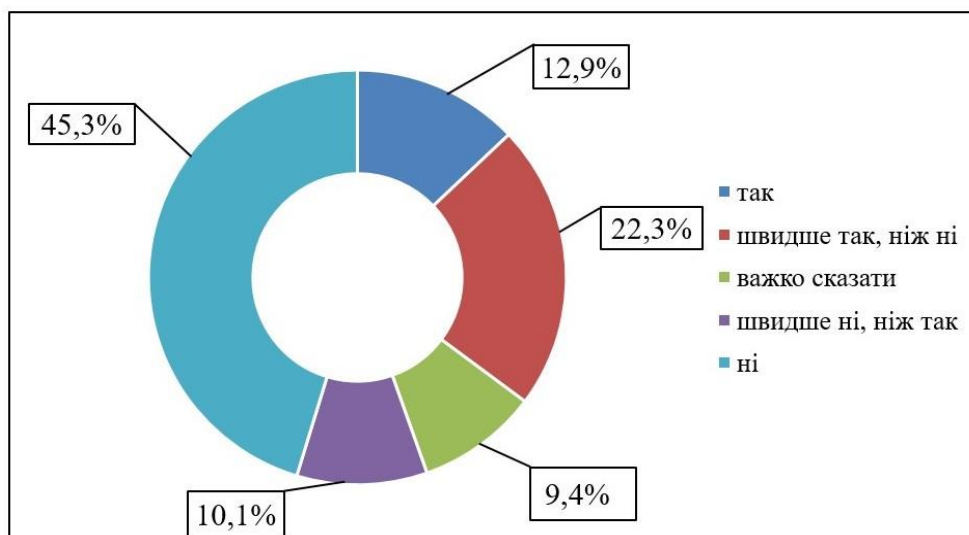


Рисунок 2.23 – Відповіді респондентів на запитання анкети: «Я знаю, кому належить більшість ЗМІ в Україні»

Чверть опитаних військовослужбовців визнають, що не можуть без вагань виявити, чи є людина експертом у військовій сфері (рис. 2.24).

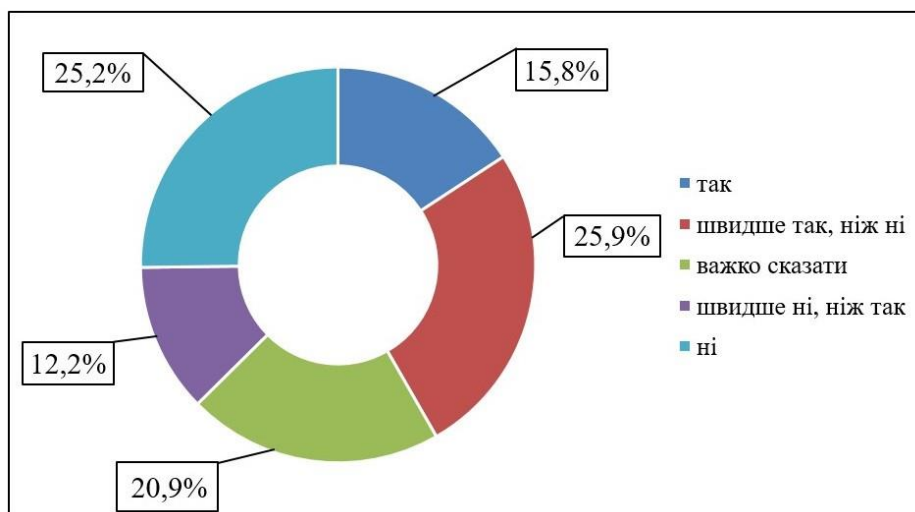


Рисунок 2.24 – Відповіді респондентів на запитання анкети: «Я без вагань можу визначити чи є людина експертом у військовій сфері»

Водночас третина військовослужбовців не отримують або швидше не отримують (рис. 2.25) / не довіряють (рис. 2.26) інформації про військовослужбовців та діяльність Збройних Сил України з офіційних сторінок військового командування та військових ЗМІ.

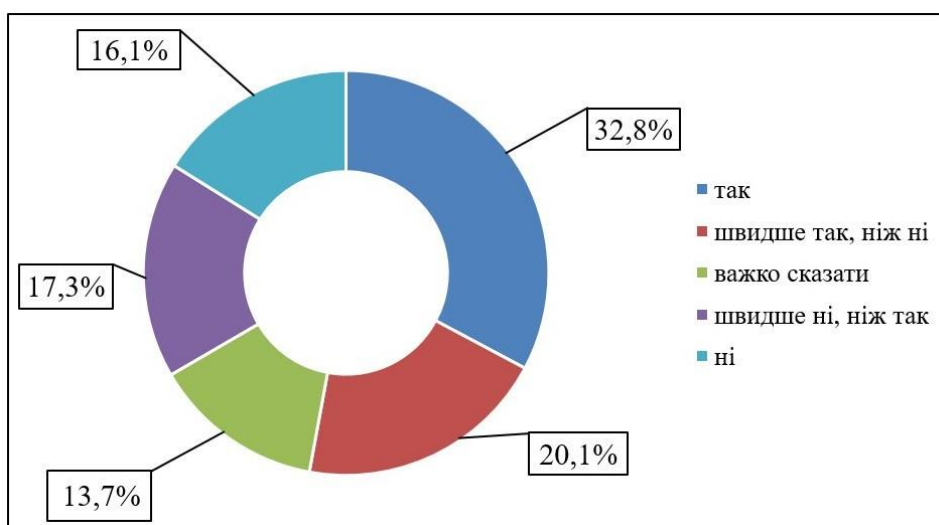


Рисунок 2.25 – Відповіді респондентів на запитання анкети: «Я отримую інформацію про військовослужбовців та діяльність Збройних Сил України переважно з офіційних сторінок військового командування та військових ЗМІ»

Оскільки офіційні джерела намагаються публікувати перевірену інформацію, не допускаючи маніпулювань, та зазвичай звертаються до компетентних експертів, які можуть коментувати заяви офіційних відомств, звернення до офіційних сторінок військового командування і військових ЗМІ може

сприяти психологічному самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

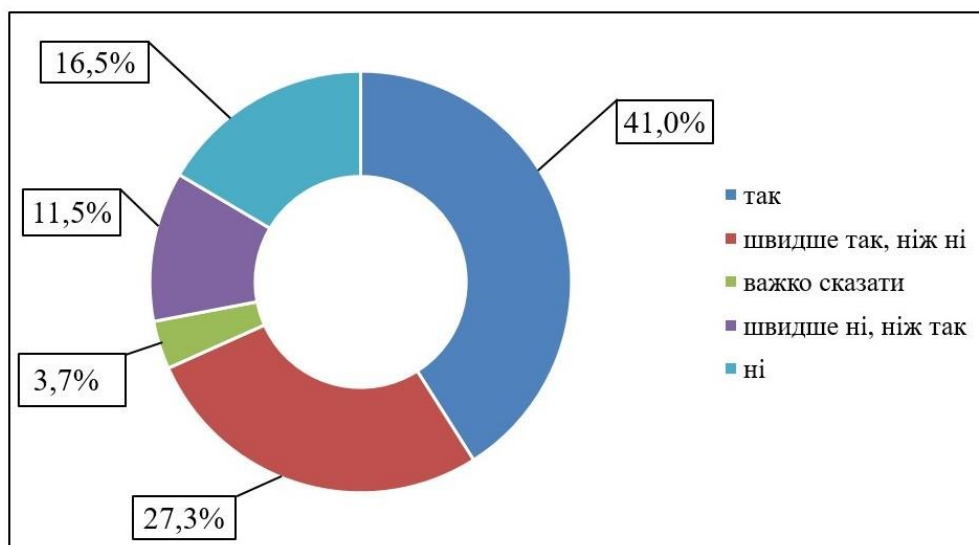


Рисунок 2.26 – Відповіді респондентів на запитання анкети: «Я довіряю інформації про військовослужбовців та діяльність Збройних Сил України переважно з офіційних сторінок військового командування та військових ЗМІ»

Отримані дані були оброблені за допомогою методів математичної статистики (описової статистики) за допомогою програми SPSS (Statistical Package for the Social Sciences, Version 23).

Ми мали за мету перевірити наявність зв'язків між шкалами анкети і батареєю психологічних методик на кожен показник досліджуваного психологічного конструкту та пов'язаність рівня медіаграмотності військовослужбовця (наявність знань, умінь і навичок з безпеки споживання інформації) з їх індивідуально-психологічними якостями.

Статистичну кореляцію між двома змінними: структурними компонентами анкети та показниками, отриманими за психологічними методиками, ми визначали за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона. Значення кореляції між показниками психологічних методик та відповідними структурними частинами анкети варіювало від 0,553 до 0,581. Також значущий кореляційний зв'язок встановлено між максимальними (0,746) та мінімальними (0,786) результатами за анкетною і психологічними методиками. Отримані

значення коефіцієнтів кореляції інтерпретуються як позитивні (вища за середню та висока кореляція даних).

Кореляційний аналіз даних анкетування за когнітивно-рефлексивним блоком дав змогу виявити такі дані:

критичне мислення (14 запитань) і результати, отримані за тестом «Критичне мислення» Л. Старкі в адаптації О. Луценко, показали значущу кореляцію зі значенням $r = 0,754^{**}$ (кореляція значуща на рівні 0,05, двостороння);

аналітичне мислення (6 запитань) і результати, отримані за тестом аналітичності мислення (варіант VI субтесту шкали Р. Амтхауера), показали значущу кореляцію зі значенням $r = 0,596^{**}$ (кореляція значуща на рівні 0,05, двостороння);

навіюваність (сугестивність) (13 запитань) і результати, отримані за тестом-опитувальником навіюваності (сугестивності) О. Саннікової і Ю. Фолі показали значущу обернену кореляцію зі значенням $r = -0,540^{**}$ (кореляція значуща на рівні 0,05, двостороння). Питання анкети виявляють стійкість військовослужбовця до навіюваності (сугестії), що сприяє його здатності до самозахисту від негативного інформаційного впливу.

Кореляційний аналіз даних анкетування за перцептивно-емоційним блоком дав змогу виявити такі дані:

емоційна запальність (11 запитань) і результати, отримані за методикою «Шкала емоційної запальності» Е. Ільїна та П. Ковальова, показали значущу обернену кореляцію зі значенням $r = -0,365^{**}$ (кореляція значуща на рівні 0,05, двостороння), оскільки для психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації важливий низький рівень емоційної запальності;

емоційна збудливість (7 запитань) і результати, отримані за методикою «Емоційна збудливість – врівноваженість» Б. Смирнова, показали значущу обернену кореляцію зі значенням $r = -0,315^{**}$ (кореляція значуща на рівні 0,05, двостороння), оскільки для психологічного самозахисту від негативного впливу

медіаперцептивної комунікації важливі обернені до емоційної збудливості якості (емоційна врівноваженість).

Кореляційний аналіз даних анкетування за поведінково-регулятивним блоком дав змогу виявити такі дані: саморегуляція (7 запитань) і результати, отримані за методикою «Стиль саморегуляції поведінки» В. Моросанової та Є. Коноз, показали значущу кореляцію зі значенням $r = 0,377^{**}$ (кореляція значуща на рівні 0,05, двостороння).

На основі отриманих результатів можемо стверджувати, що запитання анкети щодо виявлення знань про самозахист від негативного впливу медіаперцептивної комунікації (13 питань) досить тісно кореляційно пов'язані з показниками критичного ($r = 0,502^{**}$) та аналітичного ($r = 0,360^{**}$) мислення, рівнем інтелекту ($r = 0,473^{**}$) та значуще обернено корелюються з емоційною запальністю ($r = - 0,391^{**}$), емоційною збудливістю ($r = - 0,347^{**}$) та навіюваністю (сугестивністю) ($r = - 0,490^{**}$).

Запитання анкети щодо виявлення умінь із самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації (6 запитань) досить тісно кореляційно пов'язані з показниками критичного ($r = 0,498^{**}$) та аналітичного ($r = 0,335^{**}$) мислення, рівнем інтелекту ($r = 0,355^{**}$), саморегуляцією поведінки ($r = 0,420^{**}$) та значуще обернено корелюються з емоційною запальністю ($r = - 0,393^{**}$), емоційною збудливістю ($r = - 0,511^{**}$) та навіюваністю (сугестивністю) ($r = - 0,318^{**}$).

Запитання анкети щодо розкриття навичок із самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації (3 запитання) тісно кореляційно пов'язані із показниками критичного ($r = 0,439^{**}$) та аналітичного ($r = 0,394^{**}$) мислення, рівнем інтелекту ($r = 0,400^{**}$), саморегуляцією поведінки ($r = 0,487^{**}$) та значуще обернено корелюються з емоційною запальністю ($r = - 0,398^{**}$), емоційною збудливістю ($r = - 0,392^{**}$) та навіюваністю (сугестивністю) ($r = - 0,443^{**}$).

Загальний (підсумковий) рівень (індекс) розвиненості психологічного самозахисту військовослужбовця Збройних Сил України від негативного

впливу медіаперцептивної комунікації показав значущі кореляційні зв'язки з показниками критичного ($r = 0,821^{**}$) та аналітичного ($r = 0,706^{**}$) мислення, рівнем інтелекту ($r = 0,785^{**}$), саморегуляцією поведінки ($r = 0,493^{**}$) та значущу обернену кореляцію з емоційною запальністю ($r = - 0,586^{**}$), емоційною збудливістю ($r = - 0,499^{**}$) та навіюваністю (сугестивністю) ($r = - 0,762^{**}$).

Результати анкетування показують, що в анкеті «Рівень розвиненості психологічного самозахисту військовослужбовця Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації» наявні значущі кореляційні зв'язки з результатами проведеного дослідження за батареєю психодіагностичних методик і за її допомогою додатково визначити наявність у військовослужбовця знань, умінь та навичок із безпечного споживання інформаційних повідомлень.

Отримані внаслідок анкетування значущі кореляційні зв'язки вказують на те, що процес психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації буде ефективним за умов високих показників рівня інтелекту, критичного та аналітичного мислення, загального рівня саморегуляції та низьких показників рівнів емоційної запальності, збудливості і навіюваності (сугестивності), а також високого рівня медіаграмотності військовослужбовця (наявності у нього знань, умінь та навичок щодо безпеки споживання інформаційних повідомлень).

Анкетування також дало змогу оцінити рівень розвиненості психологічного самозахисту військовослужбовця Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації та отримати уніфікований індекс за п'ятьма шкалами: високий, вищий за середній, середній, нижчий за середній та низький.

2.3. Структурно-функціональна модель розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації

Історично склалося, що механізми психологічного захисту вважають складною системою діяльності психіки людини, яка має певні компоненти і рівні функціонування. Від З. Фрейда в багатьох працях учених це положення мало підтвердження, але на жаль, єдності в розумінні складу і рівнів функціонування захисту й досі немає. Простір наукових досліджень про механізми психологічних захистів є неоднорідним та налічує кілька структурних моделей функціонування психологічного захисту в межах різних загальнонаукових підходів.

Водночас психічна опірність особистості як розвинена здатність психологічного самозахисту від деструктивних інформаційних впливів не була предметом комплексного психологічного дослідження. Означена проблематика є актуальною, оскільки в ході віроломної, спочатку гібридної, а потім широкомасштабної війни Росії проти України на військовослужбовців Збройних Сил України як об'єктів впливу спрямовано людиноненависницьку російську неоімперську (рашистську) пропаганду, що потребує від них неодмінного застосування різних способів конструктивного та безпечного подолання таких життєвих труднощів.

На попередньому етапі дослідження ми з'ясували, що існують чіткі взаємозв'язки між механізмами психічного захисту, домінуючими емоціями і характерологічними особливостями особистості.

Вподальшому мета нашого дослідження полягала у виявленні психічних адаптаційних механізмів, які виникають в особистості в умовах психологічного напруження, зокрема внаслідок негативного впливу медіаперцептивної комунікації, та визначенні особливостей пов'язаності цих механізмів з актуальним психічним станом особистості для блокування впливу негативних чинників на психіку та запобігання проявам подальших психічних розладів.

Щоб виокремити істотні характеристики психологічного конструкту, проаналізувати його основні параметри та визначити розвивальну стратегію, розробили структурно-функціональну модель розвитку у військовослужбовців Збройних Сил України здатності до психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

В науковій літературі як модель розуміють загальне уявлення про структуру й особливості окремих компонентів процесу. За допомогою моделі можна виокремити сторони об'єкта, необхідні для дослідження, і відобразити ознаки, факти, зв'язки, відносини в певній галузі знання у вигляді простої та наочної форми, зручної і доступної для аналізу та формулювання висновків [51].

Як модель також визначають уявну чи матеріально реалізовану систему, яка, відображаючи або відтворюючи об'єкт дослідження, здатна заміщати його настільки, що її вивчення дає змогу отримати нову інформацію про нього. Моделювання ґрунтується на здатності людського розуму абстрагувати схожі ознаки або властивості у різних за природою об'єктів і встановити певні відносини між ними [23, с.94].

На думку, К. Тищенка будь-яка модель «служує засобом упорядкування та ущільнення інформації», для цього потрібно кожен її абстрактний об'єкт вибудувати мисленнєво з опорою на той експериментальний матеріал, асиміляція якого передбачена в межах створюваної системи знання» [184, с. 65].

Беручи до уваги думки дослідників, зокрема Н. Оніщенко [130], стосовно моделювання як дієвого методу створення моделей, ми як поняття «психологічне моделювання» розглядаємо процес побудови формальної моделі психологічного або соціально-психологічного феномена, тобто формалізованої абстракції цього феномена, що відтворює деякі його ключові моменти. Метою психологічного моделювання є, з одного боку, емпіричне вивчення феномена на моделі, а з іншого – використання цієї моделі для вирішення різних фундаментальних або прикладних проблем.

Моделювання вважають досить ефективним засобом прогнозування впливу зовнішніх чинників на явище, яке вивчають, і прийняття конкретних рішень. Дослідником має конструюватися модель таким чином, щоб операції відображали основні характеристики об'єкта дослідження (основні елементи структури, їх взаємозв'язок, функціональні параметри та ін.) важливі для вирішення мети дослідження.

Важливим моментом моделювання є встановлення зв'язків між її складовими. Зв'язки відображають логіку процесу, діяльності, шлях до досягнення очікуваного результату. Графічне зображення складових моделі зі встановленими зв'язками можна назвати структурною моделлю. Структурно-функціональна модель передбачає не просто показ зв'язків між складовими, а й дослідження функцій (ролі, значення, вагомості у процесі) кожної зі складових та особливостей функціонування об'єкта загалом. Структурна складова розкриває загальний опис компонентів і наявних зв'язків між ними та відповідає за визначення засобів відтворення в моделі поведінки системи. Функціональна частина моделі демонструє особливості діяльності та її призначення під час взаємодії, а також взаємозв'язки з внутрішніми і зовнішніми елементами. Крім того, модель має відображати властивості середовища, в якому функціонує досліджувана система.

На основі теоретичного аналізу особливостей психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації та отриманих результатів емпіричної частини експерименту ми розробили структурно-функціональну модель розвитку у військовослужбовців Збройних Сил України здатності до психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, яка складається з таких блоків: цільового, діагностичного, змістового, процесуального та результативного (рис. 2.27).

У *цільовому блоці* ми визначили основні характеристики: мету, об'єкт, завдання та основоположні методологічні підходи.

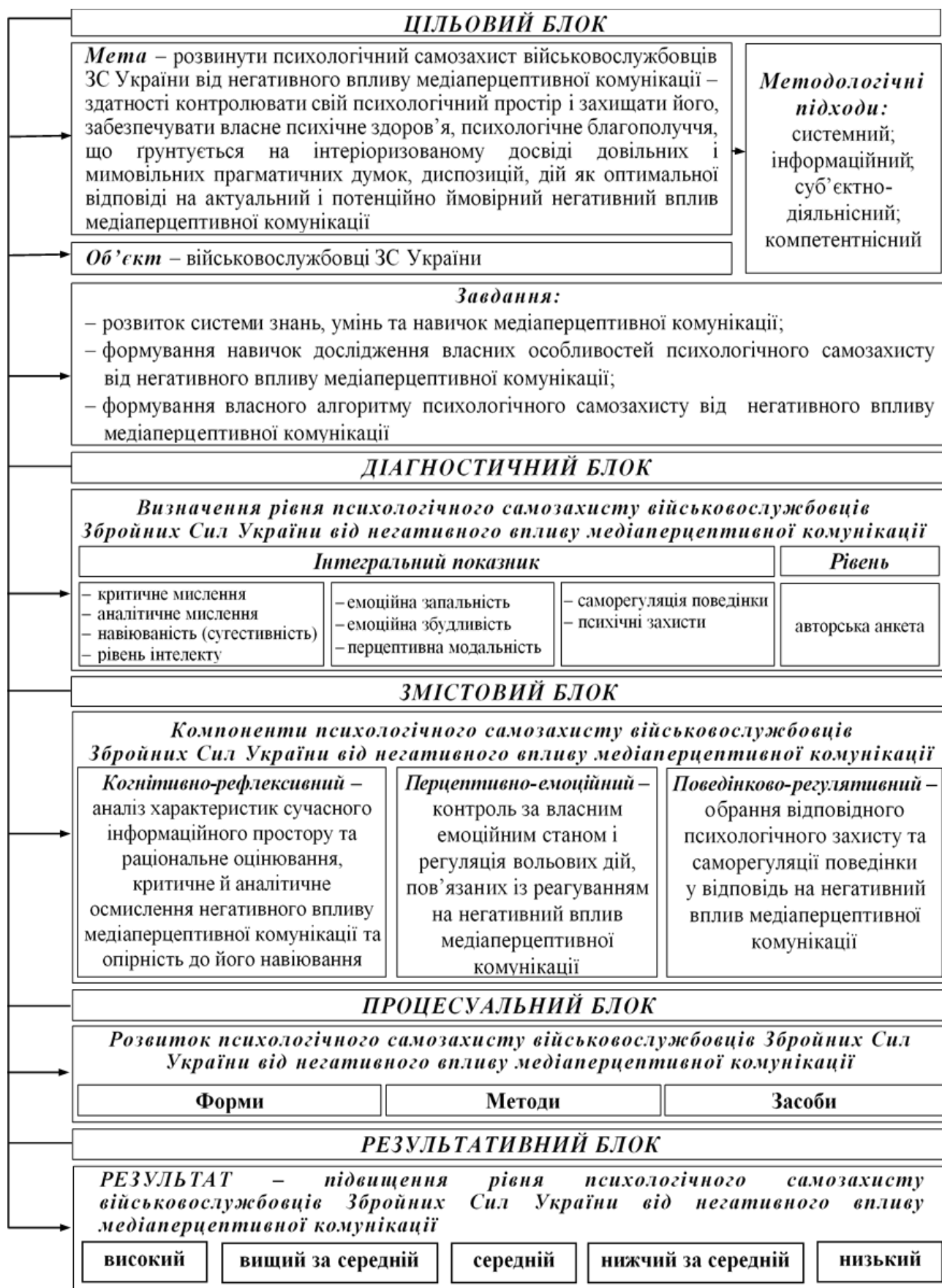


Рисунок 2.27 – Структурно-функціональна модель розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації

Мета моделювання полягає в розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації як їхньої здатності контролювати власний психологічний простір і захищати його, забезпечувати власне психічне здоров'я, психологічне благополуччя, що ґрунтується на інтеріоризованому досвіді довільних і мимовільних прагматичних думок, диспозицій, дій як оптимальної відповіді на актуальний і ймовірний вплив медіаперцептивної комунікації.

Об'єктом є військовослужбовці Збройних Сил України.

Завданнями визначено розвиток системи знань, умінь та навичок функціонування в умовах медіаперцептивної комунікації, формування навичок дослідження власних особливостей психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації та формування власного алгоритму психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

У межах загальнонаукової методології ми послуговувалися такими теоретичними концепціями, як системний, інформаційний, суб'єктно-діяльнісний та компетентнісний підходи.

Сутність застосування *системного підходу* в дослідженні психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації полягає в реалізації вимог загальної теорії систем, згідно з якою кожен об'єкт у процесі дослідження слід розглядати як велику і складну систему й одночасно як елемент більш загальної системи [215, с. 33].

Системний підхід розглядають науковці як методологічний принцип, що передбачає розуміння психічного як системи, яка є не простою сукупністю елементів у її складі, а впорядкуванням цілого, що має структуру, прямі і зворотні зв'язки, складається з елементів, підсистем із всебічними психологічними знаннями про структуру особистості і поведінки [203, с. 104].

Отже, психологічний самозахист від негативного впливу медіаперцептивної комунікації – це цілісна система, що має чітку

трикомпонентну структуру, взаємопов'язані показники, що мають прямі і зворотні зв'язки між механізмами психічного захисту, домінуючими емоціями і характерологічними особливостями особистості.

Системний підхід дав нам змогу виокремити істотні характеристики психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, проаналізувати його основні параметри та визначити стратегію їх розвитку.

Обґрунтовуючи обрання інформаційного підходу до нашого дослідження, приєднуємося до думки В. Стешенка, який зазначає, що інформаційний підхід є відображенням системного підходу, який спочатку передбачає структурування об'єкта чи процесу дослідження, розкриття його цілісності та механізмів функціонування, потім вивчення його змін залежно від зміни умов навколишнього середовища та зведення усіх відомостей в одну теоретичну картину – систему знань [180, с. 75].

Сутність застосування *інформаційного підходу* полягає в тому, що під час вивчення будь-якого процесу чи явища, що відбуваються у природі чи суспільстві, обов'язково виявляються інформаційні аспекти. Іншими словами, всі об'єкти, процеси і явища, по суті є інформаційними, оскільки всі наявні у природі і суспільстві взаємозв'язки є інформаційними, а всі процеси і явища ґрунтуються на інформації [211].

Теоретичне ядро інформаційного підходу в нашому дослідженні полягає в тому, що психологічний самозахист опосередкований негативним впливом медіаперцептивної комунікації, що має інформаційну природу і включає розуміння структури та функцій інформації у медіаперцептивній комунікації, процесів отримання, сприйняття, передачі інформації, а також загроз інформаційного середовища для сучасного військовослужбовця.

Суб'єктно-діяльнісний підхід у психологічних дослідженнях є конкретнонауковим методологічним принципом, вираженим у прагненні дослідників використовувати положення теорії діяльності у методиці та

інтерпретації змісту своєї роботи, які сприятимуть вдосконаленню вмінь та навичок у ході діяльності.

Використання цього підходу в нашому дослідженні зумовлене необхідністю вивчення індивідуально-психологічних засобів актуалізації суб'єктного потенціалу у військово-професійній діяльності. Такий підхід висуває особливі вимоги не лише до якості засвоєння знань, вироблення умінь і навичок психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, а й до особистісного розвитку військовослужбовця, його здатності активно брати участь у процесах життєдіяльності, професійного розвитку й тим самим бути суб'єктом власного буття [134, с. 10].

У межах *компетентнісного підходу* ми не лише звертаємо увагу на захист від небезпечної чи небажаної інформації, а й ураховуємо індивідуальні особливості людини, а також середовища її перебування [50, с. 59].

У межах компетентнісного підходу військовослужбовцям Збройних Сил України необхідно набувати нових особистісних якостей та властивостей, компетентностей і спроможностей задля психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації в усіх умовах обстановки у ході військово-професійної діяльності.

Діагностичний блок спрямований на виявлення рівнів розвиненості психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Складовими блоку є психодіагностування військовослужбовців Збройних Сил України за встановленими компонентами і показниками психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації або авторською анкетною.

Змістовий блок має на меті практичний розвиток психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації відповідно до структури психологічної тренінгової програми (додаток Е).

Процесуальний блок містить конкретні форми (психологічний тренінг, психологічну тренінгову програму або комплексну програму), засоби та

методи: аналіз власного ставлення до негативних інформаційних впливів; аналіз власного досвіду в контексті негативного впливу медіаперцептивної комунікації як у професійній діяльності, так і в позаслужбовій з відтворенням власного способу вирішення таких ситуацій; аналіз самотійного освоєння стимульних текстів, призначених для індивідуальної і групової роботи, щоб надалі провести контент-аналіз та виявити загрози; моделювання шляхів психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, спрямованої на військовослужбовців Збройних Сил України; застосування інтерактивних технік («криголам», міні-лекцій, групових дискусій з означеної проблеми, мозкового штурму, методу незакінчених речень, ігрових вправ, домашніх завдань, обміну враженнями від прочитаних книг, мультимедійних презентацій, аналітичної роботи у групах), ігрових вправ (ділових та рольових ігор), перегляду відеоматеріалів.

Результативний блок передбачає застосування алгоритму первинного (перед впровадженням програми розвитку) та повторного (після впровадження програми розвитку) діагностування, а також проведення оцінювання рівня розвитку психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

РОЗДІЛ 3

ЕКСАПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ ПСИХОЛОГІЧНОГО САМОЗАХИСТУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ ВІД НЕГАТИВНОГО ВПЛИВУ МЕДІАПЕРЦЕПТИВНОЇ КОМУНІКАЦІЇ

У розділі розкрито зміст і структуру програми розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, а також основні методи та засоби, застосовані для досягнення мети програми. Висвітлено порядок математико-статистичної обробки та інтерпретації результатів експериментального дослідження.

3.1. Обґрунтування та розробка програми розвитку у військовослужбовців Збройних Сил України психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації «Слово – теж зброя!»

В умовах постійного та бурхливого перенаповнення інформаційного простору, застосування технологій маніпулятивного впливу в інформаційному середовищі російсько-української війни та, як наслідок, спрямування негативного впливу медіаперцептивної комунікації на особовий склад військ (сил) необхідно, щоб військовослужбовці Збройних Сил України набували нових особистісних якостей та властивостей, компетентностей і спроможностей для належної протидії.

Програму розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації розроблено та впроваджено у межах формульованої частини дисертаційного дослідження. Спочатку ми визначили рівень психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації за допомогою підібраного психодіагностичного інструментарію та авторської анкети «Рівень розвиненості

психологічного самозахисту військовослужбовця Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації».

До формувальної частини емпіричного дослідження було залучено 62 військовослужбовці з 211 досліджених осіб, з яких були сформовані дві незалежні групи: експериментальна (31 особа) і контрольна (31 особа). Ці групи сформовано з однаковим розподілом осіб за п'ятьма рівнями розвиненості психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, що попередньо було визначено на констатувальному етапі експерименту.

Експериментальну групу відібрано на підставі предмету і гіпотези наукового дослідження, а також застосування теоретичних статистичних критеріїв репрезентативності вибірки досліджуваних. Дані, отримані під час дослідження експериментальної вибірки, поширюються на кожного учасника, тобто враховують всі значущі характеристики об'єкта дослідження та відмінності у проявах, які можуть істотно вплинути на залежну змінну.

Кількісний критерій – від 1 до 100, але кількість досліджуваних у кожній з порівнюваних груп має становити не менш ніж 30...35 осіб, що застосовують у ході кореляційного дослідження (зі статистичних міркувань коефіцієнти кореляції, вищі за 0,35 при такій кількості досліджуваних, є значущими на рівні 0,05) [16, с. 37].

В експериментальній групі було впроваджено психологічну тренінгову програму розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. На контрольному етапі проведено повторне анкетування для з'ясування ефективності розробленої нами програми.

Щоб розширити уявлення про психологічний самозахист, його особливості у військовослужбовців Збройних Сил України, відпрацювати навички психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, ми застосували такі методи роботи: аналіз власного ставлення до негативних інформаційних впливів; аналіз власного

досвіду в контексті негативного впливу медіаперцептивної комунікації у професійній та позаслужбовій діяльності з відтворенням способів виходу з таких ситуацій; аналіз самотійного освоєння стимульних текстів для індивідуальної і групової роботи, щоб провести контент-аналіз та виявити загрози; моделювання шляхів психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, спрямованої на військовослужбовців Збройних Сил України; інтерактивні техніки (криголам, міні-лекції, групові дискусії з означеної проблеми, мозковий штурм, метод незакінчених речень, ігрові вправи, домашні завдання, мультимедійні презентації, аналітичну роботу у групах).

Під час створення програми ми керувалися тим, що у професійній діяльності військовослужбовець Збройних Сил України, який опанував теоретичний матеріал програми і набув відповідних компетентностей, умітиме:

виявляти маніпулятивний контент (негативний вплив) медіа;

аргументовано критично й аналітично оцінювати медіаперцептивну комунікацію, характеризувати її за ознаками доступності, кількості, цінності, змісту, об'єктивності, адекватності, достовірності, точності, оперативності, надійності тощо;

оцінювати зміст, форму і стиль медіаперцептивної комунікації та прийоми, застосовані для вчинення негативного впливу;

застосовувати раціональні методи пошуку, відбору, систематизації та використання медіаперцептивної комунікації з урахуванням військово-професійної специфіки;

перевіряти і класифікувати джерела інформації;

аналізувати явища і процеси в суспільно-політичній обстановці держави в минулому та сучасному вимірах, вміти аналізувати їх висвітлення у медіаперцептивній комунікації;

використовувати у професійній діяльності для перевірки інформаційного контенту комп'ютерні програми навчання та навчальні ресурси глобальної мережі «Інтернет»;

поєднувати традиційні методи навчання з мультимедійними засобами подання інформації, засобами масової інформації;

на прикладі негативних інформаційних тенденцій, створюваних засобами масової інформації для висвітлення діяльності Збройних Сил України загалом та окремих військовослужбовців зокрема, що призвели до зниження рівня морально-психологічного стану, поширення наративів про неспроможність владних структур реалізовувати державну політику, недовіру суспільства до керівництва держави та військово-політичного керівництва, спонукання до масової еміграції, приниження української мови і культури, фальшування української історії, нав'язування думок про поразку українського війська та наближення капітуляції України, спонукання до здачі в полон противнику, неспроможність української армії дати відсіч агресору, детально розбирати застосовувані методи негативного впливу медіаперцептивної комунікації;

розвивати індивідуально-психологічні ресурси, що забезпечують сприятливий психологічний фон поведінки і сприяють розвитку конструктивного подолання психологічного дискомфорту (розвитку емоційного інтелекту, низької емоційної запальності / збудливості, високого рівня критичного й аналітичного видів мислення, низького рівня навіюваності (сугестивності), високого рівня саморегуляції поведінки тощо).

Програма розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації «Слово – теж зброя!» (додаток Ж) має на меті розвинути психологічний самозахист від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, а також висвітлити особливості психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Завдання програми полягають у розвитку когнітивно-рефлексивного, перцептивно-емоційного та поведінково-регулятивного компонентів психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, зокрема:

а) формуванні уявлень про поняття «психологічний самозахист», «негативний інформаційно-психологічний вплив комунікації» та «медіаперцептивна комунікація», «медіаосвіта», «медіаграмотність»;

б) підвищенні рівня обізнаності про показники високого рівня психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації;

в) оволодінні механізмами психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації;

г) формуванні позитивного ставлення до необхідності психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації;

д) формуванні здатності розпізнавати психологічні загрози медіаперцептивної комунікації, атрибути медіаперцептивної комунікації та закономірності психологічного впливу інформаційних продуктів, що потрапляють у сферу свідомості військовослужбовців Збройних Сил України;

е) формуванні вміння аналізувати й оцінювати психологічну маніпулятивність (перцептивність) медіаперцептивної комунікації.

Головними засобами розвитку психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації є: осмислення власного розуміння феноменів психологічного самозахисту і сутності негативного впливу медіаперцептивної комунікації та досвіду взаємодії з ним, порівняння з досвідом інших учасників групи; моделювання у групі ситуацій негативного впливу медіаперцептивної комунікації та групова рефлексія учасниками емоційних станів, шляхів когнітивної обробки та здатності до психологічного самозахисту у створених умовах негативного впливу медіаперцептивної комунікації; розвиток здатності до критичного й аналітичного осмислення чинників негативного впливу медіаперцептивної комунікації; розвиток стійкості до навіюваності (сугестії); розвиток емоційного інтелекту та навичок контролю за емоційною збудливістю та запальністю.

Результатами опанування змісту зазначеної програми військовослужбовці Збройних Сил України стануть: *знання* про поняття «психологічного

самозахисту», «негативного інформаційно-психологічного впливу комунікацій» та «медіаперцептивної комунікації», «медіаосвіта», «медіаграмотність», необхідність психологічного самозахисту військовослужбовців від негативного впливу медіаперцептивної комунікації; *усвідомлення* відмінностей між механізмами психічного захисту та психологічним самозахистом, загрози медіаперцептивної комунікації власному психічному стану; *набуття* знань та опанування дієвими механізмами психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації; *розвинуток вмінь* виявляти емоційну збудливість і запальність внаслідок дії медіаперцептивної комунікації; *здатність* розпізнавати ознаки негативного впливу у медіаперцептивній комунікації, перевіряти інформаційний контент, створювати власний стиль саморегуляції поведінки у відповідь на негативний вплив медіаперцептивної комунікації.

Програма розрахована на 30 год і складається зі вступу, трьох блоків (когнітивно-рефлексивного, перцептивно-емоційного та поведінково-регулятивного), що містять шість тематичних тренінгових занять, а також передбачає аналіз проведених дій. Кожне заняття триває 4 академічні години в межах плану навчального навантаження. Основу інформаційно-методичних матеріалів програми становлять авторські розробки (результати теоретико-емпіричних досліджень особливостей психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації). Програма спрямована на розвиток психологічних компонентів психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації (когнітивно-рефлексивного, перцептивно-емоційного та поведінково-регулятивного) і може бути реалізована за загальним планом тренінгових занять. Означені компоненти, на нашу думку, є визначальними й утворюють цілісну систему розвитку психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Недостатній розвиток вмінь із психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації значною мірою зумовлений

нестачею у військовослужбовців Збройних Сил України необхідних психологічних знань.

Так, реалізація *когнітивно-рефлексивного компонента* відбувається через накопичення інформації, завдяки якій військовослужбовці Збройних Сил України починають усвідомлювати спрямованість на них як на першочергових об'єктів негативного впливу медіаперцептивної комунікації, що сприяє зростанню професійних та особистісних можливостей, зниженню рівня навіюваності (сугестивності), оскільки усвідомлення передбачає не лише накопичення інформації про психологічний самозахист від негативного впливу комунікації, а й стимулює розвиток рефлексивних механізмів, критичного та аналітичного мислення.

Перцептивно-емоційний компонент дає змогу оволодіти засобами емоційної саморегуляції, контролю за емоційною збудливістю і запальністю, розвинути емоційний інтелект в контексті психоемоційних впливів медіаперцептивної комунікації та вміло його використовувати задля психологічного самозахисту від деструктивних інформаційних впливів, а також стимулює формування перцептивного досвіду особистості, внутрішніх репрезентацій, які передбачають перцепцію «медіареальності», почуттів і думок авторів медіапродуктів, виражених в аудіовізуальному і просторово-часовому образі.

Розвиток *поведінково-регулятивного компонента* дає змогу створити власний алгоритм саморегулятивних дій задля зменшення або нейтралізації негативного впливу медіаперцептивної комунікації з урахуванням притаманного стилю психічного захисту, а також розвиває навички перевірки контенту, формування власного безпечного списку джерел інформації.

Основоположними моментами у процесі розвитку психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації є комплексне психодіагностування індивідуально-психологічних особливостей психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації та анкетування щодо стану розвиненості психологічного

самозахисту військовослужбовця Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, спрямоване на виявлення проблематики і специфічних особливостей психологічного самозахисту саме військовослужбовців Збройних Сил України. Отримані у процесі психодіагностування результати були враховані під час створення описаної програми.

Групова рефлексія, відбуваючись в спільному просторі й часі, процеси рефлексії індивідуальних і групових суб'єктів є взаємообумовленими, тому форми, здійснені в інтерсуб'єктному просторі однією особою, можуть бути використані іншими учасниками [113, с. 79]. Інтеграція інтелектуальної, особистісної, міжособистісної та міжгрупової рефлексії взаємодії, взаєморозуміння, взаємоузгодження суб'єктів здійснюється як групова рефлексія.

Порядок виконання завдань з використанням методу «робота в малих групах». Під час підготовки завдань для роботи в малих групах потрібно продумати очікувані результати для кожної групи, а також загальний підсумок роботи аудиторії. Зазвичай потрібно дотримуватися такого порядку:

- 1) повідомити про завдання і поділити усіх учасників на групи;
- 2) обговорити з учасниками, чи зрозумілі їм завдання;
- 3) виробити (або нагадати) правила роботи у групах;
- 4) повідомити, який час надано для виконання кожного етапу завдання;
- 5) поділити учасників на малі групи, роздати необхідні матеріали, інформацію і попросити розпочати виконувати завдання;
- 6) рухатися від групи до групи і допомагати учасникам дотримуватися правил роботи у групі;
- 7) після завершення роботи у групах надати слово їх представникам для повідомлення результатів виконання завдання. Заохочувати використання плакатів, таблиць, малюнків та інших наочних засобів. Можна створити таблицю, щоб записувати в неї результати виконання завдання різними групами;

8) обговорити підсумки кожної презентації, запитати, чим обґрунтоване прийняте рішення, запитати, чи є у членів групи особливі думки, що завадило дійти згоди. Нагадати, що групи можуть ставити питання одна одній.

Інформація стає внутрішнім надбанням особистості тоді, коли її випробувано, відпрацьовано в реальних ситуаціях, хоча і навчальних. Для проведення тренінгових занять доцільно застосовувати активні й інтерактивні методи навчання, вмотивовуючи їх вибір метою і завданнями тренінгу, специфікою і потребами аудиторії. Інтерактивні (від англ. interaction – взаємодія) методи забезпечують активну взаємодію ведучого й учасників занять. Їх застосування сприяє обміну досвідом, дає змогу ознайомитися з різними, часто протилежними думками, сформувати толерантне ставлення до них, відстояти власну позицію.

Під час реалізації запропонованої методики застосовано такі методи: «криголами», інтерактивні міні-лекції, міні-дискусії, фасилітацію, мозковий штурм, гронування, модерацію, рольову гру, «акваріум», практичні методи, творчу працю, самодіагностування, мотивувальний контроль, а також технології організації груп (роботу в колі, в малих групах (або парами), індивідуальну роботу).

«Криголами», руханки, ресурсні вправи допомагають зняти напруження, сприяють створенню невимушеної атмосфери, наведенню «емоційних містків» під час занять, заохочують до участі та взаємної підтримки.

У ході інтерактивних міні-лекцій (5–15 хв) ми повідомляли нову інформацію, що давало змогу присутнім глибше зрозуміти ситуацію чи проблему, самостійно зробити висновки. Під час міні-лекцій ми використовували активні методи навчання: фасилітацію, модерацію, демонстрування слайдів або відеофрагментів, мозковий штурм, запитання – відповіді, короткий обмін думками, мотиваційну промову. Міні-лекції ми завершували колективним обговоренням чи вправою, спрямованою на практичне застосування набутих знань [117, с. 62].

Міні-дискусія (лат. *discussio* – розгляд) – це обговорення суперечливих питань, вільний обмін інформацією, ідеями та досвідом, що дає змогу з'ясувати різні точки зору, позиції присутніх щодо обговорюваної проблеми та сформувати толерантне ставлення до них. Під час дискусії ведучий допомагає групі максимально відкрито висловлювати власні думки. Для організації дискусії можна використати, наприклад, прийом «вірю – не вірю». Учасники стають по різні боки від уявної «осі», яка проходить через центр приміщення, залежно від власних поглядів на порушені «проблемні» питання.

У тренінгу можуть бути використані такі питання-тези: «Краще емоції приховувати, ніж висловлювати», «Агресивність вказує на внутрішню силу» та ін. Дискусія корисна для вивчення досвіду всіх учасників групи та надання їм можливості зробити відповідні висновки.

Результати групової дискусії, найважливіші ідеї рекомендовано записувати на аркушах паперу й залишати на помітному місці [117, с. 64].

Фасилітація (англ. *to facilitate* – полегшувати, сприяти, допомагати) – процес колективного висловлення думок, вирішення завдань за провідної ролі фасилітатора, який керує процесом: сприяє встановленню конструктивної комунікації у процесі обговорення питань, спрямовує учасників на пошук рішення, забезпечує дотримання норм взаємодії й регламенту, інтенсифікує обмін інформацією і досвідом, активізує групу за допомогою запитань, реагує на висловлювання кожного учасника тощо. Зазвичай фасилітацію застосовують на початку вивчення нової теми для активізації досвіду учасників.

Кожному учаснику пропонують стисло висловити думку з приводу поставленого питання. Ведучий коротко резюмує почуте, виокремлюючи найголовніше, наприкінці обговорення підбиває підсумки і розпочинає теоретичну частину тренінгу.

Мозковий штурм, або брейнстормінг – це метод генерації ідей, який заохочує до вільних висловлювань, допомагає швидко зібрати максимальну кількість думок і поглядів стосовно визначеної теми чи проблеми. Мозковий

штурм проводять у два етапи: на першому етапі формують ідеї, на другому – їх оцінюють [54, с. 13].

Основні правила проведення мозкового штурму:

висловлювати якнайбільше думок, ідей;

записувати усі думки на фліпчарті без критики й оцінювання;

заохочувати ідеї, навіть неймовірні, незвичні й абсурдні, адже серед них можуть бути найвдаліші.

Ефективність мозкового штурму можна пояснити тим, що під час спільної роботи групи з'являються якісніші ідеї, ніж під час індивідуальної, тому що ідею, яка на перший погляд видається непрактичною, можна допрацювати

і вдосконалити за допомогою колективного розуму.

На другому етапі ідеї обговорюють, об'єднують за категоріями та визначають найкращі.

Групування – метод, спрямований на пошук і побудову зв'язків між певними поняттями. Групування може бути використане на етапі актуалізації досвіду, а також під час підбиття підсумків заняття.

Групування проводять за такими етапами:

1) пишуть основне слово або фразу посередині фліпчарта;

2) пропонують учасникам висловлювати ідеї (слова, поняття, образи, асоціації), які приходять на думку і певним чином пов'язані з основним словом, записують висловлені ідеї довкола центрального слова;

3) коли ідеї вичерпані, починають встановлювати зв'язки між поняттями. Можна використовувати кольорові олівці для позначення гронів та зв'язків. Оскільки лінії означають наявність логічного зв'язку між поняттями, це дає змогу швидко визначити важливість кожного з них. Отримані «грона» озвучують,

а також обґрунтовують встановлені між ними зв'язки [109, с. 77].

Модерація – це універсальний метод залучення учасників тренінгу до процесу вирішення поставленого завдання, що сприяє досягненню мети

з оптимальним використанням креативності кожного. У ході тренінгу метод модерації допомагає розглянути нове поняття, виробити однакове його розуміння, створити єдиний «обсяг понять», спільне інформаційне поле, що значно спрощує процес комунікації. На очах народжуються класифікації та висновки, які будуть використані в подальшій роботі. Крім того, те, що учасники створили самі, не викликає у них опору.

Ведучий виконує роль модератора, який керує процесом: спостерігає за регламентом, забезпечує його дотримання; активізує групу за допомогою запитань; заохочує тих, хто виступає; систематизує матеріали, напрацьовані групами; робить робочі висновки, підбиває підсумки.

Ведучий формулює проблему, дає завдання учасникам. Процес модерації має такі етапи:

- 1) учасників об'єднують у малі групи (по 3...4 особи), видають їм набори чистих карток;
- 2) кожній групі пропонують впродовж визначеного часу (5...15 хв) вирішити поставлене завдання, кожну ідею записувати на окремій картці;
- 3) лідерів груп запрошують презентувати результати спільної роботи: зачитати і приклеїти на фліпчарт картки. В цей час учасники інших груп уважно слухають і відкладають убік картки з подібними ідеями. Таким чином, крок за кроком триває формування єдиного інформаційного поля.
- 4) картки структурують за певними критеріями, виокремлюють категорії, яким присвоюють назви. Результатом модерації є структура, своєрідний «скелет» для заповнення теоретичним матеріалом [108, с. 9].

Прикладами завдань для модерації можуть бути такі: «Пригадайте і запишіть приклади негативного впливу медіаперцептивної комунікації», (результатом модерації є визначення особливостей негативного впливу медіаперцептивної комунікації на військовослужбовців Збройних Сил України); «На які сфери особистості, на Вашу думку негативно впливає медіаперцептивна комунікація?» (результатом модерації є висновок про

структурні компоненти психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації).

Рольова гра – метод навчання та набуття досвіду, який дає змогу учасникам тренінгу відразу ж використовувати знання на практиці. В основу рольової гри можна покласти моделі життєвих ситуацій, професійних проблем, які є значущими для учасників.

Рольова гра відбувається у кілька етапів. Спочатку ведучий повідомляє тему, мету рольової гри, ознайомлює зі змістом кожної ролі. Протягом наступного етапу учасники «програють» (відтворюють) ситуацію, виконуючи різні ролі. У рольовій грі акцент роблять на міжособистісній взаємодії, що дасть змогу зрозуміти, як поведуться інші люди в певній ситуації, а також розвинути вміння передбачати їхню поведінку. Після закінчення гри потрібно дати можливість акторам вийти з ролей, для чого запропонувати їм коротко поділитися своїми враженнями [117, с. 70].

Ретельний психологічний аналіз гри посилює навчальний ефект. Норми і правила соціальної поведінки, стиль спілкування, різноманітні комунікативні навички, набуті в рольовій грі та скориговані групою, стають надбанням кожного і можуть бути відтворені в реальному житті. Завершують рольову гру підведенням підсумків.

«Акваріум» – це рольова гра, в якій беруть участь кілька осіб, а інші є спостерігачами, тобто одні «проживають» ситуацію, а інші аналізують ситуацію збоку і «співпереживають».

Учасників об'єднують у малі групи, кожна з яких отримує завдання та необхідну інформацію. Стільці розміщують так, щоб вони утворили кілька концентричних кіл. Найменше, внутрішнє коло – це місце в «акваріумі», де збираються «рибки», щоб поспілкуватися. Зовнішнє коло – це скляні стінки акваріума, за якими перебувають спостерігачі. Одна з груп сідає в центрі «акваріума», утворюючи своє маленьке коло. Учасники мають прочитати вголос завдання та виконати його (обговорити якесь питання, показати сценку тощо).

Усі малі групи по черзі займають місця в «акваріумі» і діяльність кожної з них аналізують у спільному колі.

Під час тренінгу застосовано такі методи: тематичні, практичні та медитативні вправи. На тренінгу пропонують спеціально дібрані вправи, виконання яких сприяє усвідомленню важливих для розвитку психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації моментів (тематичні вправи), закріпленню та вдосконаленню практичних навичок та вмінь (практичні), самопізнанню і самоусвідомленню внутрішнього світу (медитативні, рефлексивні).

Творчою працею називають вправи, в яких фантазію використовують як засіб тренінгу, наприклад: малювання, моделювання, складання композиції тощо.

Самодіагностування – це метод самопізнання, усвідомлення власних переваг і ресурсів за допомогою запитань, вправ, тестів.

Мотивуючий контроль ми застосували наприкінці кожного заняття для перевірки та закріплення знань, навичок учасників, визначення мотивації до навчання, ефективності тренінгових вправ.

Зворотний зв'язок, рефлексія. Більшість вправ передбачають використання зворотного зв'язку з ведучим. Запитання на початку вправи ставлять для того, щоб зорієнтуватися, наскільки присутні ознайомлені з темою та налаштувати їх на сприйняття нових ідей, інформації. Запитання наприкінці вправи призначені для з'ясування ступеня засвоєння матеріалу та його розуміння. Ефективно застосовуючи засоби позитивного підкріплення – похвалу, позитивну оцінку, можна значно підвищити самооцінку і мотивацію учасників. Для налагодження зворотного зв'язку наприкінці тренінгу ми використовували спеціальні вправи та анкетування.

Шеринг (англ. to share – ділитися) – одна із завершальних вправ заняття, що дає можливість усім присутнім виразити свої почуття, думки, враження.

Домашнє завдання, яке учасники отримують після кожного блоку, пов'язане із застосуванням здобутих знань, умінь та навичок у реальних

життєвих ситуаціях. Це сприяє перенесенню здобутого у групі досвіду у життєвий простір.

Під час тренінгу ми застосовували різні форми організації роботи учасників: в колі, в малих групах (або парами), індивідуальні та ін.

Послідовність застосування активних та інтерактивних методів навчання не була чіткою, а залежала від теми, особливостей аудиторії та логіки розвитку подій у конкретній групі.

Під час тренінгу ми чергували та поєднували різні методи навчання і форми організації роботи учасників. Це сприяло збереженню уваги, працездатності групи, робило процес навчання справді творчим, цікавим, поглиблювало розуміння і засвоєння матеріалу.

Перед тим, як розпочати програму «Слово – теж зброя!», ми забезпечили її проведення необхідними ресурсами: матеріалами, технічними засобами для проведення занять, бейджиками; фліпчартом, папером форматів А4, А6, фломастерами, ручками, скотчем, кольоровими маркерами, картками із завданнями, анкетами для кожного учасника тренінгу.

Створенню робочого настрою групи сприяло проведення тренінгів в тому самому приміщенні. Зручно, якщо приміщення просторе і там можна вільно виконувати вправи, передбачені програмою. Важливі хороше освітлення та вентиляція, достатня шумоізоляція. Під час проведення занять у приміщенні не можуть перебувати сторонні особи, які не беруть участі у програмі.

Приміщення має бути обладнане окремими стільцями для кожного з учасників і тренера. Рекомендована тривалість програми – 30 год. Часовий формат занять ведучий може творчо змінити залежно від потреб.

Запропонована програма є комплексним інструментом розвитку психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, її можна використовувати в повному обсязі або частково для розвитку окремих компонентів психологічного самозахисту. Реалізація програми можлива в районах відновлення боєздатності, навчальних центрах та польових умовах. Враховуючи невеликий бюджет часу, її можна легко

імплементувати у програму психологічної підготовки на рівні загальної базової або фахової підготовки.

3.2. Експериментальна верифікація програми розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Для оцінювання значущості відмінностей між КГ та ЕГ до та після формувального впливу ми висунули нульову (H_0) та альтернативну (H_1) гіпотези. H_0 полягала у відсутності змін у військовослужбовців, які брали участь у програмі розвитку, і тих, хто до участі у програмі не був залучений. Згідно з H_1 показники рівня психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації у військовослужбовців, які брали участь у програмі розвитку, підвищилися порівняно з тими, хто до програми розвитку не був залучений.

Тип розподілу даних ми визначали із застосуванням критерію Колмогорова – Смирнова. За його допомогою встановлено, що дані більшості показників відмінні від нормального розподілу. З огляду на це для перевірки ефективності розробленої програми ми обрали непараметричний U -критерій Манна – Уїтні, який дає змогу підтвердити або спростувати статистичну значущість змін у КГ та ЕГ і встановити міжгрупові відмінності. Такий критерій використовують для оцінювання розбіжностей між двома незалежними вибірками за рівнем деякої ознаки, яку можна кількісно виміряти. За допомогою цього критерію ми порівнювали зміни, що відбулися у групах, та оцінювали їх значущість щодо критичних значень достовірності на рівні $p \leq 0,01$ (1%) та $p \leq 0,05$ (5%), коли $n_1 = 31$; $n_2 = 31$.

Оцінювання результатів:

якщо результат $U_{\text{емп}} > U_{\text{кр}}$, для рівня значущості $p = 0,05$ та обсягів вибірок n_1 і n_2 , то приймаємо H_0 рівень ознаки у першій вибірці не перевищує рівня ознаки у другій;

якщо результат $U_{\text{емп}} < U_{\text{кр}}$, для рівня значущості $p = 0,01$ та обсягів

вибірок n_1 і n_2 , то приймаємо H_1 : рівень ознаки у першій вибірці перевищує рівень ознаки у другій.

Чим менше $U_{\text{емп}}$, тим більш ймовірно, що відмінності є достовірними [122, с. 100].

Отримані результати ми математично обробили за допомогою статистичного пакета для соціально-психологічних досліджень Statistica 13, SPSS 23.0 for Windows, що дає змогу виконати необхідні операції з визначеними у нашому дослідженні даними, обрати для оцінювання певний статистичний критерій, скоротити час оброблення результатів та уникнути помилок у розрахунках [163].

Отже, за результатами формувального етапу експерименту ми визначили динаміку змін за складовими психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Порівняльний аналіз отриманих результатів U -критерію Манна – Уїтні за критеріями наведено в табл. 3.1.

Таблиця 3.1 – Результати обчислення U -критерію Манна – Уїтні під час дослідження компонентів психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації після формувального експерименту

№ п/ п	Показник	КГ ($U_{\text{емп}}$)	РД	ЕГ ($U_{\text{емп}}$)	РД	КГ ($U_{\text{емп}}$)	РД	ЕГ ($U_{\text{емп}}$)	РД
		за психологічними методиками				за авторською анкетой			
1	Критичне мислення	735	$p > 0,05$	382	$p \leq 0,05$	667	$p > 0,05$	397	$p > 0,05$
2	Аналітичне мислення	793	$p > 0,05$	132	$p \leq 0,01$	843	$p > 0,05$	324	$p \leq 0,05$
3	Навіюваність (сугестивність)	756	$p > 0,05$	163	$p \leq 0,01$	789	$p > 0,05$	290	$p \leq 0,01$
4	Емоційна запальність	809	$p > 0,05$	81	$p \leq 0,01$	597	$p > 0,05$	200	$p \leq 0,01$
5	Емоційна збудливість	740	$p > 0,05$	135	$p \leq 0,01$	816	$p > 0,05$	101	$p \leq 0,01$
6	Саморегуляція поведінки	624	$p > 0,05$	124	$p \leq 0,01$	718	$p > 0,05$	241	$p \leq 0,01$
7	Рівень інтелекту	746	$p > 0,05$	678	$p > 0,05$	—	—	—	—
8	Сприйняття інформації	—	—	—	—	484	$p > 0,05$	195	$p \leq 0,01$
9	Знання	—	—	—	—	719	$p > 0,05$	100	$p \leq 0,01$

Закінчення табл. 3.1.

№ п/ п	Показник	КГ ($U_{\text{емп}}$)	РД	ЕГ ($U_{\text{емп}}$)	РД	КГ ($U_{\text{емп}}$)	РД	ЕГ ($U_{\text{емп}}$)	РД
		за психологічними методиками				за авторською анкетой			
10	Уміння	—	—	—	—	932	$p > 0,05$	236	$p \leq 0,01$
11	Навички	—	—	—	—	526	$p > 0,05$	341	$p \leq 0,05$
12	Інформаційні загрози	—	—	—	—	324	$p \leq 0,05$	155	$p \leq 0,01$
13	Загальний рівень	838	$p > 0,05$	95	$p \leq 0,01$	732	$p > 0,05$	353	$p \leq 0,05$

Як бачимо, отримані дані у КГ військовослужбовців після формувального впливу не вказують на наявність значущих змін на рівні достовірності $p \leq 0,01$: результати анкетування виявили зміни на рівні достовірності $p \leq 0,05$ за одним показником, який не розкриває психологічних властивостей, а є додатковим показником, який визначає наявність у військовослужбовця рівня знань про особливості інформаційного середовища військової сфери. Отримані дані вказують, що зміни, які відбулися в показниках КГ, не є статистично значущими та ймовірно були випадковими. Таким чином, підтверджується H_0 про подібність даних у групах до та після формувального експерименту. Отже, для цієї вибірки прийнятною є H_0 .

Результати ЕГ після проходження військовослужбовцями програми розвитку демонструють значні зміни U -критерію Манна – Уїтні у показниках за психологічними методиками та більшістю показників анкети. Статистично значущих змін не зазнали показники критичного мислення за результатами анкетування та показник рівня інтелекту за результатами психологічної методики, однак показник критичного мислення зазнав статистично значущих змін за умови критичного значення $p \leq 0,05$ під час порівняння результатів, отриманих за психологічною методикою; показники аналітичного мислення та навичок безпечного споживання інформації, отримані в ході анкетування, є значущими за умови критичного значення $p \leq 0,05$, решта показників за психологічними методиками та результатами анкетування набувають значущості у разі критичного значення $p \leq 0,01$. Отже, такі результати дають

нам підстави прийняти H_1 , яка підтверджує значну різницю в показниках між КГ і ЕГ після апробації програми та підтверджує її результативність.

Аналізуючи динаміку особистісних змін у досліджуваних військовослужбовців Збройних Сил України зі складу ЕГ та КГ на початку та наприкінці формувального етапу психологічного експерименту, зазначимо, що отримані дані інтерпретовано з розкриттям кожного компонента і показників психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації за психологічними методиками та анкетуванням.

Отже, за результатами зрізів індивідуально-психологічних властивостей на початку та наприкінці формувального експерименту ми визначили динаміку розвитку когнітивно-рефлексивного компонента психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, до складу якого входить критичне мислення, аналітичне мислення, навіюваність (сугестія) та рівень інтелекту (табл. 3.2).

Таблиця 3.2 – Динаміка змін у досліджуваних осіб ЕГ та КГ за результатами дослідження когнітивно-рефлексивного компонента психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації до та після формувального експерименту за психологічними методиками та анкетуванням, %.

Рівні	За методиками						За анкетую					
	До експерим.		Після експерим.		Динаміка змін		До експерим.		Після експерим.		Динаміка змін	
	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
Критичне мислення												
Низький	19,3	19,4	16,2	9,7	– 3,1	– 9,7	22,5	19,4	22,5	19,4	–	–
Нижчий за середній	25,8	22,5	29	19,4	+ 3,2	– 3,1	16,3	16,1	16,3	16,1	– 3,2	–
Середній	22,6	22,5	19,3	22,5	– 3,3	–	41,9	45,2	38,7	42	–	– 3,2
Вищий за середній	22,6	25,9	25,8	35,5	+ 3,2	+ 9,6	16,1	16,1	19,3	19,3	+ 3,2	+ 3,2
Високий	9,7	9,7	9,7	12,9	–	+ 3,2	3,2	3,2	3,2	3,2	–	–
Аналітичне мислення												
Низький	22,5	25,8	25,5	9,7	–	– 16,1	12,9	12,9	12,9	9,7	–	– 3,2
Нижчий за середній	22,5	19,4	22,5	19,4	–	–	25,8	25,8	22,5	12,9	– 3,2	– 12,9
Середній	22,5	22,5	19,2	22,5	– 3,3	–	22,6	19,4	25,8	22,6	+ 3,2	+ 3,2
Вищий за середній	32,3	32,3	35,6	48,4	+ 3,3	+ 16,1	32,3	38,7	32,3	41,9	–	+ 3,2
Високий	–	–	–	–	–	–	6,5	3,2	6,5	12,9	–	+ 9,7

Закінчення табл. 3.2.

Рівні	За методиками						За анкетой					
	До експерим.		Після експерим.		Динаміка змін		До експерим.		Після експерим.		Динаміка змін	
	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
Навіюваність (сугестія)												
Низький	9,8	9,8	12,9	16,1	+ 3,1	+ 6,3	22,6	12,9	22,6	25,8	–	+ 12,9
Нижчий за середній	25,8	22,6	25,8	32,3	–	+ 9,7	22,6	19,4	22,6	19,4	–	–
Середній	22,5	22,5	22,5	19,4	–	– 3,1	16,1	25,8	19,4	22,5	+ 3,2	– 3,3
Вищий за середній	19,4	22,6	19,4	19,4	–	– 3,2	16,1	16,1	12,9	12,9	– 3,2	– 3,2
Високий	22,5	22,5	22,5	12,8	–	–9,7	22,6	29	22,6	22,6	–	– 6,4
Рівень інтелекту												
Низький	19,4	22,5	16,1	22,5	– 3,3	–	–					
Нижчий за середній	25,8	25,8	29,1	22,5	+ 3,3	– 3,3						
Середній	22,5	19,4	22,5	22,5	–	+ 3,3						
Вищий за середній	22,5	22,5	22,5	22,5	–	–						
Високий	9,8	9,8	9,8	9,8	–	–						

У процентному співвідношенні зміни за показником критичного мислення досліджуваних військовослужбовців Збройних Сил України наведено на рис. 3.1.

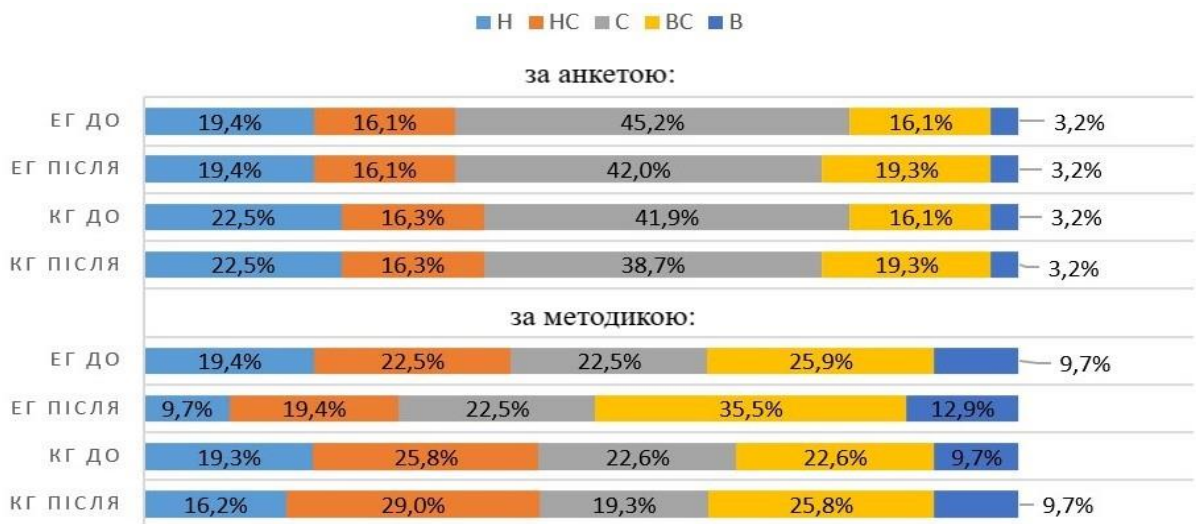


Рисунок 3.1 – Порівняльний аналіз рівнів критичного мислення військовослужбовців ЕГ і КГ до та після формульовального експерименту, %:
 Н – низький рівень розвитку, НС – нижчий за середній, С – середній,
 ВС – вищий за середній, В – високий

Як видно з гістограми, істотні зміни за показником критичного мислення відбулися в ЕГ, їх отримано за психологічною методикою – опитувальником критичного мислення Л. Старкі. Так, отримані результати показують, що низький рівень критичного мислення зменшився з 19,4% до 9,7% (– 9,7%), рівень нижчий за середній знизився з 22,5% до 19,4% (– 3,1%), рівень вищий за середній зріс на 9,6% – з 25,9% до 35,5%, високий рівень збільшився на 3,2% – з 9,7% до 12,9%. За результатами анкетування спостерігалися лише незначні зміни на рівні 3,2%.

Процентне співвідношення змін за показником аналітичного мислення досліджуваних військовослужбовців Збройних Сил України наведено на рис. 3.2.

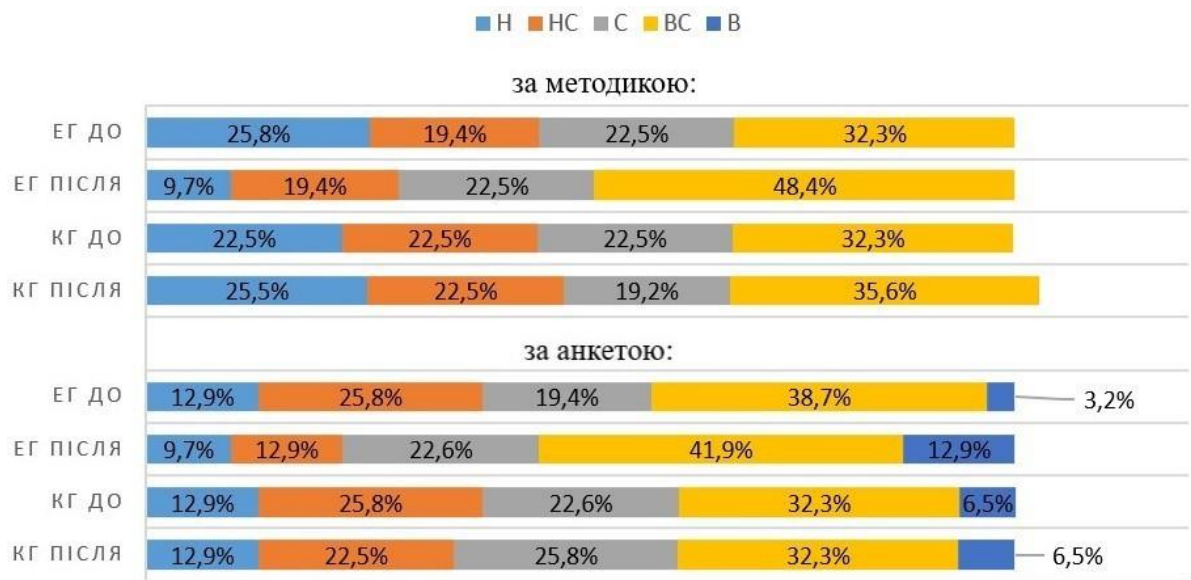


Рисунок 3.2 – Порівняльний аналіз рівнів аналітичного мислення військовослужбовців ЕГ і КГ до та після формування експерименту, %:

Н – низький рівень розвитку, НС – нижчий за середній, С – середній, ВС – вищий за середній, В – високий

Досліджуючи показник аналітичного мислення за результатами психологічного діагностування за допомогою VI варіанта субтесту шкали Р. Амтхауера (адаптованого А. Вороніним і С. Бірюковим) та анкетування спостерігаємо значні зміни в ЕГ. За методикою в ЕГ помітне зниження низького рівня з 25,8% до 9,7% (–16,1%) та збільшення вищого за середній рівень з 32,3% до 48,4% (+16,1%). За результатами анкетування також спостерігаємо поліпшення показників середнього (+3,2%), вищого за середній

(+3,2%), та високого (+9,7%) рівнів за рахунок зменшення низького (–3,2%) та нижчого за середній (–12,9%).

За результатами діагностування за психологічною методикою та анкетування у КГ значних змін не виявлено, спостерігалися лише незначне збільшення (на 3,2%) середнього рівня за рахунок зменшення на такий же відсоток рівня нижчого за середній за результатами анкетування та збільшення на 3,2% вищого за середній рівень за рахунок зменшення середнього рівня.

У процентному співвідношенні зміни в показнику навіюваності (сугестії) досліджуваних військовослужбовців Збройних Сил України наведено на рис. 3.3.

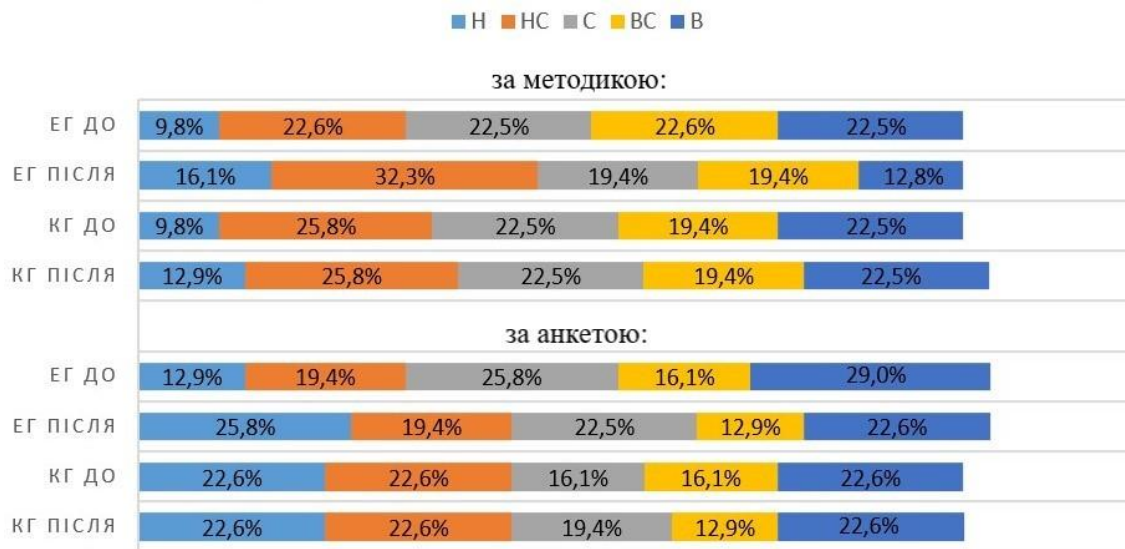


Рисунок 3.3 – Порівняльний аналіз рівнів навіюваності (сугестії) військовослужбовців ЕГ і КГ до та після формульовального експерименту, %:

Н – низький рівень розвитку, НС – нижчий за середній, С – середній,
 ВС – вищий за середній, В – високий

За показником навіюваності (сугестії) в ЕГ спостерігаємо поліпшення показників за результатами тестування навіюваності (сугестивності) за методикою О. Саннікової та Ю. Фолі та результатами анкетування. Так, результати тестування показали, що в ЕГ знизився високий рівень навіюваності з 22,5% до 12,8% (–9,7%), показники середнього та вищого за середній рівнів зменшилися на 3% та 3,2% відповідно, вдалося збільшити на 6,3% кількість військовослужбовців з низьким рівнем навіюваності та на 9,7% – з нижчим за середній рівень.

За результатами анкетування вдалося збільшити кількість військовоулубовців з низьким рівнем навіюваності за рахунок зменшення високого рівня навіюваності в ЕГ. Так, отримані результати показують, що низький рівень зріс з 12,9% до 25,8% (+12,9%), а високий вдалося зменшити з 29% до 22,6% (–6,4%). Після формувального впливу знизилися на 3,3% середній рівень (становить 22,5% від загальної кількості учасників ЕГ) та на 3,2% – рівень вищий за середній (становить 12,9% від загальної вибірки ЕГ). У КГ спостерігаємо незначне збільшення (на 3,2%) середнього рівня за рахунок зменшення на той самий показник вищого за середній рівень.

За показником загального рівня інтелекту досліджуваних військовослужбовців Збройних Сил України значних змін не виявлено.

Отже, розглядаючи динаміку змін у когнітивно-рефлексивному компоненті психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, можемо констатувати незначні особистісні зміни за показником загального інтелекту в обох досліджуваних групах. За результатом застосування непараметричного *U*-критерію Манна – Уїтні ми підтверджуємо подібність даних КГ та ЕГ до та після проведення формувального експерименту. Отже, не виявивши статистично значущих змін у цих групах, приймаємо H_0 . Це може бути пов'язано зі складністю розвитку саме цього показника в межах виокремленого психологічним тренінгом часу.

Водночас можемо констатувати значні особистісні зміни за результатами формувального етапу психологічного дослідження в показниках критичного, аналітичного мислення та навіюваності (сугестії), тому стосовно ЕГ ми прийняли H_1 , що підтверджує статистично значущі зміни на рівні критичного значення $p \leq 0,05$ для показників критичного й аналітичного мислення та на рівні критичного значення $p \leq 0,01$ для показника навіюваності (сугестії).

Результати, отримані за наведеними показниками, підтверджують результативність когнітивно-рефлексивного блоку програми розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від

негативного впливу медіаперцептивної комунікації «Слово – теж зброя!». Підсумком цілеспрямованого впливу на когнітивно-рефлексивний блок військовослужбовців Збройних Сил України стало формування здатності розпізнавати психологічні загрози медіаперцептивної комунікації, наявність атрибутів медіаперцептивної комунікації та закономірності психологічного впливу інформаційних продуктів, що потрапляють у сферу свідомості військовослужбовців Збройних Сил України, аналізувати й оцінювати психологічну маніпулятивність медіаперцептивної комунікації.

Динаміку розвитку перцептивно-емоційного компонента психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, до складу якого входять емоційна запальність, емоційна збудливість (врівноваженість) та сприйняття інформації (перцепція) наведено в табл. 3.3.

Таблиця 3.3 – Динаміка змін у досліджуваних осіб ЕГ та КГ перцептивно-емоційного компонента психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації до та після формувального експерименту, %

Рівні	За методиками						За анкетой					
	До експерим.		Після експерим.		Динаміка змін		До експерим.		Після експерим.		Динаміка змін	
	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
Емоційна запальність												
Низький	9,7	9,7	6,5	9,7	-3,2	–	25,8	9,7	22,6	25,1	-3,2	+15,4
Нижчий за середній	25,9	22,5	28,8	35,8	+2,9	+13,3	9,7	16,1	16,1	20	+6,4	–
Середній	22,5	28,2	19,4	14,9	-3,1	-13,3	32,3	25,8	22,6	32,3	-9,7	+6,5
Вищий за середній	19,4	29,8	19,4	29,8	–	–	25,8	32,3	29	16,1	+3,2	-16,2
Високий	22,5	9,8	25,9	9,8	+3,4	–	6,5	16,1	9,7	6,5	+3,2	-6,4
Емоційна збудливість (врівноваженість)												
Низький	10	10	10	16,1	–	+6,1	16,1	19,4	16,1	25,8	–	+6,4
Нижчий за середній	29	22,5	29	32,3	–	+9,8	12,9	9,7	19,4	25,8	+6,5	+16,1
Середній	16,6	22,5	19,4	29	-2,8	+6,5	19,4	16,1	12,9	19,4	-6,5	+3,3
Вищий за середній	19,4	22,5	16,6	12,9	+2,8	-9,6	19,4	19,4	12,9	9,7	-6,5	-9,7
Високий	25	22,5	25	9,7	–	-12,8	32,3	35,5	38,7	19,4	+6,4	-16,1

Закінчення табл. 3.3.

Рівні	За методиками						За анкетною					
	До експерим.		Після експерим.		Динаміка змін		До експерим.		Після експерим.		Динаміка змін	
	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
Сприйняття інформації (перцепція)												
Низький	–						29	12,9	25,8	6,5	–3,2	–6,4
Нижчий за середній							25,8	32,3	25,8	19,4	–	–12,9
Середній							19,4	19,4	19,4	16,1	–	–3,3
Вищий за середній							11	19,4	12,6	35,2	+1,6	+15,8
Високий							14,8	16,1	16,4	22,9	+1,6	+6,8

У процентному співвідношенні зміни за показником емоційної запальності досліджуваних військовослужбовців Збройних Сил України наведено на рис. 3.4.

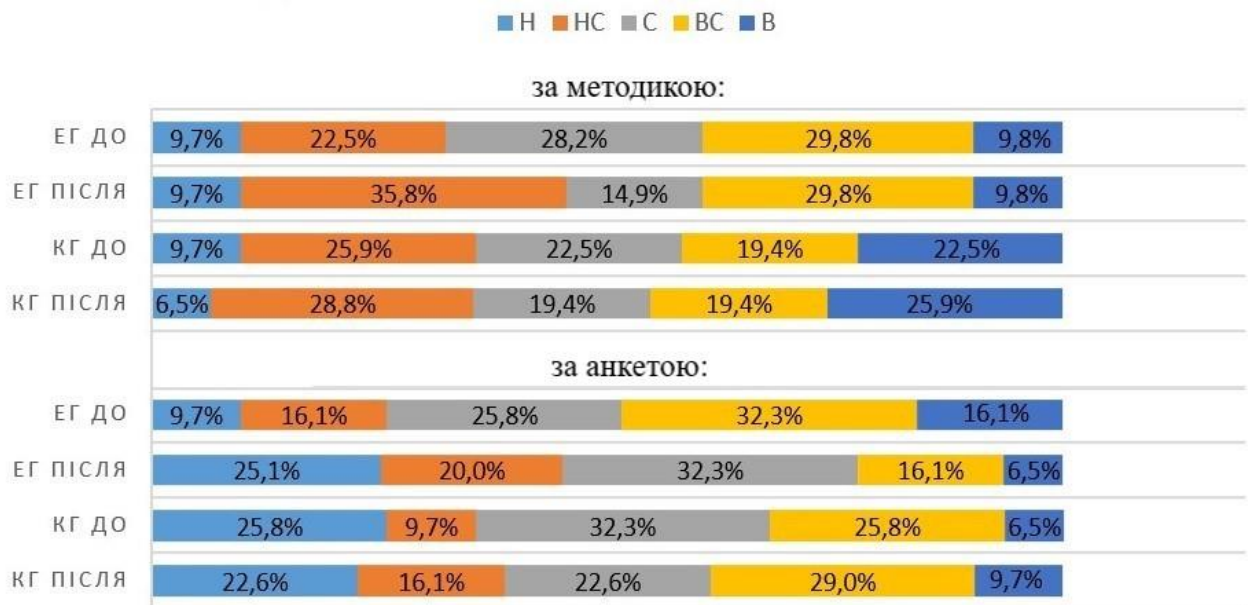


Рисунок 3.4 – Порівняльний аналіз рівнів емоційної запальності військовослужбовців ЕГ і КГ до та після формульовального експерименту, %:

Н – низький рівень розвитку, НС – нижчий за середній, С – середній,

ВС – вищий за середній, В – високий

Після впровадження програми розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації «Слово – теж зброя!» вдалося значно зменшити відсоток військовослужбовців Збройних Сил України з високим та вищим за середній рівнями емоційної запальності в ЕГ. Так, за результатами

психологічного діагностування за допомогою шкали емоційної запальності Е. Ільїна та П. Ковальова спостерігаємо підвищення на 13,3% нижчого за середній рівень за рахунок зниження середнього рівня. За результатами анкетування високий рівень скоротився з 16,1% до 6,5% (–6,4%), рівень вищий за середній зменшився на 16,2% і становить 16,1%, низький рівень на кінець експерименту становив 25,1%, що на 15,4% більше за початковий показник. Відбулися певні зміни також у КГ, однак відповідно до *U*-критерію Манна – Уїтні ці зміни не є значущими.

У процентному співвідношенні зміни за показником емоційної збудливості (врівноваженості) досліджуваних військовослужбовців Збройних Сил України наведено на рис. 3.5.

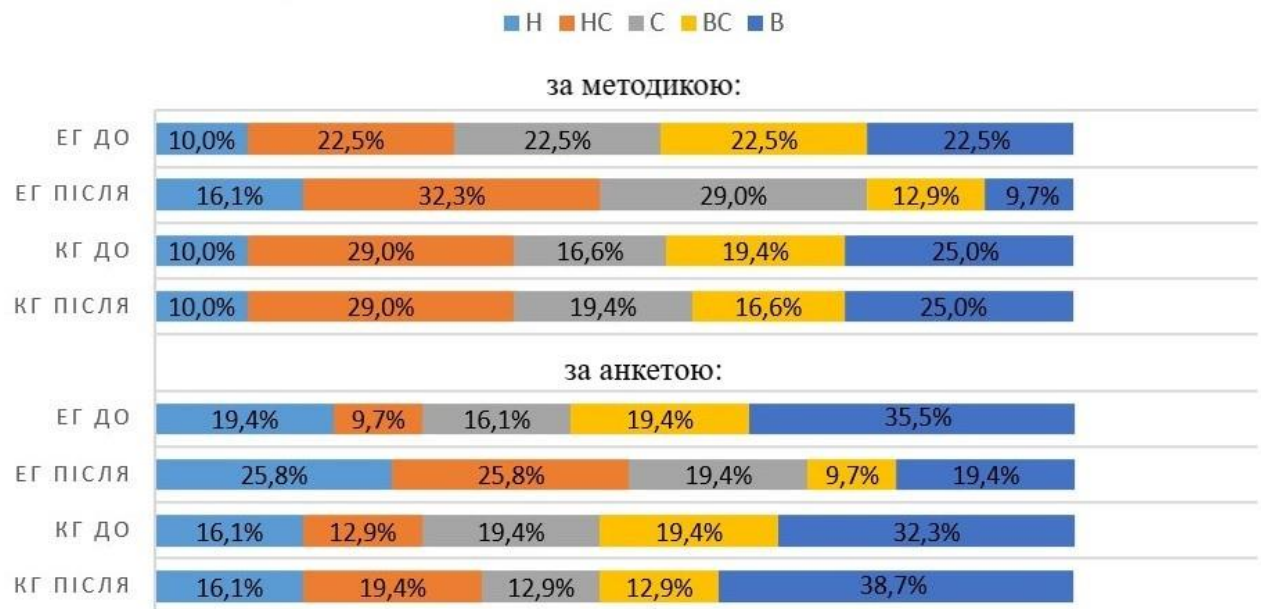


Рисунок 3.5 – Порівняльний аналіз рівнів емоційної збудливості (врівноваженості) військовослужбовців ЕГ і КГ до та після формувального експерименту, %: Н – низький рівень розвитку, НС – нижчий за середній, С – середній, ВС – вищий за середній, В – високий

Як видно з гістограми, завдяки формувальному впливу експерименту вдалося значно зменшити кількість військовослужбовців ЕГ з високим рівнем емоційної збудливості. Так, за результатами застосування методики «Емоційна збудливість – врівноваженість» Б. Смирнова кількість військовослужбовців з високим рівнем емоційної збудливості зменшилася з 22,5% до 9,7% (–12,8%), з вищим за середній рівнем емоційної збудливості зменшилась з 22,5% до

12,9% (–9,6%). За результатами анкетування кількість військовослужбовців ЕГ з високим рівнем емоційної збудливості також вдалось зменшити з 35,5% до 19,4% (–16,1%). Зрештою ми отримали збільшення показників середнього (+6,5% за результатами методики та +3,3% за результатами анкетування), нижчого за середній (+9,8% за результатами методики та +16,1% за результатами анкетування) та низького (+6,1% за результатами методики та +6,4% за результатами анкетування) рівнів. У КГ було виявлено незначне коливання показників за рівнями емоційної збудливості досліджених військовослужбовців (на рівні +2,8 \ –2,8 за результатами методики та на рівні +6,5 / –6,5 за результатами анкетування), що не впливає на результати психологічного дослідження.

У процентному співвідношенні зміни за показником сприйняття інформації (перцепції) досліджуваних військовослужбовців Збройних Сил України наведено на рис. 3.6.

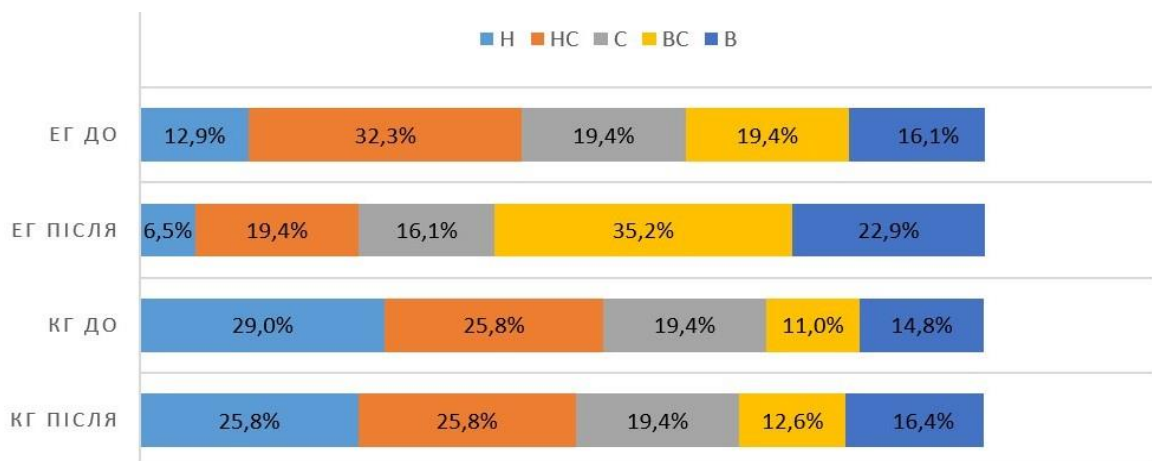


Рисунок 3.6 – Порівняльний аналіз рівнів сприйняття інформації (перцепції) військовослужбовців ЕГ і КГ до та після формуального експерименту, %:
 Н – низький рівень розвитку, НС – нижчий за середній, С – середній,
 ВС – вищий за середній, В – високий

Наведені результати вказують на те, що значущі зміни відбулися за всіма рівнями сприйняття інформації. Після завершення експериментального впливу на групу, ми виявили, що кількість учасників з низьким рівнем сприйняття інформації скоротилася на 6,4%, з рівнем нижчим за середній – на 12,9%, із середнім рівнем на 3,3%. При цьому значно поліпшилися показники вищого за середній та високого рівнів. Так, рівень вищий за середній зріс з 19,4% на

15,8% і становить наприкінці експерименту 35,2%, військовослужбовці з високим рівнем також були охоплені тренінгом, тому спостерігаємо збільшення і цього рівня на 6,8% та досягнення позначки 22,9% від загальної вибірки ЕГ.

Отримані результати за наведеними показниками підтверджують результативність перцептивно-емоційного блоку програми розвитку «Слово – теж зброя!». Підсумком цілеспрямованого впливу на перцептивно-емоційний компонент військовослужбовців Збройних Сил України стало набуття ними навичок розпізнавання, контролю та коригування власного емоційного стану, здатності ідентифікувати емоції, фіксувати наявність емоційного переживання, встановлювати модальність емоцій, здатності добирати словесний еквівалент, розуміти причини, які викликали певну емоцію, і наслідки, до яких вона призведе, вміння контролювати інтенсивність емоцій, насамперед «приглушувати» надмірно інтенсивні емоції.

Поведінково-регулятивний компонент психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації відображає показник саморегуляції поведінки. За результатами зрізів індивідуально-психологічних властивостей на початку та наприкінці формуального експерименту в табл. 3.4 наведено динаміку розвитку цього показника.

Таблиця 3.4 – Динаміка змін у досліджуваних осіб ЕГ та КГ поведінково-регулятивного компоненту психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації до та після формуального експерименту, %

Рівні	За методиками						За анкетой					
	До експерим.		Після експерим.		Динаміка зміни		До експерим.		Після експерим.		Динаміка зміни	
	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
Низький	22,5	25,8	19,4	9,8	-3,1	-16	22,5	22,6	22,5	9,6	-	-13
Нижчий за середній	25,8	22,5	28,9	19,4	+3,1	-3,1	6,5	6,5	19,4	3,3	+12,9	-3,2
Середній	19,4	19,4	19,4	22,5	-	+3,1	38,7	38,7	25,8	41,9	-12,9	+3,2
Вищий за середній	22,5	22,5	22,5	38,5	-	+16	-	-	-	3,3	-	+3,3
Високий	9,8	9,8	9,8	9,8	-	-	32,3	32,3	32,3	41,9	-	+9,6

У процентному співвідношенні зміни зав показником саморегуляції поведінки досліджуваних військовослужбовців Збройних Сил України наведено на рис. 3.7.

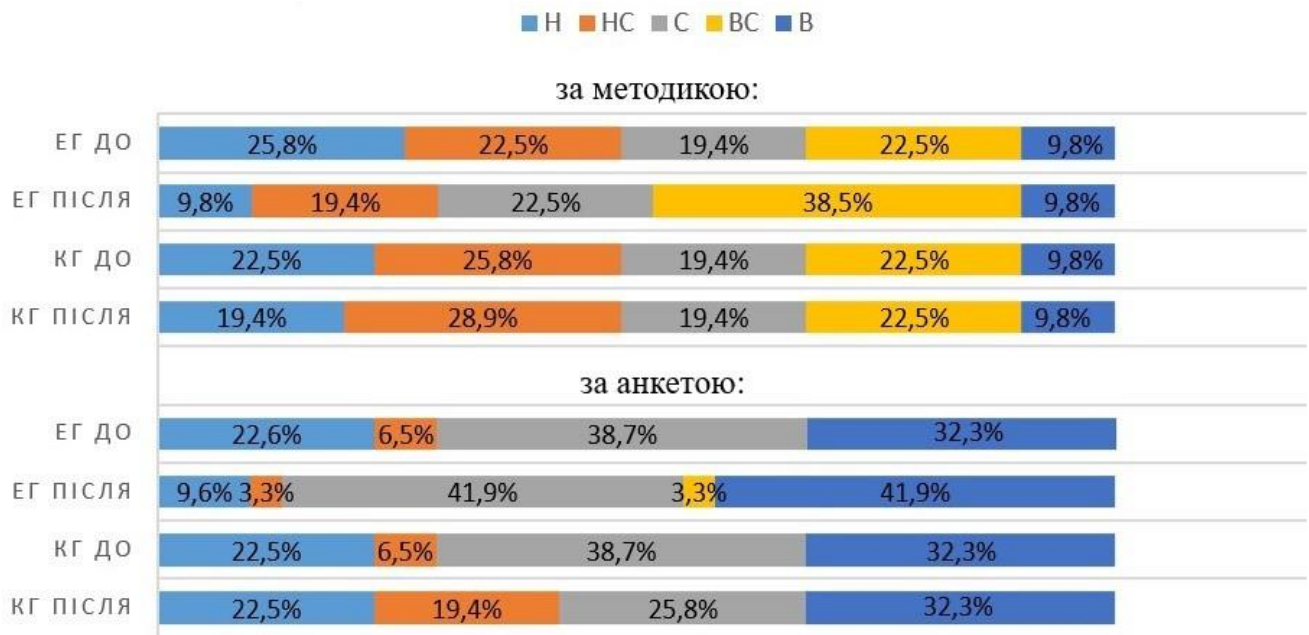


Рисунок 3.7 – Порівняльний аналіз рівнів саморегуляції поведінки військовослужбовців ЕГ і КГ до та після формувального експерименту, %:
 Н – низький рівень розвитку, НС – нижчий за середній, С – середній, ВС – вищий за середній, В – високий

Як видно з гістограми, істотні зміни відбулися в ЕГ. За результатами методики, спрямованої на вивчення стилю саморегуляції поведінки В. Моросанової, Є. Коноз спостерігаємо підвищення на 3,1% середнього та на 16% вищого за середній рівнів саморегуляції поведінки за рахунок зниження низького з 25,8% до 9,8% (–16%) і нижчого за середній з 22,5% до 19,4% (–3,1%) рівнів.

За результатами анкетування низький та нижчий за середній рівні саморегуляції поведінки в ЕГ скоротилися на 16,2% (з 29,1% до 12,9%) за рахунок приросту у середньому (+3,2%), вищому за середній (+3,3%) та високому (+9,6%) рівнях. У КГ спостерігалося зниження показників за рівнями саморегуляції поведінки досліджених військовослужбовців, що виражалося у скороченні показників середнього рівня (–12,9%) на користь нижчого за середній рівень (+12,9%).

Крім психологічного блоку, авторська анкета містить також додатковий блок, який дає змогу з'ясувати наявність знань, умінь, навичок взаємодії в інформаційному просторі та розуміння особливостей інформаційного простору військової сфери. Динаміку зміни цих показників наведено в табл. 3.5.

Таблиця 3.5 – Динаміка змін у досліджуваних осіб ЕГ та КГ наявності знань, умінь, навичок взаємодії в інформаційному просторі та розуміння особливостей інформаційного простору військової сфери до та після формувального експерименту, %

Рівні	На початку експерименту		Наприкінці експерименту		Динаміка змін	
	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
Знання						
Низький	25,8	25,8	25,8	9,7	–	–16,1
Нижчий за середній	38,7	38,7	35,5	25,8	–3,2	–12,9
Середній	–	–	3,2	16,1	+3,2	+16,1
Вищий за середній	16,1	19,4	12,9	12,9	–3,2	–6,5
Високий	19,4	16,1	22,6	35,5	+3,2	+19,4
Уміння						
Низький	22,5	22,5	16,1	12,9	–6,4	–9,6
Нижчий за середній	12,9	16,1	19,4	12,9	+6,4	–3,2
Середній	38,7	35,5	38,7	41,9	–	+6,4
Вищий за середній	16,1	16,1	12,9	16,1	–3,2	–
Високий	9,7	9,7	12,9	16,1	+3,2	+6,4
Навички						
Низький	19,4	25,8	12,9	9,7	–6,5	–16,1
Нижчий за середній	41,9	32,3	45,2	19,4	+3,2	–12,9
Середній	–	–	3,2	3,2	+3,2	+3,2
Вищий за середній	29	32,3	32,3	48,4	+3,3	+16,1
Високий	9,7	9,7	6,5	19,4	–3,2	+9,7
Інформаційні загрози військового середовища						
Низький	12,9	12,9	3,2	3,2	–9,7	–9,7
Нижчий за середній	29	25,8	19,4	19,4	–9,7	–6,4
Середній	9,7	9,7	25,8	16,1	+16,1	+6,4
Вищий за середній	25,8	25,8	25,8	19,3	–	–6,4
Високий	22,4	25,8	25,8	42	+3,4	+16,1

У процентному співвідношенні зміни за показником знань досліджуваних військовослужбовців Збройних Сил України про інформаційний простір наведено на рис. 3.8.

Значні зміни в рівнях за цим показником відбулися в ЕГ. Так, до початку формувального експерименту низький рівень за показником знань був притаманний 25,8% військовослужбовців, а після завершення формувального експерименту ця кількість зменшилася до 9,7% (–16,1%). Вдалося також знизити нижчий за середній рівень до 25,8%, що відрізняється від попереднього показника на 12,9%. Високий рівень знань демонстрували 16,1% досліджених,

а після участі в розвивальній програмі цей показник збільшився на 19,4% (до 35,5%).

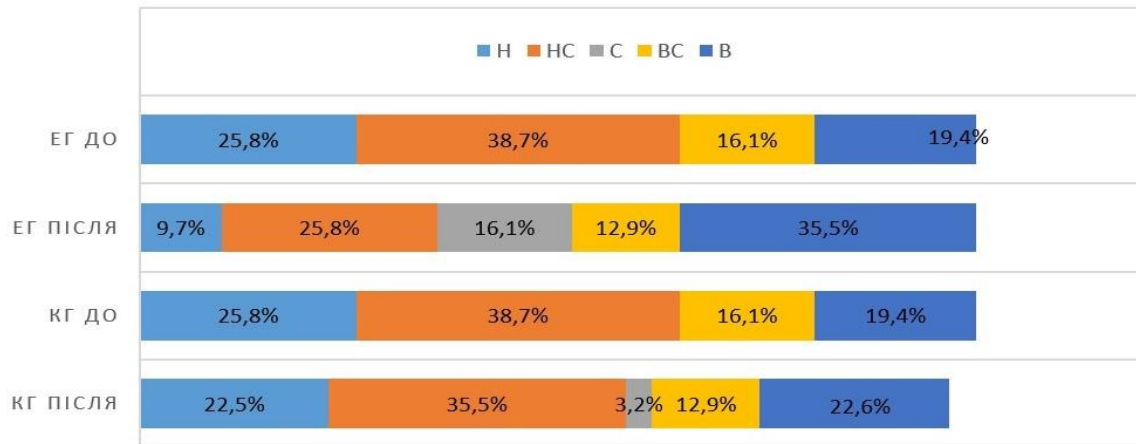


Рисунок 3.8 – Порівняльний аналіз рівнів знань військовослужбовців ЕГ і КГ про інформаційний простір до та після формувального експерименту, %:

Н – низький рівень розвитку, НС – нижчий за середній, С – середній, ВС – вищий за середній, В – високий

У КГ було виявлено незначне коливання показників на рівні +3,2%/–3,2%, що не впливає на результати психологічного дослідження.

У процентному співвідношенні зміни за показником уміння досліджуваних військовослужбовців Збройних Сил України взаємодіяти в інформаційному просторі наведено на рис. 3.9.

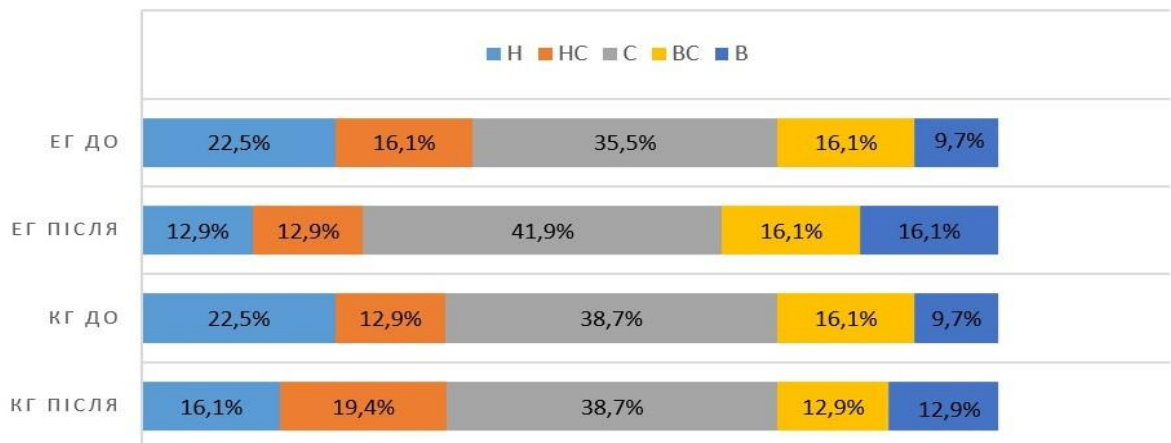


Рисунок 3.9 – Порівняльний аналіз рівнів розвитку уміння взаємодіяти в інформаційному просторі у військовослужбовців ЕГ і КГ до та після формувального експерименту, %: Н – низький рівень розвитку, НС – нижчий за середній, С – середній, ВС – вищий за середній, В – високий

Під час проведення зрізу ми виявили, що після впровадження програми розвитку вдалося зменшити низький (–9,6%) та нижчий за середній (–3,2%)

рівні уміння взаємодіяти в інформаційному просторі, за рахунок чого збільшилися середній (+6,4%) та високий (+6,4%) рівні. Таким чином, кількість військовослужбовців з низьким рівнем умінь взаємодіяти в інформаційному просторі скоротився з 22,5% до 12,9%, а з високим рівнем умінь зросла – з 9,7% до 16,1%. Зазначимо, що у КГ також відбулися зміни. Низький рівень розвитку умінь у КГ до експерименту становив 16,1%, після експерименту цей показник збільшився на 3,2% і становить 19,4%. Також збільшився на 3,2% високий рівень за рахунок зменшення рівня вищого за середній. Середній рівень залишився незмінним: до та після формувального впливу становить 38,7%.

У процентному співвідношенні зміни за показником навичок взаємодії в інформаційному просторі досліджуваних військовослужбовців Збройних Сил України наведено на рис. 3.10.

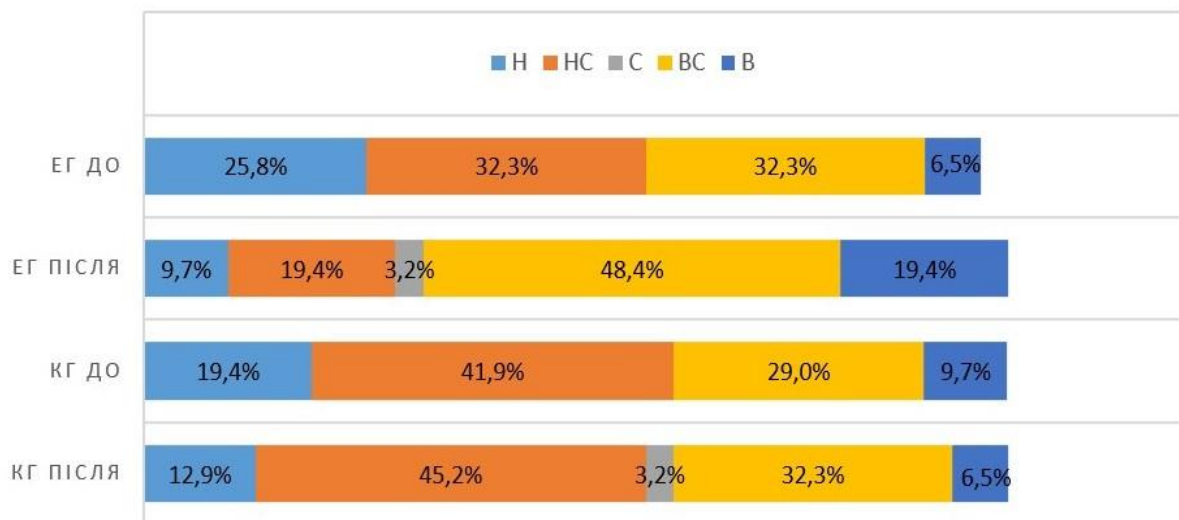


Рисунок 3.10 – Порівняльний аналіз рівнів розвитку навичок взаємодії в інформаційному просторі у військовослужбовців ЕГ і КГ до та після після формувального експерименту, %: Н – низький рівень розвитку, НС – нижчий за середній, С – середній, ВС – вищий за середній, В – високий

Незважаючи на те, що показник навички достатньо сталий, однак в ЕГ все ж зафіксовані значні зміни в рівнях цього показника. Так, низькі показники вдалося скоротити: низький рівень зменшився на 16,1%, а рівень нижчий за середній – на 12,9%. Ці зміни супроводжувалися значним збільшенням показників високого (+9,7%) та вищого за середній (+16,1%) рівнів. В КГ до експериментального впливу не було зафіксовано військовослужбовців

з середнім рівнем навичок взаємодії в інформаційному просторі, але після формувального впливу у цій групі з'явився середній рівень за рахунок отримання частиною досліджених осіб кращих показників за рівнем нижчим за середній, що становить 3,2%.

У процентному співвідношенні зміни за показником знання інформаційних загроз для військового середовища у досліджуваних військовослужбовців Збройних Сил України наведено на рис. 3.11.



Рисунок 3.11 – Порівняльний аналіз рівнів знання інформаційних загроз для військового середовища у військовослужбовців ЕГ і КГ до та після формувального експерименту, %: Н – низький рівень розвитку, НС – нижчий за середній, С – середній, ВС – вищий за середній, В – високий

Зазначимо, що за цим показником відбулися значні зміни в обох досліджуваних групах: у КГ статистично значущі зміни на рівні критичного значення $p \leq 0,05$, а в ЕГ – статистично значущі зміни на рівні критичного значення $p \leq 0,01$. Припускаємо, що ці зміни пов'язані з початком широкомасштабної агресії РФ, що актуалізувало протидію негативному інформаційно-психологічному впливу противника та вплинула на внутрішньокommунікаційну роботу з особовим складом Збройних Сил України щодо потенційних інформаційних загроз у військовому середовищі.

Так, в ЕГ низький та нижчий за середній рівні зменшилися на 16,1%, рівень вищий за середній – на 6,4% за рахунок збільшення середнього рівня на 6,4% та високого рівня на 16,1%. У КГ низький та нижчий за середній рівні

зменшилися на 10,4% за рахунок збільшення середнього на 16,1% та високого на 3,4%.

Динаміку змін за загальним інтегральним показником рівня психологічного самозахисту досліджуваних військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації за авторською анкетой наведено в табл. 3.6.

Таблиця 3.6 – Динаміка змін у досліджуваних осіб ЕГ та КГ за загальним інтегральним показником рівня психологічного самозахисту досліджуваних військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації до та після формувального експерименту, %

Рівні	За методиками						За анкетой					
	До експерим.		Після експерим.		Динаміка зміни		До експерим.		Після експерим.		Динаміка зміни	
	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
Низький	22,5	22,5	22,5	9,8	–	–12,7	45,2	45,2	41,9	29	–3,2	–16,1
Нижчий за середній	22,5	22,5	25,8	19,3	+3,3	–3,2	19,3	19,3	22,5	9,8	+3,2	–9,5
Середній	22,5	22,5	19,2	22,5	–3,3	–	12,9	12,9	6,5	29	–6,4	+16,1
Вищий за середній	22,5	22,5	22,5	32,3	–	+9,8	12,9	12,9	19,4	16,1	+6,4	+3,2
Високий	10	10	10	16,1	–	+6,1	9,7	9,7	9,7	16,1	–	+6,4

У процентному співвідношенні зміни за загальним інтегральним показником рівня психологічного самозахисту досліджуваних військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації наведено на рис. 3.12.

Значні зміни в інтегральному та загальних показниках рівнів психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації відбулися в ЕГ.

Так, за інтегральним показником низький рівень психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації був притаманний 22,5% військовослужбовців, а після завершення формувального експерименту ця кількість зменшилася до 9,8% (–12,7%). Рівень нижчий за середній вдалося знизити з 22,5% до 19,3% (–3,2%).



Рисунок 3.12 – Порівняльний аналіз рівнів розвиненості психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації за загальним (інтегральним) показником у військовослужбовців ЕГ і КГ до та після після формульовального експерименту, %: Н – низький рівень розвитку, НС – нижчий за середній, С – середній, ВС – вищий за середній, В – високий

За загальним показником анкети низький рівень психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації був притаманний 45,2% військовослужбовців, а після завершення формульовального експерименту ця кількість зменшилася до 29% (–16,1%). Рівень нижчий за середній вдалося знизити до 9,8% (–9,5%). Середній рівень збільшився до 29%, що відрізняється від попереднього показника на 16,1%. Рівні вищий за середній та високий продемонстрували 22,6%, а після участі в розвивальній програмі цей показник збільшився на 9,6% (до 32,2%).

Отже, можемо зробити висновок, що статистично значущі зміни, які продемонстрували військовослужбовці ЕГ, порівняно із відсутністю значного прогресу у КГ, підтверджують дієвість запропонованої програми розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

ВИСНОВКИ

У дисертаційній роботі проведено теоретичне та емпіричне дослідження психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, з'ясовано особливості психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України у психології професійної діяльності та виокремлено провідні компоненти і показники його розвиненості, на основі отриманих результатів емпіричного дослідження особливостей та рівнів розвиненості психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації розроблено структурно-функціональну модель його розвитку та програму розвитку, дієвість якої верифіковано експериментально.

1. Аналіз наукових досліджень у предметній галузі психологічного самозахисту вказує на наявність неточностей, омонімічності та суперечливості термінів. Поняття «психічний самозахист» часто використовують як синонім поняття «психологічний захист», водночас у психологічній науці досі не розмежовано поняття психологічного та психічного захисту в єдиній системі загальнопсихологічних універсалій.

Теоретичний аналіз психологічних захистів суб'єкта виявив надзвичайну їх різноманітність: від активних, гнучких і конструктивних до пасивних, ригідних і дезадаптивних.

Бажання та вміння особи розпізнавати негативні впливи і протидіяти їм виражаються психологічним самозахистом. Вивчення механізмів психологічного самозахисту сприяє гармонізації людського світосприйняття, налагодженню взаємодії людини з довкіллям, формуванню умінь правильно реагувати на труднощі й негаразди, що набуває особливої актуальності в умовах інформаційно насиченого сьогодення.

Узагальнюючи різні погляди на проблеми захисту, психологічного захисту та самозахисту в контексті визначення їх атрибутів, сутності і структури, поняття «психологічний самозахист людини від негативного інформаційного впливу» ми визначаємо як здатність людини контролювати та

захищати свій психологічний простір, забезпечувати власне психічне здоров'я, психологічне благополуччя та психологічну безпеку, що ґрунтується на інтеріоризованому досвіді довільних і мимовільних прагматичних думок, диспозицій, дій як оптимальної відповіді на актуальний негативний інформаційний вплив.

2. За результатами теоретичного аналізу наукової літератури та проведеного експертного оцінювання визначено три основні компоненти психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Когнітивно-рефлексивний компонент характеризується схильністю військовослужбовців Збройних Сил України до аналітичного і критичного мислення та рівнем навіюваності (сугестії).

Перцептивно-емоційний компонент характеризує емоційну запальність військовослужбовців Збройних Сил України через негативний вплив медіаперцептивної комунікації та емоційну стійкість (врівноваженість).

Поведінково-регулятивний компонент характеризує діяльнісну спроможність військовослужбовців Збройних Сил України до психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Визначені компоненти і показники оцінки психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації зумовили обрання програми емпіричного дослідження. До якої увійшли авторська анкета «Рівень розвиненості психологічного самозахисту військовослужбовця Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації» та комплекс психодіагностичних методик. Це дало змогу діагностувати захисні механізми психіки як психологічний феномен та широкий спектр властивостей особистості, пов'язаних із психологічним самозахистом від негативного впливу медіаперцептивної комунікації для визначення загального показника його розвиненості. До констатувального етапу дослідження було залучено 211 військовослужбовців Збройних Сил України.

За результатами дослідження військовослужбовців Збройних Сил України ми розподілили за рівнем інтегрального показника розвиненості психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації: високий рівень продемонстрували 3% від загальної вибірки, рівень вищий за середній – 15%, середній рівень – 25 %, рівень нижчий за середній – 34%, низький – 23%.

3. Спираючись на отримані дані, для виокремлення істотних характеристик психологічного конструкту, аналізу його основних параметрів та визначення розвивальної стратегії ми розробили структурно-функціональну модель розвитку у військовослужбовців Збройних Сил України здатності до психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Структурно модель розвитку складається з п'яти логічно взаємопов'язаних блоків: цільового, діагностичного, змістового, процесуального та результативного.

4. Розроблено, обґрунтовано та верифіковано програму розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації «Слово – теж зброя!». Програма спрямована на розвиток компонентів психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації (когнітивно-рефлексивного, перцептивно-емоційного та поведінково-регулятивного) і може бути реалізована за загальним планом тренінгових занять. Недостатній розвиток вмінь психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації значною мірою зумовлений відсутністю у військовослужбовців Збройних Сил України необхідних психологічних знань.

Результативність розробленої програми визначено через підвищення рівня психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Для підтвердження або спростування статистично значущих змін у військовослужбовців, які брали участь у формувальній частині експерименту, застосовано непараметричний U-критерій Манна – Уїтні. Отримані результати вказують на значні зміни

у показниках рівнів психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, які відбулися.

Так, за інтегральним показником психологічного діагностування низький рівень психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації був притаманний 22,5% військовослужбовців, а після завершення формувального експерименту ця кількість зменшилася до 9,8% (–12,7%). Рівень нижчий за середній вдалося знизити з 22,5% до 19,3% (–3,2%). Середній рівень залишився без змін, рівні вищий за середній та високий продемонстрували 32,5%, а після участі в розвивальній програмі ці рівні збільшилися на 15,9% – до 48,4%.

За загальним показником анкетування низький рівень психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації був притаманний 45,2% військовослужбовців, а після завершення формувального експерименту ця кількість зменшилася до 29% (–16,1%). Рівень нижчий за середній вдалося знизити до 9,8% (–9,5%). Середній рівень збільшився до 29%, що відрізняється від попереднього показника на 16,1%. Рівні вищий за середній та високий продемонстрували 22,6%, а після участі в розвивальній програмі цей показник збільшився на 9,6% – до 32,2%.

Ефективність запропонованої програми розвитку «Слово – теж зброя!» підтверджено позитивною динамікою і статистично значущими змінами в рівнях розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців від негативного впливу медіаперцептивної комунікації в експериментальній групі на рівні достовірності $p \leq 0,01$ ($U_{\text{емп}} = 95$, $p \leq 0,01$) для результатів психологічного діагностування та на рівні достовірності $p \leq 0,05$ ($U_{\text{емп}} = 353$, $p \leq 0,05$) – для результатів анкетування.

З урахуванням отриманих у дисертаційній роботі теоретичних і практичних результатів напрям подальших досліджень за порушеною проблематикою передбачає виявлення закономірностей впливу на якість такого захисту індивідуальних психоемоційних особливостей військовослужбовців, зокрема наявності у них емоційного, професійного вигорання, інтелектуальних, креативних (творчих) особливостей посадових осіб, особливостей

індивідуальної аперцепції, а також опрацювання інструментарію для відомчого моніторингу ризиків та загроз негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алещенко В. І. Інформаційно-психологічна безпека особистості в умовах гібридної війни // Вісник Київського нац. ун-ту імені Тараса Шевченка : зб. наук. пр. Серія: Військово-спеціальні науки. 2022. № 49 (1). С. 13–21.
2. Алещенко В. І. Психологічні аспекти інформаційної війни // Вісник Київського нац. ун-ту імені Тараса Шевченка : зб. наук. пр. Серія: Військово-спеціальні науки. 2022. № 2 (50). С. 27–31.
3. Амтхауер Р. Дослідження аналітичності мислення URL: <https://studfile.net/preview/5263783/page:13/> (дата звернення: 14. 05. 2022).
4. Анісімович-Шевчук О. З. Сучасні інформаційно-психологічні впливи в системі міжнародних відносин у контексті російсько-української війни 2014–2022 років. URL: <http://baltijapublishing.lv/omp/index.php/bp/catalog/download/276/7545/15720-1?inline=1> (дата звернення: 14. 10. 2021).
5. Армія Польщі планує вторгнення на західну Україну. URL: <https://www.volyn24.com/news/188052-armiia-polschi-planuie-vtorgnennia-nazah-idnu-ukrainu-naprykinci-lypnia> (дата звернення: 03. 02. 2023).
6. Астролог назвав міста, які скоро потраплять під обстріл. URL: <https://www.unian.ua/lite/astrology/astrolog-nazvav-mista-yaki-v-chervni-potraplyat-pid-obstril-11843415.html> (дата звернення: 03. 02. 2023).
7. Бакаленко О. А. Психологія сприйняття та переробки інформації: навч. посіб. Харків: ХНУРЕ, 2017. 124 с.
8. Балл Г. А., Бургін М. С. Аналіз психологічних впливів та їх педагогічне значення // Питання психології. 1994. № 4. С. 56–66.
9. Баранов О. А. Теоретико-методологічні основи правового забезпечення інформаційної сфери України: автореф. дис. ...д-ра юрид. наук : 12.00.07; НДІ інформатики і права НАПрН України, Нац. юрид. ун-т ім. Мудрого. Харків, 2015. 40 с.
10. Башинська І. О. Використання методу експертних оцінок в розрахунках. // Актуальні проблеми економіки. 2015. № 7. С. 408–412.

11. Безпека військових у соціальних мережах: дослідження АрміяInform: URL: <https://armyinform.com.ua/2020/02/01/doslidzhennya-armiyainform-bezpek-a-vijskovyh-u-soczialnyh-merezhah/> (дата звернення: 25. 03. 2021).
12. Беляков К. І. Інформаційні війни : теоретико-правовий аналіз // *Правова інформатика*. 2014. № 2 (42). С. 122–124.
13. Білецька В. В., Дьяченко Ю. А. Медіафілософія як інструмент осмислення медіареальності в контексті інформатизації сучасного суспільства // *Філософські обрії*. 2019. № 42. С. 82–86.
14. Блінов О. А. Вплив стрес-факторів діяльності на військовослужбовців // *Вісник НАОУ : зб. наук. пр. Київ : Міленіум, 2006. Вип. 2. С. 118–124.*
15. Бойко С. Т. Вплив інформаційного стресу // *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві: зб. матеріалів IV Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Львів, 18 жовт. 2019 р.). Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2019. С. 34–37.*
16. Боснюк В. Ф. Математичні методи в психології: курс лекцій. Мультимедійне навчальне видання. Харків : НУЦЗУ, 2020. 141 с.
17. Брижко В. М. Філософія права: юридична онтологія у сфері інформаційного права // *Інформація і право*. 2012. № 3 (6). С. 14–21.
18. Буньківська О. В. Інформаційний простір: соціокультурна сутність, стан та проблеми функціонування в Україні : автореф. дис. ... канд. наук з мистецтвознавства : 26.00.01; Київ. нац. ун-т культури і мистецтв. Київ, 2009. 19 с.
19. Васильєва К. А., Ворожбіян М. І. Інтернет-залежність як соціальна небезпека // *Актуальні питання охорони праці у контексті сталого розвитку та європейської інтеграції України : матеріали III Міжнародної наук.-практ. інтернет-конф. студентів та молодих науковців (м. Харків, 9–11 лист. 2022 р).* Харків: ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2022. С. 229–231.

20. Великий тлумачний словник сучасної української мови : 250 000 / уклад. та гол. ред. В. Т. Бусел. Київ; Ірпінь: Перун, 2005. 1728 с.
21. Вишницька Я. С. Підходи до вивчення кольоронімів у лінгвістиці // Науковий потенціал та перспективи розвитку філологічних наук : матеріали міжнар. наук.-практ. конф. (м. Київ, 8–9 груд. 2017 р.). Київ: Таврійський нац. ун-т імені В. І. Вернадського, 2017. С. 69–71.
22. Вірна Ж. П. Психологія професійної безпеки: технології конструктивного самозбереження особистості : кол. монографія / за заг. ред. Ж. Вірної. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 588 с.
23. Войтко В. І. Психологічний словник / за ред. В. І. Войтка. Київ : Вища школа, 1982. 214 с.
24. Волошок О. О. Психологічний аналіз проблеми тривожності особистості // Проблеми сучасної психології : зб. наук. праць. Запоріжжя, 2010. № 10. С. 120–129.
25. Волянчук Н. Ю., Ложкін Г. В. Наукові маркери психологічної безпеки особистості майбутнього фахівця технічного профілю // Професійне становлення особистості. 2015. № 4. С. 36–42.
26. Вудвуд В. В. Нейромаркетинг – новітній інструмент впливу на поведінку споживачів у недосконалих умовах ринкової економіки України // Інноваційна економіка. 2013. № 7. С. 210–212.
27. Галета Я. Інформаційна культура як показник зрілості особистості в умовах інформатизації суспільства // Наукові записки Кіровоградського держ. пед. ун-ту імені В. Винниченка. Серія : Педагогічні науки. 2015. Вип. 135. С. 83–87.
28. Гірняк А. Психоаналіз Зигмунда Фрейда як теорія, система і соціокультурне явище // Психологія і суспільство. 2008. № 4. С. 33–45.
29. Годфруа Ж. Что такое психология: у 2-х т. : пер. з фр. Т. 2. Москва: Мир, 1992. 375 с.

30. Гончар К. Психологічні чинники особистісної безпеки у кризовому суспільстві : кваліф. робота: психологія / Львівський держ. ун-т внутрішніх справ. Львів, 2022. 54 с.
31. Горіна М., Павлов І. Я відчуваю... що? Робота з емоціями. 100+ технік. Харків : Моноліт-Bizz, 2022. 150 с.
32. Горностаєв П. П. Особистість в умовах інформаційної травми // Практична психологія сучасності: ресурси та перспективи: матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Луцьк, 26-27 верес. 2019 р.). Луцьк: Вежа-Друк, 2019. С. 106–110.
33. Горова С. В. Особа в інформаційному суспільстві: виклики сьогодення : монографія / наук. ред. О. С. Онищенко. НАН України, Нац. б-ка України ім. В. І. Вернадського, Київ, 2017. 452 с.
34. Горовий В. М. Особливості розвитку соціальних інформаційних баз сучасного українського суспільства / наук. ред. О. С. Онищенко; НАН України, Нац. б-ка України ім. В. І. Вернадського. Київ : НБУВ, 2005. 297 с.
35. Грабовська С., Мусаковська О. Інформаційне перевантаження: психологічний ракурс // Psychological journal. 2020. № 6–7. С. 18–29.
36. Гринько К. Інформаційно-психологічна агресія як різновид інформаційно-психологічного впливу. Аналіз форм і засобів здійснення в інфопросторі України та стратегії протидії // Циркуляр Фонду В. Пінчука. 2008. URL: <http://asyan.org/potra/> (дата звернення: 21. 01. 2021).
37. Гриценя О. Феномен «кліповості» у парадигмі сучасної інформаційної культури. URL: <http://kulturolog.org.ua/i-conference/2013-/704-hrythenya.html> (дата звернення: 25. 03. 2021).
38. Гріга В. С., Гізун А. І. Аналіз сучасних теорій інформаційно-психологічних впливів в аспекті інформаційного протиборства // Актуальні задачі та досягнення у галузі кібербезпеки : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Кропивницький, 23–25 лист. 2016 р.). Кропивницький: Нац. авіаційний ун-т, 2016. С. 25–27.

39. Денисюк Ж. З. Масова культура і національно-культурна ідентичність в добу глобалізації : монографія. Київ : НАКККиМ, 2016. 224 с.
40. Дзьобань О. П. Маніпулятивний характер інформаційного середовища сучасного суспільства // Інформація і право. 2014. № 3. С. 5–12.
41. Дзьобань О. П., Мануйлов Є. М. Інформаційна безпека в контексті інформаційної культури // Інформація і право. 2017. № 1. С. 74–81.
42. Для 59% українців інтернет є основним джерелом інформації – опитування КМІС. URL: <https://detector.media/infospace/article/202013/2022-08-18-dlya-59-ukraintsiv-internet-ie-osnovnym-dzherelom-informatsii-opytuvannya-kmis> (дата звернення: 25. 10. 2022).
43. Довіряй, але перевіряй. Медіаграмотність в українському суспільстві / Pictoric. URL: https://issuu.com/pictoric.ua/docs/book_media (дата звернення: 21. 01. 2023).
44. Додонов А. Г., Ланде Д. В., Путятін В. Г. Комп'ютерні мережі та аналітичні дослідження. Київ : ІПРІ НАН України, 2014. 15 с.
45. Домнич Т. М. Що треба знати про психологічний захист// Практична психологія та соціальна робота. 1998. № 1. С. 35–36.
46. Доценко О. Л. Психологія маніпуляції: феномени, механізми и захист. Харків: ЧеРо. 2000. 342 с.
47. Еріксен Т. Г. Тиранія моменту: швидкий і повільний час в інформаційну добу / пер. з англ. В. Дмитрука. Львів: Кальварія, 2004. 196 с.
48. Зарецька О. Н. Риторика: теорія і практика мовної комунікації. Київ: Справа, 2001. 464 с.
49. Зеленін В. В. По той бік правди: нейролінгвістичне програмування як зброя інформаційно-пропагандистської війни: у 2-х т. Т. І. Вінниця: ТОВ «Віндрук», 2014. 384 с.
50. Золотар О. О. Інформаційна безпека людини: теорія і практика: монографія. Київ : ТОВ «Видавничий дім «АртЕк», 2018. 446 с.
51. Зосимов А. М., Голік В. П. Дисертаційні помилки. Харків: Інжек, 2004. 215 с.

52. Зражевська Н. І. Комунікаційні технології: лекції. Черкаси: Брама-Україна, 2010. 224 с.
53. Інтелектуальний тест Г. Ю. Айзенка. URL: <https://gur.gov.ua/content/iq-tests.html> (дата звернення: 03. 06. 2022).
54. Інтерактивні методи навчання: навч. посіб. / за заг. ред. П. Шевчука і П. Фенриха. Щецин : WSAP, 2005. 170 с.
55. Інформаційне середовище – криза культури чи нове буття? / за ред. В. Г. Кременя // Вища освіта України. 2010. № 1. С. 20–33.
56. Інформаційний вплив: теорія і практика прогнозування : монографія / за ред. П. Д. Фролова ; Національна акад. пед. наук України, Ін-т соц. та політ. психології. Київ : Міленіум, 2011. 304 с.
57. Історія інформаційно-психологічного протиборства : підручник / за заг. ред. Є. Д. Скулиша. Київ : Наук.-вид. відділ НА СБУ, 2012. 212 с.
58. Калита А. А., Клименюк А. В. Функціонально-енергетичний підхід: механізм актуалізації емоційно-прагматичного потенціалу висловлювання // Вісник Харків. нац. ун-ту імені В.Н. Каразіна. Харків : Константа, 2004. № 635. С. 70–78.
59. Калита А. А., Тараненко Л. І. Мовленнєва маніпуляція: визначення, функція, механізм реалізації // Вісник Харків. нац. ун-ту імені В. Н. Каразіна, 2012. № 1022. С. 10–18.
60. Калита А. А., Тараненко Л. І. Синергетизм порождения и актуализации фоноконцепта // Наукові записки. Серія: Філологічні науки (мовознавство): у 2 ч. Кіровоград : КДПУ ім. В. Винниченка, 2011. Вип. 96 (2). С. 213–219.
61. Калюжний К. О. Інформаційне середовище та інформаційне середовище науки: сутність та призначення // Наука. Інновації. Освіта. Серія: Науково-технологічна політика та комплексні проблеми розвитку науки. 2015. Вип. 18. С. 8–23.

62. Каналами луцького парку плаває «амфібія» (фото). URL: <https://volyn.tabloyid.com/zhittia/kanalami-lutskogo-parku-plavae-amfibiia-foto> (дата звернення: 05. 12. 2021).

63. Карамушка Л. М., Андрос М. Є. Психічне здоров'я особистості як вагомий чинник демографічної ситуації // Демографічна ситуація в Карпатському регіоні: реальність, проблеми, прогнози на XXI століття: тези міжнар. наук.-практ. конф. (м. Чернівці, 19-21 трав. 1996 р.). Чернівці–Київ: Чернівецький держуніверситет ім. Ю. Федьковича, 1996. С. 370–372.

64. Картки ПриватБанку негайно заблокують. URL: <https://www.volyn24.com/news/175414-kartky-pryvatbanku-negajno-zablokuyut>

65. Кастельс М. Інтернет-галактика: міркування щодо Інтернету, бізнесу і суспільства. Київ: Ваклер, 2007. 304 с.

66. Кириленко Т. С. Психологія: емоційна сфера особистості: підручник. Київ : Либідь, 2007. 256 с.

67. Кириченко В. В. Особистість у сучасному інформаційному суспільстві: монографія. Житомир : ЖДУ ім. І. Франка, 2020. 245 с.

68. Кириченко В. В. Психологія інформаційної діяльності: навч. посіб. Житомир : ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 146 с.

69. Кириченко В. В. Формування картини світу особистості в сучасному інформаційному суспільстві. Житомир : ЖДУ ім. І. Франка, 2020. 504 с.

70. Кирпенко Т. М. Взаємозв'язок особистісних якостей та стратегій психологічного самозахисту у підлітків // Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / за ред. акад. С. Д. Максименка. 2012. Т. 24. Ч. 6. С. 176–183.

71. Кирпенко Т. М. Вплив механізмів психологічного самозахисту на особистісні утворення та поведінкові моделі підлітків // Проблеми сучасної психології: зб. наук. праць Кам'янець-Подільського нац. ун-ту імені І. Огієнка, Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2014. Вип. 27. С. 198–210.

72. Кирпенко Т. М. Механізми психологічного самозахисту підлітків: монографія. Сєверодонецьк: СНУ ім. В. Даля, 2017. 176 с.
73. Кідименко А. О., Деменко М. М. Вплив соціальних мереж на життєдіяльність особистості // Механізми розвитку патологічних процесів і хвороб та їх фармакологічна корекція : тези доп. V наук.-практ. інтернет-конф. з міжнародною участю (м. Харків, 17 лист. 2022 р.). Харків: НФаУ, 2022. С. 175–176.
74. Кіца М. О. Фейкова інформація в українських соціальних медіа: поняття, види, вплив на аудиторію // Наукові записки Української академії друкарства, 2016. № 1. С. 281–287.
75. Клименко В. Морально-психологічні аспекти інформаційних війн сучасності // Вісник Київського нац. ун-ту імені Тараса Шевченка. 2007. № 14–15. С. 104–106.
76. Клочков В. Поняття та структура психологічної стійкості військовослужбовців до виконання бойових завдань // Вісник Нац. ун-ту оборони України : зб. наук. пр. Київ : НУОУ, 2023. Вип. 68 (4). С. 52–63.
77. Комунікації в сфері державного управління та місцевого самоврядування: конспект лекцій / укл.: М. П. Попов, О. Л. Тодорова. Одеса: Одеська політехніка, 2022. 172 с.
78. Коньяк «Таврія» потрапив до однієї з найвідоміших приватних колекцій світу. URL: <https://vesti.ua/lite/konyak-tavriya-popal-v-odnu-iz-samyh-dorogih-chastnyh-kollektsij-mira> (дата звернення: 23. 10. 2022).
79. Корнієнко І. О. Генеза опанувальної поведінки у життєвому просторі особистості : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07; Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2018. 323 с.
80. Кохан В. Г. Діяльність військового керівника по збереженню психічного здоров'я військовослужбовців: автореф. дис. ... канд. психол. наук.: 19.00.09; НА ПВУ ім. . Б. Хмельницького. Хмельницький: 2003. 18 с.
81. Красницька О. В. Лідерство та риторика у професійній діяльності офіцера // Актуальні питання гуманітарних наук : міжвузівський зб. наук. пр.

молодих вчених Дрогобицького держ. пед. ун-ту імені Івана Франка. Дрогобич: Гельветика, 2020. Вип. 28. Т. 2. С. 181–187.

82. Красницька О. В. Педагогічна майстерність викладача вищої військової школи : підручник. Київ : Кондор, 2020. 528 с.

83. Крисько В. Г. Секрети психологічної війни (цілі, завдання, методи, форми, досвід); за заг. ред. А. Е. Тараса. Мінськ: Харвест, 1999. 448 с.

84. Критичне мислення та медіаграмотність. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=tMQudmwJUf8> (дата звернення: 01. 10. 2022).

85. Куликов В. М. Прикладне дослідження соціально-психологічного впливу // Прикладні проблеми соціальної психології. Серія: Наука. 2011. С. 158–172.

86. Куньч З. Й., Бучин М. А., Волинець О. О. та ін. Конфліктологія. Словник: поняття, категорії, терміни / за ред.: М. П. Гетьманчука, П. П. Ткачука. Львів: ЛІСВ, 2007. 205 с.

87. Курбан О. В. Сучасні інформаційні війни в мережевому онлайн-просторі : навч. посіб. Київ : ВІКНУ, 2016. 286 с.

88. Куций О. А. Види психологічного впливу в діяльності спеціалістів ризиконебезпечних професій // Проблеми екстремальної та кризової психології: зб. наук. праць. Харків: УЦЗУ, 2010. 424 с.

89. Кушерець В. І. Знання як стратегічний ресурс суспільних трансформацій : монографія. Київ : Знання України, 2002. 248 с.

90. Кушнір Р. О. Великий оратор, або Як говорити так, щоб Вам аплодували стоячи. Дрогобич: Коло, 2013. 258 с.

91. Ланде Д. В., Фурашев В. Н., Брайчевський С. М., Григор'єв А. Н. Основи моделювання та оцінки електронних інформаційних потоків: монографія. Київ: Інжиніринг, 2006. 164 с.

92. Лизанчук В. Психологія мас-медіа : підручник. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2015. 420 с.

93. Ліпатов І. І. Проблемні питання забезпечення інформаційно-психологічної безпеки військовослужбовців Національної гвардії України під час проведення спеціальних операцій // *Честь і Закон*. 2015. № 1 (52). С. 65–69.

94. Логінов О. В. Адміністративно-правове забезпечення інформаційної безпеки органів виконавчої влади: автореф. дис. ...канд. юрид. наук: 12.00.07; Національна академія внутрішніх справ України. Київ, 2005. 23 с.

95. Луценко О. Л. Адаптація тесту критичного мислення Л. Старкі // *Вісник Харк. нац. ун-ту імені В. Н. Каразіна. Серія: Психологія*. 2014. № 1110. С. 65–70.

96. Любовець Г. В. Аналіз підходів до моніторингу інформаційного простору в Україні // *Держава та регіони. Серія : Соціальні комунікації*. 2015. № 3. С. 10–16.

97. Любовець Г. В., Король В. Г. Контент негативу: як захистити себе та країну в умовах тотального інформаційного протистояння. Київ : ВД «Києво-Могилянська академія», 2021. 261 с.

98. Люшер М. Колір вашого характеру. 1997. URL: <http://psytests.org/luscher/fullcolor.html> (дата звернення: 01. 10. 2022).

99. Магда Є. В. Гібридна війна: вижити і перемогти. Харків: Віват, 2015. 302 с.

100. Майже половина українців вважають, що Telegram-канали публікують лише перевірену інформацію. — опитування КМІС. URL: <https://detector.media/infospace/article/208442/2023-02-28-mayzhe-polovyn-a-ukraint-siv-vvazhayut-shcho-telegram-kanaly-publikuyut-lyshe-perevirenu-informatsiyu-opytu-vannya-kmis/>. (дата звернення: 23. 07. 2021).

101. Макаренко О. Психологічні аспекти подолання стресу // *Соціальна психологія*. 2010. № 2. С. 18–27.

102. Макаренко С. Методи і способи психологічного захисту особистості в умовах екстремальних ситуацій // *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2013. № 14 (1). С. 202–210.

103. Максименко О. Г. Дослідження механізмів психологічного захисту особистості в залежності від рівня диференціації психіки // Практична психологія та соціальна робота. 2010. № 5. С. 45–50.
104. Максименко С. Д. Теорія і практика психолого-педагогічного дослідження. Київ: Укрвузполітграф, 1990. 240 с.
105. Максименко С., Зайчук В., Клименко В., Соловієнко В. Загальна психологія: підруч. для студентів ВНЗ / за заг. ред. С. Максименка. Київ: Форум, 2000. 543 с.
106. Малиновський В. Я. Державна служба: теорія і практика: навч. посіб. Київ: Атіка, 2003. 160 с.
107. Малюнок Леонардо да Вінчі «Вітрувіанська людина». URL: <https://mors.in.ua/art/2263-scho-pryhovuye-lyudyna-da-vinchi.html> (дата звернення: 21.11.2022).
108. Матійків І. М. Тренінг емоційної компетентності: навч.-метод. посіб. Київ: Педагогічна думка, 2012. 112 с.
109. Матійків І. М., Якимів А. І., Черняк Т. Г. Основи тренерської майстерності : навч.-метод. посіб. / за заг. ред. А. І. Якиміва. Львів, 2012. 392 с.
110. Медведєв В. С., Шевченко О. М. Психологічний захист як окремий психічний феномен // Юридична психологія та педагогіка. 2007. № 2. С. 21–32.
111. Медіаграмотна місія від IREX. URL: http://irex.mocotms.com/ml_game/story_html5.html (дата звернення: 23.07.2021).
112. Медіакультура особистості: соціально-психологічний підхід: навч. посіб. / за ред. Л. А. Найдьоновой, О. Т. Баришпольця. Київ: Міленіум, 2010. 440 с.
113. Медіапсихологія: на перетині інформаційного та освітнього просторів: монографія / О. Т. Баришполець та ін. / за наук. ред. Л. А. Найдьоновой, Н. І. Череповської; Нац. академія пед. наук України, Ін-т соціальної та політичної психології. Київ: Міленіум, 2014. 348 с.

114. Мельничук В. В., Горохова Л. В. Критичне мислення як складова інформаційної безпеки // Вісник Львівського університету. Серія: Філософські науки. 2022. № 29. С. 7–13.

115. Ми ведемо людей, які будуватимуть сильну Україну. URL: <https://khersonci.com.ua/politics/47520-mihail-opanashenko-my-vedem-yudejkotorye-budut-stroit-silnuyu-ukrainu.html> (дата звернення: 09. 09. 2022).

116. Михальська Ю. А., Ренке С. О. Особливості механізмів психологічного захисту особистості // Проблеми сучасної психології. 2015. Вип. 30. С. 417–427.

117. Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу: навч. посіб. Київ: МАУП, 2004. 192 с.

118. Мороз О. Головне болото країни. Як Facebook став джерелом № 1 брехні для українців. URL: <https://www.pravda.com.ua/articles/2021/04/6/728909> (дата звернення: 06.07.2021).

119. Мороз О. Як не стати овочем. Інструкція з виживання в інфопросторі. Харків : Віват, 2021. 203 с.

120. Моросанова В. І., Коноз О. М. Стильова саморегуляція поведінки людини // Питання психології. 2000. № 2. С. 118–124.

121. Москалик Г. Поняття, природа і джерела формування інформаційно–комунікаційного середовища // Гілея: науковий вісник. 2013. № 77. С. 149–153.

122. Москальов І. О., Лисенко Д. П. Застосування методів математичної статистики у психолого-педагогічних дослідженнях: навч. посіб. Київ : НУОУ, 2023. 187 с.

123. Москальова А. С. Саморегуляція як чинник попередження професійних криз особистості: навч. програма спецкурсу для слухачів курсів підвищення кваліфікації (керів. загальноосвітніх навч. закл. різних типів навч.) і студ. освітньо-кваліфікаційного рівня «магістр» з напрямків підготовки «Управління навчальним закладом» та «Педагогіка вищої школи» / НАПН України, ДВНЗ «Ун-т менеджменту освіти». Київ, 2019. 60 с.

124. Найменш захищених українців підтримала «слуга народу». URL: <https://khersonline.net/lenta/168447-sluga-narodu-pdtrimala-naymensh-zahischeni-hukrayincv.html> (дата звернення: 03. 10. 2022).

125. Никоненко І. О. Особистісні чинники формування копінг-стратегій лікарів-хірургів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2017. 200 с.

126. Ніколс Т. Диванні експерти. Як необмежений доступ до інформації робить нас тупішими. Київ: Наш Формат, 2019. 240 с.

127. Ожерельєва Т. О. Про відношення понять інформаційний простір, інформаційне поле, інформаційне середовище та семантичне оточення // Міжнародний журнал прикладних та фундаментальних досліджень, 2014. № 10. С. 21–24.

128. Огороков Р. С. Інформаційні чинники морально-психологічного стану військовослужбовців // Психологія в контексті сучасних досліджень проблем розвитку особистості: матеріали міжнар. наук.-практ. конф. (м. Запоріжжя, 11–12 груд. 2020 р.). Запоріжжя: Класичний приватний університет, 2020. 112 с.

129. Олійник Т. Р. Психологія впливу фейкових повідомлень на поведінкову активність особистості військовослужбовця: магістерська робота. Київ: НУОУ, 2021. 121 с.

130. Оніщенко Н. В. Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації: теоретичні та прикладні аспекти : монографія. Харків : Право, 2014. 584 с.

131. Онлайн-квест «Маніпулятор». URL: bit.ly/3NWhv1y (дата звернення: 27.03.2022).

132. Онлайн-сміття: які бувають сайти-сміттярки? URL: <https://www.youtube.com/watch?v=YDnXLtVlvkM> (дата звернення: 19.01.2023)

133. Ортинський В. Л. Проблеми забезпечення інформаційної безпеки у Збройних Силах України в правовому та соціологічному аспектах // Вісник

Національного університету «Львівська політехніка». Серія: Юридичні науки. Львів, 2014. № 807. С. 3–8.

134. Осьодло В. І. Психологія професійного становлення офіцера: монографія. Київ: Золоті ворота, 2012. 463 с.

135. Осьодло В., Будагьянц Л. Сучасні контексти концепту моральної готовності військовослужбовців // Вісник Національного університету оборони України : зб. наук. пр. Київ : НУОУ, 2023. Вип. 3 (73). С. 106–114.

136. Осьодло В., Будагьянц Л. Трансформація потреб та мотивації людини інформаційного суспільства // Вісник Національного університету оборони України : зб. наук. пр. Київ : НУОУ, 2022. Вип. 2 (66). С. 89–97.

137. Палієнко А. Н. Специфіка сприйняття медіаінформації // Витоки педагогічної майстерності. Серія: Педагогічні науки. Черкаси, 2014. Вип. 14. С. 202–208.

138. Панченко О. А., Кабанцева А. В. Людська психіка в інформаційній небезпеці // Вчені записки. 2020. № 3. Т. 31 (70). С. 226–233.

139. Панченко О. А., Панченко Л. В. Інформаційна безпека та інформаційна культура в сучасному інформаційному суспільстві // Правова інформатика. 2015. Вип. 2. С. 32–38.

140. Перетятко Л. Г., Тесленко М. М. Дослідження особливостей психічного здоров'я студентів у закладах вищої освіти різного спрямування // Психологія і особистість. 2018. № 2. С. 108–120.

141. Петрик В. М., Штоквиш О. А., Полевий В. І. Сучасні технології та засоби маніпулювання свідомістю, ведення інформаційних війн і спеціальних інформаційних операцій. Київ: Росава, 2006. 26 с.

142. Підопригора І. І. Вплив суспільно-політичної обстановки на інформаційно-пропагандистське забезпечення у Військово-Морських Силах Збройних Сил України в 1992–2014 роках // Воєнно-історичний вісник. 2019. № 2. С. 65–87.

143. Пінчук О. П., Прокопенко А. А. Розвиток цифрової компетентності – професійно значущого складника компетентності офіцерів Збройних Сил

України // Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання у підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми : зб. наук. праць. Київ – Вінниця: ТОВ фірма «Планер», 2021. Вип. 62. С. 54–69.

144. Політологічний словник / за ред. М. Ф. Головатого, О. В. Антонюка. Київ : МАУП, 2005. 792 с.

145. Половець В. М. Питирим Сорокін: концепція соціальної мобільності // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Психологічні науки. 2014. № 121 (2). С. 110–113.

146. Половинчак Ю. Мобілізаційний та маніпулятивний потенціал дискурсу соціальних медіа в умовах перехідного суспільства // Україна: події, факти, коментарі. 2014. № 21. С.56–65.

147. Потапчук Є. М. Теорія та практика збереження психічного здоров'я військовослужбовців : монографія. Хмельницький, 2004. 322 с.

148. Почепцов Г. Г. Інформаційні війни. Київ: Ваклер, 2000. 576 с.

149. Почепцов Г. Г., Чукут С. А. Інформаційна політика: навч. посіб. 2-ге вид. Київ: Знання, 2008. 559 с.

150. Проблеми суспільної безпеки в процесі розвитку соціальних мереж : монографія / В. Попик (кер. проекту), В. Горовий, О. Онищенко та ін.; НАН України, Нац. б-ка України ім. В. І. Вернадського. Київ, 2015. 202 с.

151. Проблеми сучасної психології: зб. наук. праць Кам'янець-Подільського нац. ун-ту імені Івана Огієнка, Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / за ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2013. Вип. 19. 860 с.

152. Проданова О. М. Психологічне здоров'я як суттєвий ресурс в забезпеченні інформаційно-психологічної безпеки особистості // Перспективи розвитку сучасної науки та освіти : матеріали міжнародної наук.-практ. конф. (м. Львів, 13-14 лист. 2019 р.). Львів: Львівський науковий форум, 2019. С. 10–12.

153. Психологічна енциклопедія / авт.-упоряд. О. М. Степанов. Київ: Академвидав, 2006. 424 с.

154. Психологія безпеки професійної діяльності в системі МВС України : навч.-практ. посіб. / за ред. Б. І. Бараненка, О. В. Шаповалова. Луганськ : ЛДУВС, 2012. 200 с.
155. Психологія маніпуляції: феномени, механізми і захист. МоскваВидавництво ЧеРо, 2000. 342 с.
156. Путін наказав відправити ядерний військовий потяг на лінію фронту в Україні. URL: <https://umoloda.kyiv.ua/number/0/180/169992> (дата звернення: 08.04.2022).
157. Рибчук О. О., Рибчук О. Г. Моральний вимір готовності військовослужбовців до ведення бойових дій // Вісник Національного університету оборони України : зб. наук. пр. Київ : НУОУ, 2023. Вип. 3 (73). С. 130–137.
158. Різун В. В. Маси: тексти лекцій. Київ: Вид.-поліграф. центр «Київський університет», 2003. 118 с.
159. Родіна Н. В. До проблеми співвідношення понять «копінг-стратегії» та «захисні механізми» // Актуальні проблеми соціології, психології та педагогіки. 2006. № 1. С. 98–104.
160. Родіна Н. В. Психологія копінг-поведінки: системне моделювання : монографія. Одеса : вид. Букаєв Вадим Вікторович, 2011. 364 с.
161. Родіна Н. В. Психологія копінг-поведінки: системне моделювання : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01; Київ. нац. ун-т ім. Тараса Шевченка. Київ, 2013. 477 с.
162. Рожило М. А., Наход А. В., Самчук А. С. Критичне мислення як інструмент медіаграмотності з протидії фейкам і маніпуляціям // Science, innovations and education: problems and prospects : матеріали 5-ї міжнар. наук.-практ. конф. Токіо, Японія: CPN Publishing Group, 2021. С. 655–661.
163. Руденко В. М., Руденко Н. М. Математичні методи в психології : підручник. Київ : Академвидав, 2009. 384 с.
164. Руденко Н. В. Сугестія як засіб формування громадської думки в сучасних англомовних інтернет-виданнях: інформаційно-комунікаційні

стратегії та способи їх реалізації : дис. ... д-ра філософії : 061; Сумський держ. ун-т. Суми, 2022. 235 с.

165. Саєнко О. Г. Механізм інформаційно-психологічного впливу в умовах гібридної війни // Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: Психологія. Хмельницький, 2015. Вип. 1. С. 10–25.

166. Санкції проти російського медіапродукту мають бути продовжені – Рух опору капітуляції. URL: <https://www.facebook.com/rok.org.ua/posts/577264246477016/> (дата звернення: 16.08.2021).

167. Саприкін О. А. Фейк як інструмент інформаційної війни проти України // Бібліотекознавство. Документознавство. Інформологія. 2016. Вип. 1. С. 87–94.

168. Сафін О. Д. Психологічний самозахист як маркер індивідуального захисного стилю особистості // Psychology Travelogs. 2023. № 3. С. 222–235.

169. Селезньова О. М. Теоретико-методологічне трактування окремих засадничих категорій інформаційного права // ІТ право: проблеми і перспективи розвитку в Україні: зб. матеріалів наук.-практ. конф. (м. Львів, 18 лист. 2016 р.). Львів: НУ «Львівська політехніка», 2016. С. 136–143.

170. Сервіс спільних поїздок Uklon Share запустив Uklon. URL: <https://ua-news.liga.net/all/news/uklon-zapustiv-servis-spilnih-poizdok-uklon-share> (дата звернення: 26.09.2022).

171. Сивогракова З. А. Особливості Я-концепції студентів з різними характеристиками мотиваційно-регулятивних аспектів особистості // Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія № 12: Психологічні науки: зб. наук. праць. Київ: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2011. № 34 (58). С. 276–285.

172. Солдатенко О. Інформаційний простір у мережі «Інтернет»: правове регулювання та контроль // Підприємництво, господарство і право. 2018. № 5. С. 134–140.

173. Соціальні мережі спричиняють психози та галюцинації. URL: https://tsn.ua/nauka_it/vcheni-pov-yazali-psihoz-ta-galyucinaciyi-z-zalezhnistyuv-id-socmerezh-293302.html (дата звернення: 05.12.2021).

174. Соціально-правові основи інформаційної безпеки: навч. посіб / Петрик В. М. та ін. Київ, 2006. 263 с.

175. Стаднік О., Ванюшина О., Полова Н. Проблема медіаграмотності при споживанні інформації в умовах війни: соціологічний аспект // Епістемологічні дослідження в філософії, соціальних і політичних науках. 2022. № 5. С. 73–79.

176. Становлення новітньої комунікації Digital media: монографія / за ред. М. М. Поплавського, Л. О. Кочубей. Київ : КНУКіМ, 2020. 244 с.

177. Стариш А. Г. Філософія інформації. Сімферополь : Таврія, 2004. 376 с.

178. Старостіна А. О. Маркетинг. Київ: Знання, 2009. 1070 с.

179. Степаненко Л. В. Копінг-стратегії та психологічний захист як механізми саморегуляції особистості // Теорія і практика сучасної психології. 2017. № 1. С. 37–41.

180. Стешенко В. Застосування інформаційного підходу як методологічного базису для конструювання змісту освітньо-професійної підготовки вчителя // Наукові записки Тернопільського нац. пед. ун-ту ім. Володимира Гнатюка. Серія: Педагогіка. 2007. № 8. С. 75–78.

181. Сугестивні технології маніпулятивного впливу : навч. посіб. 2-ге вид. / В. М. Петрик та ін.; за заг. ред. Є. Д. Скулиша. Київ: ЗАТ “ВІПОЛ”, 2011. 248 с.

182. Сугестія в інтернеті: інформаційно-комунікативні передумови. URL: http://pidruchniki.ws / 10590719/psihologiya/sugestiya_interneti_informatsiy-no-komu-nikativni-peredumovi (дата звернення: 07.09.2021).

183. Татенко В. А. Психологія у суб'єктивному вимірі: монографія. Київ: Просвіта, 1996. 404 с.

184. Тищенко К. М. Метатеорія мовознавства. Київ : Основи, 2000. 350 с.
185. Тоффлер Е. Третя Хвиля / з англ. пер. А. Євса. Київ: ВД «Всесвіт», 2000. 480 с.
186. У нас погані новини / А. Бондаренко та ін. URL: <https://texty.org.ua/fragments/102395/bilshist-ukrayinciv-spozhyvayut-internet-novynybezsystemnoce-day-e-bahato-nahod-propa-handi-ta-lajnosajtam/> (дата звернення: 19.03.2022).
187. Українське суспільство в умовах війни: виклики сьогодення та перспективи миротворення: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Маріуполь, 9 черв. 2017 р.). Маріуполь: ДонДУУ, 2017. 311 с.
188. Українські біженці займуть усі робочі місця в ЄС. URL: <https://www.volyn24.com/news/187963-ukrainski-bizhenci-zajmut-usi-robochi-mi-scia-v-ies> (дата звернення: 04.04.2022).
189. Уханова Н. С. Деструктивний вплив засобів масової інформації на суспільну і особистісну свідомість та поведінку молоді // Інформація і право. 2022. Вип. 1 (40). С. 89–96.
190. Факти VS Судження. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=CFxmZuBhAAA> (дата звернення: 17.01.2023).
191. Фейки як інструмент впливу на вибори: аналітична доповідь / НІСД; Центр безпекових досліджень; Школа політичної аналітики НАУКМА. Київ, 2020. URL: https://niss.gov.ua/sites/default/files/2020-01/fake_news_fin_full_clean.pdf (дата звернення: 07.11.2021).
192. Філоненко М. М. Психологія спілкування : навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2008. 224 с.
193. Фоля Ю. П. Індивідуально-психологічні прояви навіюваності як властивості особистості : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01; Південноукр. нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського. Одеса, 2010. 20 с.
194. Фонд Ахметова провів перший тренінг для майбутніх наставників дітей-сиріт. URL: <https://www.unian.ua/health/country/1482039-fond-ahmetova->

proviv-pershiy-treningdlya-maybutnih-nastavnikov-ditey-sirit.html (дата звернення: 17.12.2022).

195. Фрейд А. Психологія Я та захисні механізми. Київ: Педагогіка-Прес, 1993. 144 с.

196. Фурман А. В. Психодіагностика особистісної адаптованості. Тернопіль : Економічна думка, 2000. 197 с.

197. Хайрулін О. М. Інформаційно-психологічна безпека особистості в контексті мовної гри // Вісник Національного університету оборони України : зб. наук. пр. Київ : НУОУ, 2021. Вип. 1 (59). С. 189–208.

198. Хайрулін О. М. Психологічні аспекти мовної гри як засобу впливу на свідомість людини // Психологічні перспективи: видання Волинського нац. ун-ту ім. Л. Українки, 2021. № 37. С. 256–269.

199. Харченко О. В. Інформаційний стрес та його профілактика // Актуальні проблеми психології діяльності в особливих умовах: матеріали V Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Київ, 20–21 квіт. 2010 р.). Київ: НАУ-друк, 2010. С. 108–111.

200. Хессон Дж. Кишенькова книжка емоційного інтелекту: невеличкі вправи для інтуїтивного життя / пер. з англ. Є. Бондаренко. Харків : Ранок; Фабула, 2020. 176 с.

201. Хміляр О. Ф. Критичне та позитивне мислення офіцера // Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія: Психологія : зб. наук. праць. Острог : НаУОА, 2018. № 7. С. 72–76.

202. Хміляр О. Ф. Психологічна структура кодування, передачі і декодування повідомлень у системі «людина–людина» // Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія : Психологічні науки. 2014. Вип. 2 (13). С. 216–222.

203. Хміляр О. Ф. Психологія символічної регуляції дій і вчинків особистості : монографія. Київ : ТОВ «Контекст Україна», 2016. 380 с.

204. Хміляр О. Ф. Фейк – інформаційний маркер та регулятор поведінкової активності особистості військовослужбовця // Вісник

Національного університету оборони України : зб. наук. пр. Київ : НУОУ, 2021. Вип. 3 (61). С. 123–133.

205. Холод О. М. Комунікаційні технології. Київ: КиМУ, 2011. 212 с.

206. Цифрова грамотність населення України / Мін. цифрової трансформації України. URL: https://osvita.diia.gov.ua/uploads/0/2625-doslidzenna_2021_ukr.pdf (дата звернення: 22.02.2021).

207. Чепелева Н. В. Текст і читач: посібник. Житомир: ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 124 с.

208. Черепанов В. С. Експертні оцінки в педагогічних дослідженнях. Педагогіка, 1989. 152 с.

209. Череповська Н. І. Медіаперцептивна комунікація: ресурси перегляду візуальних медіатекстів // Наукові студії із соціальної та політичної психології. 2012. Вип. 30. С. 316–327.

210. Шапар В. Б. Психологічний тлумачний словник. Харків: Прапор, 2004. 640 с.

211. Швець Ф. Д. Методологія та організація наукових досліджень : навч. посіб. Рівне : НУВГП, 2016. 151 с.

212. Шебанова В. І. Проблематика механізмів психологічного захисту // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки. 2012. Вип. 37. С. 246–249.

213. Шерешкова І. І. Основні підходи до досліджень психологічного самозахисту особистості від негативного впливу комунікації // Науковий журнал «Габітус». Одеса : ВД «Гельветика», 2022. Вип. 26. С. 138–143.

214. Шерешкова І. І. Поняття «психологічний самозахист» в системі загальнонаукової універсалії «захист» // Вісник Національного університету оборони України : зб. наук. пр. Київ : НУОУ, 2020. Вип. 5 (58). С. 201–207.

215. Щедровицький Г. П. Методологічна організація системно-структурних досліджень і розробок // Психологія і суспільство. 2004. № 2. С. 30–49.

216. Яковенко С. І. Психологічна безпека працівників органів та підрозділів внутрішніх справ // Проблеми екстремальної та кризової психології. 2013. № 14 (1). С. 331–339.
217. Яценко Т. С. Психологічні основи групової психокорекції: навч. посіб. Київ: Либідь, 1996. 264 с.
218. Abdol Hossein Joodaki. The Ubiquitous Effect of Television and Dominant Surveillance in Ray Bradbury's Fahrenheit 451. Rupkatha Journal on Interdisciplinary Studies in Humanities. Volume VII, Number 3, 2015 General Issue., 181 p.
219. Adler Yu. P., Markova E. V., Granovsky Yu. V. (1976), Planning of experiment in search of optimal conditions, NAUKA. 279 p.
220. APA dictionary of psychology by Gary, R. VandenBos. (2008). First edition., 832 p.
221. Bacon F. Novum Organum. Translated by Michel Malherbe and Jean-Marie Pousseur. PUF, 1986. 352 p.
222. Bauman Zygmunt. The individualized society. John Wiley & Sons, 2013.
223. Cardoso G., Paquete de Oliveira Manuel J. Parauna Sociologia do Ciberspaco: comunidades virtuais em portuques. Oeiras, Portugal: Celta Editio, 1998. 473 p.
224. Crisis. URL: <https://crisis.in.ua/> (дата звернення: 27.08.2023).
225. Digital Education Action Plan (2021–2027) / European Commission. 2021. URL: https://ec.europa.eu/education/education-in-the-eu/digital-education-action-plan_en (дата звернення: 21.07.2022).
226. Eli Pariser. The Filter Bubble: What the Internet Is Hiding from You. UK : Penguin, 2011. 304 p.
227. Endler N., Parker J. Assessment of Multidimensional Coping Task, Emotion and avoidance Strategies // Psychological Assessment, 1994. Vol. I. P. 50–60.

228. Freud S. *Gesammelte Werke*. London: Imago Pub. Co, 1940, Bd. 1–3. P. 545–546.
229. Freud S. *The defense neuro-psychoses* / S. Freud; [the collected Papers: in 10 v.]. N.Y.: Collier Books, 1963. Vol. 2. P. 67–81.
230. Haan N. Proposed model of ego functioning: coping and defense mechanisms in relationship to IQ change // *J. of American Psychological Association*. Washington, 1963. Vol. 77. № 8. P. 1–22.
231. Habermas J. *Technik und Wissenschaft als «Ideologie»* (2nd ed.). Suhrkamp Verlag, 1968. 169 p.
232. Henry Gleitman. *Basic Psychology* / University of Pennsylvania. Chapter 11. Social Cognition and Emotion. Norton & Company. New York. London. 328 p.
233. Lazarus R. S., Cohen J.B. *Environmental stress in human behavior and the environment. Current theory and research*, edited by I. Altaian and J.F. Wohlwill: New York, Plenum, 1977.
234. Lazarus R. S., DeLongis A., Folkman S., Gruen R. *Stress and adaptational outcomes-the problem of confounded measures* // *American Psychologist*. New York. 1985. P. 770–779.
235. Linebarger Paul Myron Anthony. *Psychological warfare*. Good Press, 2019.
236. Marcuse H. *One-dimensional man: Studies in the ideology of advanced industrial society*, 1964. 454 p.
237. *Oxford English Dictionary*, second edition, edited by John Simpson and Edmund Weiner, Clarendon Press, 1989, twenty volumes. URL: <https://www.oed.com/?tl=true> (дата звернення: 17.07.2023).
238. Plutchik R. A general psychoevolutionary theory of emotions. In Plutchik R., Kellerman H. (Eds.) *Emotions: Theory, research and experience*: Vol.1. N.Y.: Academic Press, 1980. P. 3–33.

239. Plutchik R., Kellermann H., Conte H. R. A structural theory of ego defences and emotions. Isard C. E. (ed.) Emotions in personality and psychopathology. N. Y.: Plenum, 1979. P. 229–257.

240. Selye H. Stress without distress. Psychopathology of human adaptation. Boston, MA: Springer US, 1974. P. 137-146.

241. T. A. van Dijk, W. Kintsch. Strategies of Discourse Comprehension. N.-Y.: Academic Press, 1983. 418 p.

242. UaReview. URL: <https://uareview.com/> (дата звернення: 27.08.2023).

ДОДАТКИ

Додаток А

Список публікацій здобувача за темою дисертації

1. Шерешкова І.І. Поняття «психологічний самозахист» в системі загально-наукової універсалії «захист». Вісник Національного університету оборони України : зб. наук. пр. Київ : НУОУ, 2020. Вип. 5 (58). С.201–207.
2. Шерешкова І.І. Основні підходи досліджень психологічного самозахисту особистості від негативного впливу комунікації. Науковий журнал «Габітус». Одеса : ВД «Гельветика», 2022. Вип. 26. С.138–143.
3. Шерешкова І.І. Психолінгвістичне маніпулювання текстових повідомлень. Baltic Journal of Legal and Social Sciences. Riga, Latvia : «Baltija Publishing», 2021. № 3. С.183–192.
4. Шерешкова І.І. Атрибути тексту та закономірності його психологічного впливу на людину. Вісник Національного університету оборони України : зб. наук. пр. Київ : НУОУ, 2022. Вип. 1 (65). С.132–141.
5. Шерешкова І.І. Психоемоційний генезис ризиків ураження особистості негативним впливом медіаперцептивної комунікації. Науковий журнал «Журнал сучасної психології». Запоріжжя : ВД «Гельветика», 2022. Вип. 3 (26). С. 160–170.
6. Шерешкова І.І. Обґрунтування програми емпіричного дослідження особливостей психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Вісник Національного університету оборони України : зб. наук. пр. Київ : НУОУ, 2023. Вип. 3 (73). С. 174–185.
7. Шерешкова І.І. Структурно-функціональна модель розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Наукові праці МАУП. Психологія. Київ : МАУП, 2023. Вип. 2 (58). С. 51–56.
8. Шерешкова І.І. Організація психологічного самозахисту військовослужбовців від негативного інформаційно-психологічного впливу противника. Психологія управління військами : підручник. 2-ге вид., перероб. та допов. / за заг. ред. Стасюка В.В. Київ : НУОУ, 2023. С. 537–545.
9. Шерешкова І.І. Аналіз та інтерпретація результатів апробації програми розвитку у військовослужбовців Збройних Сил України психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Вісник Національного університету оборони України : зб. наук. пр. Київ : НУОУ, 2023. Вип. 5 (58). С.180–193.
10. Шерешкова І.І. Медіаперцептивна комунікація як джерело впливів на свідомість військовослужбовця. Забезпечення інформаційної безпеки держави у воєнній сфері: проблеми та шляхи їх вирішення : матеріали наук.-практ. конференції (м. Київ, 26 листоп. 2020 р.). Київ: НУОУ, 2020. С. 192–195.
11. Шерешкова І.І. Актуальність проблематики самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Військова освіта і наука: сьогодення та майбутнє : матеріали XVI Міжнародної наук.-практ. конф. (м. Київ, 27 листоп. 2020 р.). Київ : ВІКНУ, 2020. С. 185–186.
12. Шерешкова І.І. Медіаперцептивна комунікація як атрибут функціонування сучасних мас-медіа та впливу на військовослужбовців Збройних Сил України. Сучасні педагогіка та психологія: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень : матеріали міжнародної наук.-практ. конференції (м. Київ, 9–10 лип. 2021 р.). Київ: «Київська наукова організація педагогіки та психології», 2021. С. 140–143.
13. Шерешкова І.І. Психологічна характеристика чинників негативного впливу сучасних мас-медіа на особистість військовослужбовця. Педагогіка і психологія сьогодення:

теорія та практика : зб. наук. робіт міжнародної наук.-практ. конф. (м. Одеса, 21–22 січ. 2022 р.,). Одеса: ГО «Південна фундація педагогіки», 2022. С. 56–59.

14. Шерешкова І.І. Емоційні ризики ураження особистості негативним впливом медіаперцептивної комунікації. Роль психології та педагогіки в духовному розвитку сучасного суспільства : зб. міжнародної наук. конф. (м. Рига, Латвійська Республіка, 30–31 лип. 2022 року). Рига, 2022. С. 333–336.

15. Шерешкова І. І., Хайрулін О. М. Негативний вплив інформації на особистість як об'єкт трансдисциплінарної наукової інтеграції. Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі : зб. матеріалів IV Всеукраїнської наук.-практ. конф. (м. Запоріжжя, 2 листоп. 2022 р.) / редкол.: В.Л. Погребна, В.В. Кузьмін, Н.В. Островська, Т.О. Бородулькіна та ін. Запоріжжя. НУ «Запорізька політехніка», 2022. С. 295–300.

16. Шерешкова І.І. Чинники інформаційного стресу у військовому середовищі. Міжкультурна комунікація в контексті глобалізаційного діалогу: стратегії розвитку : зб. матеріалів II Міжнародної наук.-практ. конференції (м. Одеса, 25–26 листоп. 2022 р.,). Liha-Pres, 2022. С. 289–292.

17. Шерешкова І.І. Особливості психологічного самозахисту військовослужбовців ЗС України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Організація морально-психологічного забезпечення у Збройних Силах України в ході активної фази російсько-української війни: досвід та актуальні проблеми : матеріали наук.-практ. семінару (м. Київ, 23 груд. 2022 р.). К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2022. С. 64–69.

18. Шерешкова І.І. Потенціал соціальних комунікацій для здійснення інформаційно-психологічних операцій. Інформаційне суспільство: технологічні, економічні та технічні аспекти становлення : матеріали Міжнародної наук. інтернет-конф. (м. Тернопіль, Україна – м. Переворськ, Польща, 6-7 лют. 2023 р.). ГО «Наукова спільнота»; WSSG w Przeworsku. Тернопіль : ФОП Шпак В.Б., 2023. Вип. 74. С. 79–84.

19. Шерешкова І.І. Меми як ресурс життєстійкості українців. Код щастя українців: соціально-психологічні ресурси життєстійкості: матеріали Третього міжнародного наук.-практ. Workshop (м. Київ, 28 квіт. 2023 р.). Київ : КНУКМ, 2023. С. 25–26.

20. Шерешкова І.І. Методологічні підходи дослідження психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Світ наукових досліджень : матеріали Міжнародної мультидисциплінарної наук. інтернет-конф. (м. Тернопіль, Україна – м. Переворськ, Польща, 23-24 трав. 2023 р.). ГО «Наукова спільнота»; WSSG w Przeworsku. Тернопіль: ФО-П Шпак В.Б. Вип. 19. С.94–98.

21. Шерешкова І.І. Розвиток психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Стратегічні комунікації у сфері забезпечення національної безпеки та оборони: проблеми, досвід, перспективи : IV міжнар. наук.-практ. конф. (м. Київ, 27 верес. 2023 р.). Київ : НУОУ, 2023. С. 227–231.

22. Шерешкова І.І. Діагностика психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації за допомогою авторської анкети. Сімдесят восьмі економіко-правові дискусії. Соціальні та гуманітарні науки: матеріали Міжнародної мультидисциплінарної наук. інтернет-конф., (м. Львів, Україна – м. Ополь, Польща, 28-29 верес. 2023 р.). ГО «Наукова спільнота»; WSZIA w Opolu. Львів : ФОП Шпак В.Б. С. 149–158.

Додаток Б
Діагональна матриця взаємних рекомендацій експертів

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	Заг.бал	Рейтинг
1	-	-	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	22	26
2	1	1	-	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	27	13
3	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	28	5
4	1	1	1	1	-	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	23	23
5	1	1	1	1	1	-	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	26	14
6	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	23	22
7	1	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	29	4
8	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	28	6
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	22	25
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	28	7
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	27	12
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	28	8
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	27	11
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	26	15
15	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	-	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	18	31
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	29	3
17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	-	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	24	21
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	25	20
19	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	-	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	21	27
20	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	-	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	20	28
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	28	9
22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	-	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	25	19
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	0	0	1	0	1	1	1	1	29	2

24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	-	1	1	0	0	1	0	0	1	26	16	
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	-	1	0	1	0	1	0	0	25	18	
26	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	-	1	0	1	1	1	1	29	1	
27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	-	1	0	0	0	0	26	17	
28	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	-	0	1	0	0	16	32	
29	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	-	1	1	0	22	24	
30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	-	0	0	28	10	
31	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	-	0	19	30
32	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	-	16	33	
33	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	19	29	

Додаток В

Лист експертного оцінювання з виявлення рівня значущості психологічних властивостей – складових структури психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу інформації

Експертна анкета

Шановний експерте! Враховуючи Ваш досвід служби (роботи) на посадах, пов'язаних з інформаційно-пропагандистським забезпеченням та ідеологічною роботою, інформаційною безпекою, журналістикою і стратегічними комунікаціями, просимо визначити рівень значущості психологічних властивостей – складових структури психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України від негативного впливу інформації.

Уважно ознайомтеся з наведеними нижче психологічними властивостями особистості й оцініть за 10-бальною шкалою (1 – найнижчий бал, 10 – найвищий) ступінь значущості кожної з них для психологічного самозахисту від негативного впливу інформації.

Якщо у вказаному списку не вказані психологічні властивості, які, на Вашу думку є важливими, можете зазначити їх окремо.

№ п/п	Показники психологічного самозахисту	Бали
1	Вміння аналізувати інформацію критично, раціонально, неупереджено, спираючись на факти (критичне й аналітичне мислення)	
2	Здатність тривалий час утримувати увагу, незважаючи на втому від інформаційного контенту	
3	Розвиненість властивостей уваги (наприклад, тривала зосередженість, швидке переключення)	
4	Здатність порівнювати факти, знаходити причинно-наслідкові зв'язки між явищами та робити самостійні висновки	
5	Здатність продуктивно логічно мислити, високий інтелектуальний потенціал	
6.	Вміння мислити креативно, творчо та нешаблонно	
7	Мотивація до отримання перевіреної достовірної інформації	
8	Спрямованість на саморозвиток	
9	Розуміння своїх і чужих емоцій та управління ними	
10	Емоційне реагування та підвищена чутливість до значущих інформаційних подразників	
11	Адекватне сприйняття специфіки військової служби (розуміння спрямованості негативного інформаційного впливу)	
12	Вміння контролювати власну емоційну запальність і стримувати негативні емоційні прояви	
13	Розуміння власних уразливостей у сприйнятті й аналізі інформації	
14	Здатність тривало зберігати високу активність	
15	Потреба перебувати в інформаційному просторі та контролювати перебіг подій	
16	Уміння управляти своїм психоемоційним станом і свідомо регуляція поведінки задля подолання негативного інформаційного впливу	
17	Стресостійкість (здатність опиратися, несприйнятливість будь-яких чинників зовнішнього впливу)	

18	Довірливість до неперевіреної інформації, схильність до навіювання	
19	Здатність виконувати функціональні обов'язки в умовах нестачі інформації	
20	Комунікабельність (товариськість)	
21	Адекватна самооцінка	
22	Розуміння власних можливостей у подоланні наслідків негативного інформаційного впливу	
23	Ваш варіант 1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____ 5. _____	

Додаток Г

Характеристика кореляційних зв'язків між психологічними захистами та індивідуально-психологічними якостями

	критичне мислення	аналітичне мислення	рівень інтелекту	емоційна запальність	емоційна збудливість/ врівноваженість	Візуальний тип	Аудіальний тип	Кінестетичний тип	планування саморегуляція	моделювання	оцінки результатів	гнучкості	самостійності	саморегуляція поведінки (загальний рівень)	емоційний компонент навіюваності	захисно-регулятивний	когнітивний компонент	поведінковий компонент	навіюваність (загальний рівень)
REGR factor score 1: Заміщення, Придушення, Проекція та Реактивні утворення				-,248**		-182**					-,238**		,170*		-,195**	-,220**	-,168*	-,281**	-,247**
REGR factor score 2: Проекція, Інтелектуалізація та Компенсація	,136*	,309**	,125*				-,138*		,168*	,211**				,256**	-,169*	-,159*	-,128*	-,210**	-,192**
REGR factor score 3: Заперечення, Регресія та Від'ємна компенсація		-,163*	-,258*		,134*							-,131*				,127*		,194**	

Примітка: *Кореляція значуща при $p \leq 0,05$; **Кореляція значуща при $p \leq 0,01$.

Додаток Д

**Анкета «Рівень розвиненості психологічного самозахисту військовослужбовця
Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації»**

Інструкція. Перед Вами анкета, що містить різноманітні запитання і п'ять варіантів відповідей на них. Ваше завдання – відповісти на кожне запитання, обираючи один із запропонованих варіантів відповіді:

так;
швидше так, ніж ні;
вадждко сказати;
швидше ні, ніж так;
ні.

Графі, що відповідає Вашому вибору поставите хрестик. Далі таким же чином дайте відповіді на решту запитань, кожного разу обдумуючи, яка з п'яти відповідей найбільш слушна для Вас. Намагайтеся не роздумувати над відповідями довго, відповідь, що прийшла у голову першою, найчастіше правильна. Оскільки в різні періоди життя Ви, можливо, відповідали б на те саме запитання по-різному, відповідайте з огляду на те, що характерно для Вас зараз, в цей час.

Наше дослідження ґрунтується на Вашій щирості!

№ п/п	Запитання	Так	Швидше так, ніж ні	Важко сказати	Швидше ні, ніж так	Ні
1	Я без вагань можу визначити, чи є людина експертом у якійсь сфері					
2	Я відразу можу визначити хід думки в інформаційному повідомленні					
3	Я без проблем можу виокремити ключові моменти в інформаційному матеріалі					
4	Коли я щось коментую, то легко аргументую свою позицію, компоную факти в потрібній послідовності					
5	Я відразу виявляю неприпустимі методи, використані для переконання					
6	Я можу легко оцінити факти, що підтверджують якусь думку					
7	Зазвичай я уважний до дрібних деталей в інформаційному повідомленні					
8	Я завжди цікавлюся різними позиціями в інформаційних джерелах					
9	Якщо мені не вистачає інформації, я завжди користуюся додатковими матеріалами					
10	Я знаю, як перевірити інформацію, яка видається мені сумнівною					
11	Я простежую закономірності і тенденції у висвітленні подій засобами масової інформації					
12	Я здатний оцінити джерело інформації стосовно його надійності і достовірності					
13	Мені зрозуміло, що інформацію можна по-різному тлумачити					
14	Я знаю, чому мені подобаються чи не подобаються певні інформаційні повідомлення					
15	Я розумію справжню мету повідомлень у ЗМІ					
16	Я завжди повністю розумію зміст повідомлень ЗМІ					
17	Я можу відрізнити факти від суджень в інформаційному повідомленні					

18	Я можу проаналізувати структуру аргументації в інформаційному повідомленні					
19	Я можу відрізнити описовий матеріал від аналітичного					
20	Я завжди формулюю власний висновок на основі отриманої з повідомлення інформації					
21	Мені подобається висвітлювати особисте життя у соціальних мережах					
22	Я легко заряджаюся настроєм емоційного повідомлення					
23	Я відстоюю свою думку, навіть будучи в меншості					
24	Реклама впливає на мій вибір у купівлі товарів					
25	Зворушлива інформація може викликати у мене сльози					
26	Реклама апетитної їжі викликає у мене бажання скуштувати чи приготувати її					
27	Перш ніж кудись піти чи щось купити, я спершу читаю відгуки відвідувачів чи користувачів					
28	Для мене дуже важлива думка авторитетної особи					
29	Інформаційне повідомлення може спонукати мене до якихось дій					
30	Траплялося, що я купував непотрібний товар тому, що він мав привабливий вигляд.					
31	Більшість інформаційних повідомлень викликають у мене недовіру					
32	Я реаую на контекстну рекламу					
33	Інформаційне повідомлення може переконати мене змінити свою думку					
34	Я добре знаю, що дивитися або читати, щоб поліпшити собі настрій					
35	Я добре розумію, чому мені подобаються чи не подобаються певні інформаційні повідомлення					
36	Трапляється, що я не розумію, чому у мене виникають певні почуття під час читання інформаційного повідомлення					
37	Я відчуваю зміну свого емоційного стану після споживання різної інформації					
38	Я відчуваю, коли мас-медіа чинять негативний інформаційно-психологічний вплив на мене					
39	Трапляється, що інформаційне повідомлення викликає у мене почуття, які я не можу точно визначити					
40	Я знаю, як заспокоїтися, якщо інформаційне повідомлення мене розлютило					
41	Трапляється, що висловлювання у ЗМІ (по телебаченню, радіо, в Інтернеті, газетах тощо) мене обурюють, ображають, дратують					
42	Якщо мене роздратувало інформаційне повідомлення, я швидко заспокоююся					
43	Я завжди спокійно реаую на критику, навіть якщо вважаю її несправедливою.					
44	Я завжди відповідаю у коментарях, коли мені несправедливо дорікають					
45	Траплялося, що я сприймав/ла інформацію, що невдовзі було спростовано як неправдиву.					

46	Траплялося, що я поширював/ла інформацію, яку невдовзі було спростовано як неправдиву					
47	Траплялося, що я визначаю правдивість інформаційного повідомлення інтуїтивно, за відчуттями					
48	Образи у соцмережах чи гнівні коментарі підписників я приймаю близько до серця					
49	Трапляється, що я говорю, коментую те, на чому не розуміюся					
50	Мені колись снилося те, про що я читав/дивився					
51	Я розумію душевний стан людей з інформаційних повідомлень чи дописів у соцмережах					
52	Я роблю незаплановані покупки					
53	Інформація впливає на моє ставлення до майбутнього: то вибудовую райдужні плани, то майбутнє здається мені похмурим					
54	У разі великого обсягу інформації неминуче страждає якість сприйняття					
55	Трапляється, що наполягаю на своєму, навіть коли не впевнений у правильності своїх думок					
56	Перш ніж сформулювати думку про інформаційне повідомлення, намагаюся уявити собі способи висвітлення різних точок зору					
57	Перш ніж читати інформаційний матеріал, мені необхідно зібрати докладну інформацію про кого або що йтиме мова					
58	Якщо я маю свою думку, то мене мало хвилює протилежна думка, висвітлена в інформаційному повідомленні					
59	Моє сприйняття повідомлення залежить від його оформлення					
60	Колір, використаний в інформаційних повідомленнях, впливає на моє сприйняття					
61	Шрифт, яким оформлене інформаційне повідомлення, впливає на моє сприйняття					
62	Фотографії та зображення впливають на сприйняття мною інформації					
63	Результати соціологічних досліджень впливають на сприйняття мною інформації					
64	На моє сприйняття інформаційного повідомлення впливає, коли певні тези акцентовані, виокремлені автором.					
65	Я вважаю, що за допомогою інформації можна підмінювати реальну дійсність у свідомості людей					
66	Я вважаю, що сучасний інформаційний простір характеризується підвищеною маніпулятивністю					
67	Я знаю, що потрібно перевіряти правдивість новин з джерел, до яких я час від часу звертаюся					
68	Я потребую удосконалення знань про самозахист від негативного інформаційно-психологічного впливу					
69	Я вважаю достатнім власний рівень цифрової грамотності (вміння використовувати гаджети, різноманітні програми і додатки).					
70	Я знаю, що інформаційний вплив може позначатися на здоров'ї					

71	Я знаю, що інформаційний вплив може впливати на поведінку людини					
72	Я знаю, кому належать більшість ЗМІ в Україні					
73	Я маю підбірку джерел інформації, які вважаю надійними					
74	Я впевнено можу визначити термін «кліпове мислення»					
75	Я впевнено можу визначити термін «медіаперцептивна комунікація»					
76	Я впевнено можу визначити термін «мовне маніпулювання»					
77	Я знаю ознаки маніпулювання в інформаційних повідомленнях, що пов'язані із закономірностями мислення					
78	Я вмію знаходити першоджерело інформаційних повідомлень					
79	Я дбаю про свій психологічний стан, коли споживаю інформацію					
80	Я вмію перевіряти правдивість новин з джерел, до яких я час від часу звертаюся					
81	Я потребую поліпшення умінь із самозахисту від негативного інформаційно-психологічного впливу					
82	Я вмію перевіряти зображення на достовірність онлайн-інструментами для перевірки контенту					
83	Я впевнений у власних уміннях з визначення достовірності інформації					
84	Я володію достатніми навичками психологічного самозахисту від негативного інформаційно-психологічного впливу					
85	Я постійно перевіряю правдивість новин з джерел, до яких я час від часу звертаюся.					
86	Я впевнений у власній здатності викривати замовні матеріали у ЗМІ (так звану джінсу).					
87	Мені траплялися випадки маніпулювання інформацією та фейки про військовослужбовців і діяльність Збройних Сил України					
88	Я вважаю, що військовослужбовцям Збройних Сил України потрібно вчитися правильно споживати інформацію					
89	Мій емоційний стан погіршується, коли я стаю свідком маніпулювання, фейків, дезінформації або замовних негативних матеріалів про військових чи діяльність ЗС України					
90	Я вважаю, що інформаційний вплив може зірвати виконання завдання за призначенням					
91	Я впевнено можу стверджувати, що розумію концепцію гібридної війни та її інформаційну складову					
92	Я отримую інформацію про військовослужбовців та діяльність Збройних Сил України переважно з офіційних сторінок військового командування та військових ЗМІ					
93	Я довіряю інформації про військовослужбовців та діяльність Збройних Сил України, що отриманій з офіційних сторінок військового командування та військових ЗМІ					

94	Я без вагань можу виявити, чи є людина експертом у військовій сфері					
95	Я вважаю за необхідне інформувати військовослужбовців про суспільно-політичні та військові події під час службової діяльності					

Ключ до анкети:

1	3	2	0	1	0	33	3	2	0	1	0	65	3	2	0	1	0
2	3	2	0	1	0	34	3	2	0	1	0	66	3	2	0	1	0
3	0	1	0	2	3	35	3	2	0	1	0	67	3	2	0	1	0
4	3	2	0	1	0	36	3	2	0	1	0	68	3	2	0	1	0
5	0	1	0	2	3	37	3	2	0	1	0	69	0	1	0	2	3
6	0	1	0	2	3	38	3	2	0	1	0	70	3	2	0	1	0
7	3	2	0	1	0	39	0	1	0	2	3	71	3	2	0	1	0
8	3	2	0	1	0	40	0	1	0	2	3	72	3	2	0	1	0
9	3	2	0	1	0	41	0	1	0	2	3	73	3	2	0	1	0
10	3	2	0	1	0	42	0	1	0	2	3	74	3	2	0	1	0
11	0	1	0	2	3	43	0	1	0	2	3	75	3	2	0	1	0
12	0	1	0	2	3	44	0	1	0	2	3	76	3	2	0	1	0
13	0	1	0	2	3	45	0	1	0	2	3	77	3	2	0	1	0
14	0	1	0	2	3	46	0	1	0	2	3	78	3	2	0	1	0
15	0	1	0	2	3	47	3	2	0	1	0	79	3	2	0	1	0
16	0	1	0	2	3	48	0	1	0	2	3	80	3	2	0	1	0
17	0	1	0	2	3	49	0	1	0	2	3	81	3	2	0	1	0
18	3	2	0	1	0	50	0	1	0	2	3	82	3	2	0	1	0
19	3	2	0	1	0	51	0	1	0	2	3	83	3	2	0	1	0
20	3	2	0	1	0	52	0	1	0	2	3	84	0	1	0	2	3
21	3	2	0	1	0	53	0	1	0	2	3	85	3	2	0	1	0
22	3	2	0	1	0	54	0	1	0	2	3	86	3	2	0	1	0
23	3	2	0	1	0	55	3	2	0	1	0	87	3	2	0	1	0
24	3	2	0	1	0	56	0	1	0	2	3	88	3	2	0	1	0
25	3	2	0	1	0	57	0	1	0	2	3	89	3	2	0	1	0
26	3	2	0	1	0	58	0	1	0	2	3	90	3	2	0	1	0
27	3	2	0	1	0	59	0	1	0	2	3	91	3	2	0	1	0
28	3	2	0	1	0	60	3	2	0	1	0	92	3	2	0	1	0
29	3	2	0	1	0	61	0	1	0	2	3	93	3	2	0	1	0
30	3	2	0	1	0	62	3	2	0	1	0	94	3	2	0	1	0
31	3	2	0	1	0	63	3	2	0	1	0	95	3	2	0	1	0
32	3	2	0	1	0	64	0	1	0	2	3						

Рівні розвиненості психологічного самозахисту військовослужбовця Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації:	
Високий	240-285
Вищий за середній	200-240
Середній	160-200
Нищий за середній	120-160
Низький	0-120

Додаток Е
Структура програми розвитку психологічного самозахисту військовослужбовців
Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації
«Слово – теж зброя!»

Основні частини програми	Кількість годин
Вступна частина тренінгової програми <i>Вправи: «Знайомство. Поділися інформацією», «Чутки», «Дерево самооцінювання», «Очікування», «Актуальність», «Правила», криголам «Десять спільностей», мультимедійна презентація «Мета і завдання тренінгу»</i>	2
КОГНІТИВНО-РЕФЛЕКСИВНИЙ БЛОК	
Тренінгове заняття 1 «Когнітивне сприйняття медіаперцептивної комунікації» <i>Мультимедійна презентація, Вправи «Мої асоціації», «Як сформулювати вагомий аргумент», «Ефективний аргумент», «Вітрувіанська людина», «Віртуальні граблі», «Спеціальні медіатехнології для військовослужбовців», перегляд відеоролика «Критичне мислення та медіаграмотність», групові дискусії, мозкові штурми</i>	4
Тренінгове заняття 2 «Сутність і зміст негативного психологічного впливу медіаперцептивної комунікації на військовослужбовця Збройних Сил України» <i>Мультимедійна презентація, Вправи: «Факт – судження», «Я маніпулятор», «Не маніпулювання», «Квітка мого психологічного самозахисту», аналітична робота «Мій досвід», групові дискусії, мозкові штурми</i>	4
ПЕРЦЕПТИВНО-ЕМОЦІЙНИЙ БЛОК	
Тренінгове заняття 3 «Психоемоційні ризики ураження особистості негативним впливом медіаперцептивної комунікації» <i>Мультимедійна презентація, Вправи: «Детектив», «Небезпека», «Емоційний заголовок», групове обговорення</i>	4
Тренінгове заняття 4 «Емоційна врівноваженість та емоційний інтелект як запобіжники негативного впливу медіаперцептивної комунікації» <i>Мультимедійна презентація, Вправи: «Вгадай емоцію», «Колесо емоцій», «Фактчекінгові організації», «Заголовки», групові дискусії, мозкові штурми</i>	4
ПОВЕДІНКОВО-РЕГУЛЯТИВНИЙ БЛОК	
Тренінгове заняття 5 «Критерії перевірки медіаперцептивної комунікації» <i>Мультимедійна презентація, Вправи: «Сайт-сміттярка», «Поширювати чи не поширювати», «Створюємо повідомлення за журналістськими стандартами», «Джинса – прихована реклама», «Купуємо медіа», гра «Білий шум», групові дискусії, мозкові штурми</i>	4
Тренінгове заняття 6 «Продуктивні механізми психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації» <i>Мультимедійна презентація, онлайн-гра «Медіаграмотна місія», онлайн-квест «Маніпулятор», Вправи: «Алгоритм психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації», групове обговорення, домашнє завдання</i>	4
Заклучна частина тренінгових занять (АПД тренінгу) <i>Вправа «Оцінювання тренінгу»</i>	4
Загальна кількість годин	30

Додаток Ж

Зміст програми розвитку у військовослужбовців Збройних Сил України психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації «Слово – теж зброя!»

Вступ до тренінгу

Вправа «Знайомство. Поділися інформацією»

Мета: познайомити учасників між собою, тренувати вміння запам'ятовувати інформацію.

Хід вправи. На фліпчарті зображена «всесвітня мережа» (павутиння). Учасникам пропонуються написати на стікері рису характеру (таку, що подобається в собі, позитивну), яка починається на першу літеру їх імен. Після цього кожен з учасників виходить і наклеює свій стікер з «рисом характеру» на фліпчарт та розповідає про себе: моя буква ..., мені притаманна... риса характеру, мене звати..., я родом з..., я захоплююся...»).

Криголам: «Десять спільностей»

Мета: усунути комунікативний бар'єр, створити атмосферу довіри, оцінити емоційний стан учасників тренінгу, представити учасників один одному в позитивному, оптимістичному ключі, щоб підкреслити цінність кожного з них для групи.

Хід вправи. Тренер пояснює, що вправа спрямована на пошук спільностей між учасниками (рис характеру, професійних навичок, кар'єрних щаблів, освітніх здобутків, складу сім'ї, домашніх улюбленців, хоббі тощо). Учасники діляться на пари. Кожна пара отримує аркуш паперу та ручку. Після сигналу про старт всі пари мають 15 хв, щоб знайти десять спільностей. Далі кожна пара розповідає групі, що у них спільного.

Вправа «Чутки»

Мета: усунути комунікативний бар'єр, підготувати учасників до тематики тренінгу.

Хід вправи. Учасники тренінгу озвучують, що вони чули раніше із заявленої теми тренінгу (наприклад: «Я чув про маніпулювання...», «Я чув, що інформаційно-психологічний вплив ...», «Я чув про фейки...»).

Вправа «Дерево самооцінювання»

Мета: налаштувати учасників до тематики тренінгу та самооцінювання власного рівня знань з тематики тренінгу.

Хід вправи. Учасникам пропонують написати на кольорових стікерах свої очікування від тренінгової програми та прикріпити їх на дерево за таким принципом:

коріння (щось чув про інформаційну безпеку та негативний вплив комунікації, але ніколи не зіштовхувався з таким);

стовбур (знаю про безпеку, але не можу себе захистити);

крона (листя) (знаю про безпеку та вмію захистити себе від таких загроз).

Вправа «Очікування»

Мета: визначити кожному учаснику власні очікування від участі у тренінгу.

Хід виконання. Учасники тренінгу висловлюють свої очікування від тренінгу («Я очікую від тренінгу...», «Я хочу отримати від проходження цього тренінгу...», «Я хотів би дізнатися про...», «Мені було б цікаво...»).

Вправа «Актуальність»

Мета: активізувати групу, налаштувати учасників на роботу, актуалізувати проблематику тренінгової програми.

Хід виконання. Учасники діляться на 3 групи. Кожна група отримує аркуш для фліпчарта, на якому вони пишуть по п'ять причин актуальності теми тренінгу саме для

військовослужбовців Збройних Сил України. Потім група визначає представника, який озвучуватиме результати обговорення всім учасникам тренінгу. Після завершення відбувається колективне обговорення, а тренер модерує загальний висновок про актуальність теми тренінгу.

Вправа «Правила»

Мета: встановити принципи роботи під час тренінгу і створити сприятливу для засвоєння знань атмосферу, провести групове обговорення правил роботи, міжособистісної взаємодії та порядку вирішення організаційних питань.

Хід вправи. Тренер пропонує варіанти правил, а учасники за них голосують:

толерантність;

регламент;

ніколи не кажи за спиною;

вільне висловлювання;

позитивний настрій на роботу;

активність;

контроль за часом (вчасний прихід, можливості надання висловитися іншим);

організованість комунікації (говори тільки за себе, не перебивай інших);

не залишаємо не з'ясованих питань;

відключення мобільних телефонів (або увімкнення беззвучного режиму);

чуйність до себе та інших учасників (повага до думки інших).

Групове обговорення: визначення правил роботи у групі, міжособистісної взаємодії, порядку вирішення організаційних питань.

Мультимедійна презентація «Мета і завдання тренінгу»

Мета: ознайомити учасників з метою, завданнями, структурою тренінгових занять та організаційними формами їх проведення.

Підведення підсумків.

КОГНІТИВНО-РЕФЛЕКСИВНИЙ БЛОК

Тренінгове заняття 1 «Когнітивне сприйняття медіаперцептивної комунікації»

Вступ до тренінгового заняття: «Вивчення очікувань, оголошення мети, завдань, порядку організації заняття».

Метод незавершених речень (для подальшого обговорення у тренінгових групах): «Медіаперцептивна комунікація – це...», «Я розумію медіаперцептивну комунікацію як ...», «Медіаперцептивна комунікація може бути небезпечна...».

Вправа «Мої асоціації з поняттям «негативний вплив медіаперцептивної комунікації»

Мета: визначити рівень знань учасників про медіаперцептивну комунікацію та ризики для психологічного благополуччя особистості, пов'язані з нею, створити основу для глибшого змісту роботи й дискусій.

Хід роботи. Обов'язково потрібно залучати усіх учасників тренінгу. Їм дають завдання по черзі розповісти, з чим асоціюються в них поняття «медіаперцептивна комунікація» та «негативний вплив медіаперцептивної комунікації». Вправу можна проводити за двома варіантами – усно або письмово (учасники по колу висловлюють одну-дві асоціації, які викликають ці поняття, або записують їх на аркуші паперу). Після цього всі запропоновані асоціації обговорюють.

Мозковий штурм «Основні характеристики медіаперцептивної комунікації та можливий її негативний вплив».

Міні-лекція (мультимедійна презентація) «Критичне та аналітичне мислення як основа психологічного самозахисту військовослужбовця Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації».

Основою для міні-лекцій, зазначених у змісті програми, стали теоретичні матеріали, використані у розділі 1 нашого дослідження. Через значний обсяг лекційного матеріалу і недоцільність його викладення у змісті програми, цю форму заняття буде лише загально охарактеризовано.

Групова дискусія «Ознаки негативного впливу медіаперцептивної комунікації».

Вправа «Як побудувати вагомий аргумент».

Мета: опрацювати загальні принципи комунікації, розвинути вміння активно слухати, тренувати навички наведення аргументів.

Хід вправи. Тренер пропонує учасникам проголосувати щодо запитання: «Що може зробити доводи будь-якої людини максимально переконливими?», для чого вибрати серед запропонованих критеріїв не більш ніж три:

- конкретні факти;
- закони, інші нормативно-правові акти й інструкції;
- посилання на думки авторитетних фахівців, експертів;
- опертя на суспільні цінності;
- статистичні дані;
- життєві приклади;
- яскраві порівняння;
- історичні аналогії;
- результати експериментальних досліджень.

Тренер фіксує відповіді на фліпчарті, після чого відбувається групове обговорення результатів.

Вправа «Ефективний аргумент»

Мета: навчити учасників добирати переконливі та обґрунтовані аргументи (докази) за тематикою тренінгової програми.

Хід виконання. У вступній частині вправи тренер пояснює, що вагомий аргумент – це аргумент ефективний, який впливає на розмовника та переконує його.

Будь-яке доведення в комунікації складається з тези, аргументів і демонстрування (способів доведення).

Теза – це думка, істинність якої треба довести; аргументи – думки, істинність яких уже доведено чи перевірено; твердження, за допомогою яких комунікатор обґрунтовує тезу; демонстрування (спосіб доведення) – форма логічного зв'язку між аргументами й тезою, що має переконливо показати (продемонструвати), що тезу доведено аргументами, тому вона істинна.

Щоб збільшити вплив на аудиторію, переконати її, надихнути, спонукати до дії, треба знати такі загальні правила аргументації:

- способи обґрунтування вибирають з урахуванням рівня підготовленості аудиторії;
- як аргументи використовують судження, істинність яких доведено незалежно від тези;
- джерела аргументів мають бути відомими і достовірними;
- аргументи не мають суперечити один одному;
- застосовують аргументацію коректну щодо слухачів;

обґрунтування підсилюють аудіовізуальними матеріалами (таблицями, схемами, слайдами та ін.);

бажано використовувати не тільки офіційні цифри (статистику), факти, а й особистий досвід, думки авторитетних людей, у тому числі присутніх в аудиторії;

не зловживати іншомовними термінами, які ускладнюють сприйняття.

Вагомі аргументи можна вибудувати на потребах людей:

фізичні (зберігати життя і здоров'я, безпеку, комфорт...);

соціальні (належати до групи, мати авторитет, чинити правильно, так, як прийнято в суспільстві...);

економічні (мати гроші, повернути витрачене).

Наприклад:

«Займайтеся спортом, і ви на довгі роки збережете здоров'я!»;

«Займатися спортом, вести здоровий спосіб життя – це модно сьогодні!»;

«Усі люди, що досягли високого становища в суспільстві, активно займаються спортом».

Під час основної частини вправи учасники об'єднуються у 4 групи (дві групи – твердження *а*, дві групи – твердження *б*) із завданням сформулювати свою позицію щодо однієї із запропонованих тем та обґрунтувати її, використовуючи різну аргументацію:

а) самозахист від негативного впливу інформації – завдання кожного військовослужбовця;

б) інформація – потужна зброя сьогодення.

Заключною частиною вправи є групова презентація, коли тренер разом з іншими групами фіксує способи вибудовування аргументів, їх кількість та переконливість. Після презентацій усіма групами у загальному колі обговорюють, які аргументи і чому були найсильнішими.

Вправа «Вітрувіанська людина»

Мета: навчити учасників вибудовувати сильні та обґрунтовані аргументи та бачити «хибні»

Хід вправи. Тренер пропонує учасникам розглянути знаменитий малюнок «Вітрувіанська людина» [107], що супроводжується пояснювальними написами, який виконав Леонардо да Вінчі приблизно 1490 року і помістив в одному зі своїх журналів. На малюнку зображено фігуру оголеного чоловіка у двох накладених одна на одну позиціях: з розведеними у сторони руками і ногами, вписану в коло; з розведеними руками та зведеними разом ногами, вписану у квадрат. Малюнок і пояснення до нього іноді називають канонічними пропорціями).

Тренер звертає увагу на те, що малюнок часто використовують як неявний символ внутрішньої симетрії людського тіла і Всесвіту загалом, а також наводить цитату Платона: «Будь-яка промова має бути складена, наче жива істота, в неї повинні бути тіло з головою і ногами, при цьому тулуб і кінцівки мають відповідати одне одному і цілому водночас» [90, с. 51].

Групове обговорення. Як, на думку учасників, пов'язані між собою малюнок Леонардо да Вінчі, вислів Платона та попередні вправи? У чому важливість побудови сильної аргументації інформаційного повідомлення? Що важливіше: вибудовувати сильні аргументи чи бачити «хибні»? Як навички із побудови сильної аргументації стануть корисними для учасників у службовій та позаслужбовій діяльності?

Мозковий штурм «Я в онлайні»

Мета: проаналізувати онлайн-діяльність учасників тренінгу, охарактеризувати потреби, які задовольняє притаманна їм діяльність в мережі «Інтернет».

Хід вправи. Тренер пропонує учасникам з'ясувати особливості діяльності, яку вони провадять перебуваючи онлайн в мережі «Інтернет», та обрати найпопулярнішу, якій присвячують найбільшу кількість часу. Потім кожен учасник по черзі коротко характеризує, чим його приваблює ця діяльність.

Вправа «Віртуальні граблі»

Мета: продемонструвати загрози, які чатують на військовослужбовців Збройних Сил України в онлайн-просторі.

Хід вправи: Тренер пропонує обговорити позитивні та негативні сторони впливу мережі «Інтернет» на військовослужбовців Збройних Сил України. Учасники, розташовані справа від тренера, називають позитивні сторони, ті, які зліва, – негативні (тренер записує їх на дошці). Надалі відбувається групове обговорення, як військовослужбовцям можна уникнути негативного впливу мережі «Інтернет»

Вправа «Спеціальні медіатехнології для військовослужбовців»

Мета: ознайомити учасників з відомими спеціальними медіатехнологіями, застосовуваними в комунікації, навести приклади застосування цих технологій у військовій сфері, ознайомити з найпоширенішими способами маніпулятивного впливу в комунікації, на практиці застосувати навички критичного мислення щодо продукції мас-медіа.

Хід вправи. Тренер пояснює учасникам сутність спеціальних медіатехнологій, які за допомогою візуальних образів, ментальних конструктів, спеціального подання інформації, лінгвістичних та семантичних прийомів тощо здатні навіювати певні ідеї або маніпулювати свідомістю, поведінкою людини.

Учасники діляться на 8...9 груп, кожна з яких отримує аркуш паперу, де зазначено один із видів спеціальної медіатехнології та коротко описано його суть.

Ефект «порядку денного» – поширена технологія формування суспільної думки, коли під час висвітлення подій у новинах порядок репрезентації складають так, що події, не зовсім важливі для суспільства, представляють як значні, а важливі – як не варті особливої уваги або взагалі замовчувані.

Ефект праймінгу базується на використанні когнітивних структур та асоціативних можливостей людини. Механізм ефекту полягає у відновленні минулих, як правило, приємних емоцій завдяки актуалізації асоціацій і поданню нової інформації на цьому тлі: позитивні емоції ніби-то забезпечують легше сприйняття і засвоєння нової інформації теж у позитивному ключі. Наприклад, показують документальні події з недавнього життя країни, які викликають у багатьох людей позитивні спогади, й одночасно звучить гасло однієї з політичних партій.

Заміна імен, або навішування ярликів – один із найдієвіших інструментів політичної мови – «ярлики» на зразок «помаранчевих» або «осіб кавказької національності».

Періодичність повторення інформації – вважають, що через 30 хв аудиторія пам'ятає лише 40%, а за тиждень – ледве 10% інформації. У результаті будь-яка проблема зникне, якщо ЗМІ не будуть її розвивати або нагадувати про неї, і навпаки – якщо абсурдне повідомлення повторювати з достатньою частотою, то врешті-решт воно закріпиться у масовій свідомості.

Буденна розповідь – прийом, який сприяє індиферентності населення до трагічних подій, проявів насильства, гострих політичних і соціальних конфліктів, коли про трагічні події розповідають у нарочито діловому, спокійному, «буденному» тоні.

Ефект присутності включає ряд трюків, які мають імітувати реальність. Ефект використовують у кримінальній хроніці, фронтових репортажах. Смикання камери, збивання її з фокусу, постріли, крики далеко не завжди означають, що перед глядачами справді репортаж із місця подій, зате ілюзія достовірності потужно емоційно впливає на людину. Разом із тим навіть реальні, документальні зйомки, але відповідно змонтовані або включені у відповідний контекст, можуть бути лише чинником посилення довіри до маніпулятивного впливу.

Констатація факту подає бажане становище у ЗМІ як факт, що вже відбувся. Цей прийом розрахований на створення відповідних настроїв у суспільстві за принципом «диму без вогню не буває».

Відвернення уваги – один із найважливіших методів, спрямований на подолання психологічного опору суспільства. Ще у 60-ті роки ХХ ст. було доведено, що повідомлення проти якоїсь думки або настанови стають значно ефективнішими, якщо в момент їх передання відверну увагу від власне змісту цього повідомлення, тоді людині важче осмислити ці повідомлення і навести контрдокази. Ці дослідження значно підвищили рівень маніпулювання в медіа, які почали застосовувати «калейдоскопічне» подання матеріалу, «розбавляти» важливі повідомлення чутками, сенсаціями, рекламою, плітками, komponувати відеоряд, добираючи образи, які відвертають увагу.

Ефект психологічного шоку з'являється, коли війни, катастрофи, природні катаклізми, техногенні аварії, тобто смерть у всіх можливих проявах, переповнює матеріали медіа. Природний психологічний шок, який відчувають нормальні люди, наштовхуючись на такі новини, руйнує всі рівні психологічного самозахисту і дає змогу безперешкодно впроваджувати у свідомість інспіровані схеми.

Учасники протягом 15 хв мають придумати приклад використання вказаної у завданні технології у військовій сфері. Після закінчення роботи кожна група оголошує суть спеціальної медіатехнології та наводить приклад її застосування у військовій сфері.

Презентація та групове обговорення основних меседжів книги О. Мороз «Як не стати овочем: інструкція з виживання в інфопросторі» [119].

Перегляд відеоролика «Критичне мислення та медіаграмотність» [84] та **групове обговорення** необхідності критичного мислення та медіаграмотності для військовослужбовців Збройних Сил України. **Питання для дискусії:**

Яка відмінність між аналітичним критичним і творчим мисленням? Що спільного між цими двома типами мислення?

На якому етапі дослідження було складніше думати: під час аналізу медіатексту чи під час формулювання оригінального висновку?

Що людина втрачає, якщо постійно критично мислить?

Що людина втрачає, якщо взагалі не буде критично мислити?

У чому полягають переваги і недоліки критичного й аналітичного мислення?

Підведення підсумків роботи: рефлексивний аналіз тренінгового заняття.

Тренінгове заняття 2 «Сутність і зміст негативного психологічного впливу медіаперцептивної комунікації на військовослужбовця Збройних Сил України»

Вступ до тренінгового заняття: оголошення мети, завдання та порядку роботи на занятті.

Актуалізація попереднього досвіду. Тренер задає запитання: «Чи змінилося Ваше розуміння проблеми негативного впливу комунікації?», «Чи вдалося вам дізнатися щось несподіване для себе на попередньому занятті?», «Чи вважаєте Ви за необхідне розвивати в собі критичне та аналітичне мислення?», «Чи використовуватимете Ви певні знання з попереднього заняття?», «Чи змінилося Ваше ставлення до споживання інформації?», «Чи усвідомили Ви особливості когнітивного сприйняття медіаперцептивної комунікації?».

Міні-лекція (мультимедійна презентація) «Сутність і зміст негативного психологічного впливу медіаперцептивної комунікації на військовослужбовця Збройних Сил України».

Вправа «факт – судження».

Мета: навчити учасників тренінгу відрізняти факти від суджень, розвинути навички критичного мислення.

Хід проведення. Тренер демонструє учасникам відео «Факти VS Судження» [190].

Після перегляду відеоролика учасники об'єднуються у пари, протягом 5 хв їм потрібно поставити один одному по 5 питань про службу, друзів, сім'ю, захоплення тощо. Далі кожен учасник має розповісти про свого сусіда 2 факти і 2 судження.

Презентація та групове обговорення основних меседжів книг Г. Любовець та В. Король «Контент негативу: як захистити себе та країну в умовах тотального інформаційного протистояння» [97] та В. Зеленіна «По той бік правди: нейролінгвістичне програмування як зброя інформаційно-пропагандистської війни» [49].

Аналітична робота у групі: «Мій досвід психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації» (розгляд реальних ситуацій військовослужбовців Збройних Сил України та обговорення їх дій).

Вправа «Я маніпулятор»

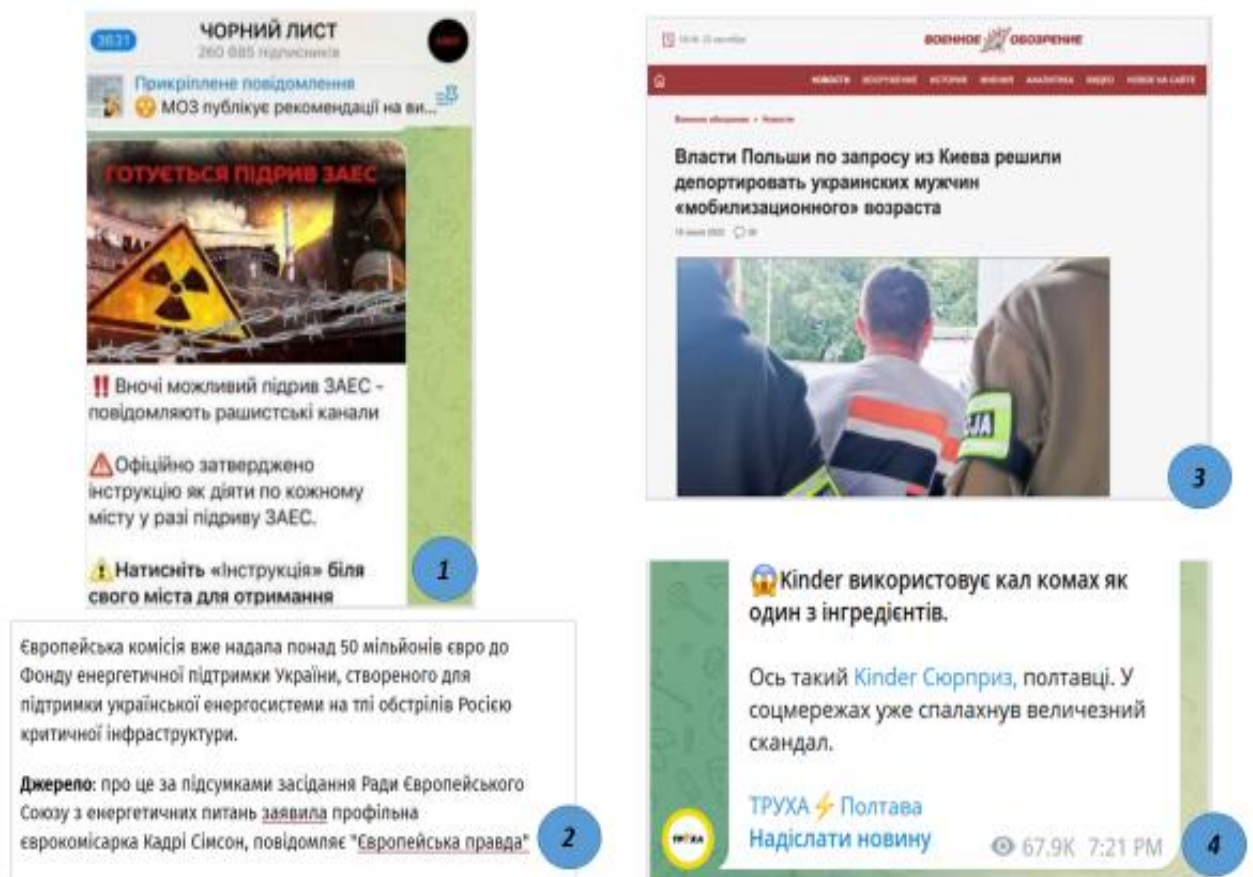
Мета: продемонструвати учасникам алгоритм та інструментарій створення маніпулятивного повідомлення.

Хід виконання. Учасники перетворюються із пасивних споживачів медіа на активних її творців. Учасники діляться на чотири групи, кожна з них отримує тему повідомлення: спорт; військовослужбовці; економіка; знаменитості. Завдання полягає у створенні маніпулятивного повідомлення. Надалі кожна група презентує результати своєї роботи, а інші учасники намагаються знайти маніпулятивні частини повідомлення колег.

Вправа «Не маніпулювання»

Мета: навчити учасників тренінгу бачити ознаки маніпулятивних повідомлень.

Хід виконання: Тренер демонструє на екрані чотири повідомлення та пропонує учасникам визначити, яке з повідомлень не є маніпулятивним. Кожен учасник обґрунтовує свою відповідь.



Вправа «Квітка мого психологічного самозахисту»

Мета: дати учасникам тренінгу можливість дібрати оптимальні для себе стратегії психологічного самозахисту від негативного впливу комунікації, краще зрозуміти себе та свої потреби.

Хід виконання. Тренер малює на дошці серединку квітки, а пелюстки (кольорові клейкі аркуші) роздає кожному учаснику та пропонує підшукати варіанти дій, які можуть допомогти психологічному самозахисту від негативного впливу комунікації.

Групове обговорення: Чи є для Вас новими запропоновані дії? Чи використовуєте Ви їх у своєму житті? Свідомо чи несвідомо Ви це робите?

Підведення підсумків роботи: рефлексивний аналіз тренінгового заняття.

Зворотний зв'язок:

Чи справилися Ваші очікування від заняття?

Чи була отримана інформація корисною для Вас?

Чи будете Ви використовувати її у своєму житті?

Які вправи Вам сподобалися найбільше?

У чому суть цих вправ?

Заповніть схему «Що допоможе мені захиститися від непотрібної інформації?».

Тренер завершує заняття притчею: «Якось професор на своїй черговій лекції взяв п'ятилітрову скляну банку й наповнив її каменями, кожний з яких був не менше 3 см у діаметрі, після чого запитав студентів, чи повна банка? Всі відповіли: «Так».

Тоді він взяв банку горошку й висипав її вміст у банку. Горошок зайняв вільне місце між каменями. Знову професор запитав студентів, чи повна банка?

Всі відповіли: «Так».

Тоді він взяв коробку з піском, і висипав її в банку.

Пісок заповнив вільне місце, що залишилося.

Вчоргове професор запитав студентів, чи повна банка? Всі відповіли: «Так, цього разу однозначно повна».

«Я хочу, щоб Ви зрозуміли, що банка – це Ваше життя. Камені – це найважливіші речі вашого життя – все те, що необхідно, щоб вжиття залишалось повним, навіть якщо все інше втратиться. Горошок – це речі, які особисто для Вас стали важливими. Пісок – це все інше, дрібниці.

Якщо спочатку наповнити банку піском, не залишиться місця для горошку і каменів».

Так само у Вашому житті: якщо заповнювати себе непотрібною інформацією, не залишається місця для найважливіших речей. Саме тому Ви повинні вміти правильно споживати інформацію, аналізувати аргументацію, відрізняти факти від суджень, бачити ознаки застосування маніпулятивних прийомів і вміти протидіяти негативному впливові інформації.

ПЕРЦЕПТИВНО-ЕМОЦІЙНИЙ БЛОК

Тренінгове заняття 3 «Психоемоційні ризики ураження особистості негативним впливом медіаперцептивної комунікації»

Вступ до тренінгового заняття: оголошення мети, завдань, правил організації роботи на занятті та актуалізація попереднього досвіду.

Вправа «Детектив»

Мета: навчити учасників тренінгу застосовувати алгоритм перевірки контенту.

Хід виконання. Учасники діляться на три команди. Кожна з команд отримує аркуш паперу із заголовком повідомлення з соціальної мережі. Учасники мають написати перелік ресурсів для перевірки отриманої інформації (завдання 1 – військовослужбовці Збройних Сил України зобов'язані обладнувати пункти обігріву для населення за власний кошт; завдання 2 – Міністерство освіти скасувало вступні іспити для дітей українських військовослужбовців; завдання 3 – нову вакцину від грипу тестуватимуть на військовослужбовцях Збройних Сил України).

Міні-лекція (мультимедійна презентація) «Психоемоційні ризики ураження особистості негативним впливом медіаперцептивної комунікації».

Вправа «Небезпека»

Мета: сприяти обізнаності учасників тренінгу про небезпеки комунікацій, які можуть чатувати на військовослужбовців Збройних Сил України, виховувати вміння безпечно користуватися мережею «Інтернет», електронною поштою, соціальними мережами та месенджерами, сприяти безпечній комунікації у військово-професійній діяльності.

Хід виконання. Тренер пропонує учасникам розділитися на три групи. Кожна із груп отримує завдання конкретизувати перелік небезпек для комунікації між військовослужбовцями Збройних Сил України:

1 група – небезпеки розмов мобільним телефоном, SMS-листування та спілкування у месенджерах;

2 група – небезпеки інтернет-пошуку інформації;

3 група – небезпеки активного життя у соціальних мережах, ведення блогів, чатів, стрімів, форумів тощо;

4 група – небезпеки листування електронною поштою та небезпеки онлайн-ігор.

Вправа «Емоційний заголовок»

Мета: привернути увагу учасників тренінгу до власного емоційного стану під час споживання інформаційних повідомлень, сформувати розуміння важливості заголовка для сприйняття всього повідомлення.

Хід виконання. Тренер пропонує учасникам написати заголовок до журналістського матеріалу за наданими фото.



Далі відбувається групове обговорення:

Чи є емоційно забарвленими заголовки, які Ви запропонували?

Чи можете Ви абстрагуватися від власного ставлення до подій російсько-української війни, від власних емоцій та упереджень?

Чи впевнені Ви, що перше фото стосується саме війни? Чи поцікавилися Ви датою зйомки цього фото?

Чи вплинуло на Вас те, що фотографії, розміщені поруч?

І перше, і друге фото можуть бути використані журналістами для підсилення власних меседжів (і це неодноразово відбувалося).

Порівняйте дві фотографії, наведені далі.



Групове обговорення: Зверніть увагу, як Ви оцінюєте дітей на фото: Ви самі їх оцінюєте чи ваше ставлення формують надписи в їхніх руках? Чи припускаєте Ви використання фотошопу або інших засобів фальсифікації цих надписів? Чи замислювалися Ви над цим?

Тренер демонструє наступне зображення.



В течение следующих нескольких недель не пить никаких продуктов от Pepsi, так как работник из компании добавил свою кровь, зараженную ВИЧ (СПИДом). Это было показано вчера на Sky News. Пожалуйста, отправьте это сообщение тем людям, о которых вы заботитесь!

текст на вставці такий:

Протягом наступних кількох тижнів не пити жодних продуктів від Pepsi, оскільки працівник компанії додав свою кров, заражену ВІЛ (СНІДом). Це показали вчора на Sky News. Будь ласка, надішліть це повідомлення тим людям, про яких ви піклуєтесь.

Далі відбувається групове обговорення:

Яку емоцію викликає у вас це зображення?

До якої базової потреби звертаються автори цього повідомлення?

Чи хотіли б Ви переслати комусь зі своїх близьких це зображення, щоб попередити про небезпеку?

На завершення вправи тренер пояснює, що на маніпулювання люди можуть реагувати автоматично, не помічаючи тиску на себе – авторитетом, декларованою більшістю, традицією, стереотипами, почуттями. Саме тому повідомлення, які викликають сильну емоційну відповідь, краще перевірити на достовірність та проаналізувати на наявність технік маніпулювання.

Тренінгове заняття 4 «Емоційна рівноваженість та емоційний інтелект як запобіжники негативного впливу медіаперцептивної комунікації»

Вступ до тренінгового заняття: оголошення мети, завдань, порядку організації роботи на занятті, актуалізація попереднього досвіду.

Міні-лекція (мультимедійна презентація) «Психоемоційна запальність як передумова ураження особистості негативним впливом медіаперцептивної комунікації».

Вправа «Вгадай емоцію»

Мета: навчити учасників тренінгу рефлексувати щодо власного емоційного стану, аналізувати свої емоції та причини їх виникнення.

Хід виконання. Тренер пропонує кожному учаснику подумки обрати якусь емоцію та описати її словами (наприклад, для опису суму можна використати асоціації із сірим небом, дощовою погодою, програшем тощо). Потім по черзі учасники описують свої емоції, а інші учасники намагаються відгадати описану учасником емоцію. Хто вгадує – отримує умовну монетку. Учасник, який збирає найбільше монеток, найкраще розуміє емоції комуніканта.

Презентація та групове обговорення основних меседжів книг І. Павлова та М. Горіної «Я відчуваю... Що? Робота з емоціями: 100+ технік» [31] та Д. Хессон «Кишенькова книжка емоційного інтелекту» [200].

Вправа «Колесо емоцій» Плутчика.

Мета: навчити учасників тренінгу розуміти свої емоції, зіставляти викликані емоції зі сприйняттям повідомлення в цілому.

Хід виконання. Учасникам демонструють на екрані приклади поєднання емоцій. Завдання учасників полягає у правильності визначення поєднання базових емоцій за Плутчиком (червоним позначено правильні поєднання).

Любов	=	спокій	+	прийняття
		радість		захоплення
		екстаз		довіра
Підкорення	=	занепокоєння	+	прийняття
		страх		захоплення
		терор		довіра
Страх	=	занепокоєння	+	відвернення уваги
		страх		подив
		терор		здивування
Несхвалення	=	відвернення уваги	+	смуток
		подив		горе
		здивування		зادумливість
Жаль	=	ненависть	+	смуток
		нудьга		горе
		відраза		зadумливість
Зневага	=	ненависть	+	злість
		нудьга		гнів
		відраза		роздратування
Агресивність	=	зацікавленість	+	злість
		очікування		гнів
		пильність		роздратування
Оптимізм	=	зацікавленість	+	радість
		пильність		спокій
		очікування		екстаз

Групове обговорення: Вважаючи на «колесо емоцій» Плутчика, чи згодні Ви, що любов – це поєднання радості і довіри? Чи вважаєте Ви, що страх – це протилежність гніву? Чи має для Вас сенс такий розподіл емоцій? Чи згодні Ви з ним?

Вправа «Фактчекінгові організації»

Мета: розвинути здатність учасників тренінгу до аналізу діяльності організацій, створених для перевірки контенту на достовірність, підтвердження або спростування фактажу.

Учасники діляться на шість груп, кожна з яких отримує картку із назвою фактчекінгової організації. Учасники мають ознайомитися з діяльністю вказаної організації і підготувати коротку доповідь про неї (1) ресурс «StopFake», 2) VoxCheck від незалежної аналітичної платформи VoxUkraine, 3) «Без брехні», 4) «По той бік новин», 5) портал «Детектор медіа», 6) «НотаЄнота»).

Вправа «Заголовки»

Мета: показати учасникам тренінгу, як потрібно аналізувати заголовки, піддавати їх сумнівам і намагатися перевірити.

Хід виконання. Тренер пояснює учасникам, що заголовок – найважливіший елемент будь-якої статті чи відео. Його головна мета – привернути увагу аудиторії та спонукати її прочитати чи переглянути матеріал. Саме тому автори часто використовують у заголовках елементи драми та сенсації, наголошуючи на аспектах новин, які, на їхню думку, зацікавлять цільову аудиторію. Великі знаки оклику чи знаки питання, використання різних емодзі,

стікерів, використання слів: «нашестья», «обурення», «сенсація дня», «терміново» – усі ці слова та символи привертають увагу читачів та змушують їх переходити за посиланням. Це називається клікбейт (англ. clickbait, від click – «клацання», bait – «наживка»). Часто такий заголовок не відповідає змісту публікації, але виконує головну мету – змусити перейти за посиланням.

Завдання учасникам. Учасники діляться на шість груп, кожна з них отримує картку з посиланням на статтю з маніпулятивним заголовком [5; 6; 62; 64; 156; 188]. На виконання завдання дають 15 хв, протягом яких кожна група має проаналізувати маніпулятивний заголовок, визначити першочергову емоцію, яку він викликає, та простежити відповідність заголовка змісту статті. Після завершення наданого часу кожна група доповідає результати аналізу.

Підведення підсумків роботи: рефлексивний аналіз тренінгового заняття.

Зворотний зв'язок:

Чи справдилися Ваші очікування від заняття?

Чи була інформація корисною для Вас?

Чи звернули Ви увагу на необхідність контролювати власні емоції?

Які справи Вам сподобалися найбільше?

ПОВЕДІНКОВО-РЕГУЛЯТИВНИЙ БЛОК

Тренінгове заняття 5 «Критерії перевірки медіаперцептивної комунікації»

Вступ до тренінгового заняття: оголошення мети, завдань, організації роботи на занятті, актуалізація попереднього досвіду.

Міні-лекція (мультимедійна презентація) «Критерії перевірки контенту: 1) джерело; 2) зображення; 3) контент; 4) цитування; 5) власники; 6) присутність онлайн».

Перегляд та обговорення відеоролика «Онлайн-сміття: які бувають сайти-сміттярки?» [132].

Вправа «Сайт-сміттярка».

Мета: ознайомити учасників тренінгу з поняттям «сайт-сміттярка», навчити розпізнавати сайти-сміттярки та розрізняти їх від надійних джерел інформації.

Хід виконання. Тренер інформує, що за даними дослідження, проведеного волонтерською ініціативою «Як не стати овочем» разом із SemanticForce, близько 71% реальних українських користувачів мережі «Фейсбук» публікує матеріали з ресурсів-«сміттярок» – сайтів, публічних сторінок та груп, які не дотримуються журналістських стандартів та не перевіряють інформацію [118]. Допомогти розпізнати «сайт-сміттярку» допоможуть: емоційні заголовки, відсутність авторів матеріалів, суміш тем публікацій, заголовки-обвинувачення.

Далі учасники діляться на дві групи із завданням проаналізувати один із таких сайтів і визначити ознаки «сайту-сміттярки» [224; 242].

Вправа «Поширювати чи не поширювати?».

Мета: навчити учасників тренінгу визначати і відсіювати неправдиву та неперевірену інформацію.

Хід виконання. Тренер пояснює, що у соціальних мережах ми маємо можливість поширювати різний контент (ідеї, погляди, зображення чи відео). Однак чи завжди Ви впевнені, що не поширюєте неправдиву інформацію? Якщо не впевнені, тоді Ви наражаєте на небезпеку себе і усіх своїх підписників (родичів, колег, товаришів по службі). На відміну від традиційних медіа, в соціальних мережах немає редактора чи журналіста, який перевіряє

правдивість інформації – відповідальність покладено на Вас. Від вміння визначати і відсіювати неправдиву та неперевірену інформацію, яку Ви поширюєте, залежать Ваша репутація і морально-психологічний стан Ваших підписників.

Учасники мають поділитися на три групи. Кожна група обирає по одному допису зі стрічки новин у соціальній мережі. Перш ніж визначити, чи можна поширювати цю інформацію, дайте відповіді на кілька запитань, які можуть допомогти прийняти рішення.

Запитання	Відповідь
Про що допис?	
Чому про це пишуть? Ця тема актуальна й обговорювана в суспільстві?	
В альтернативних джерелах можна перевірити надану інформацію?	
Хто автор? Ви йому довіряєте?	
Яку емоцію викликає повідомлення?	
Чи є заклик від автора далі поширювати допис?	
Ви поширили б цей допис, чи не поширили?	

На завершення вправи проводять колективне обговорення відповідей та прийнятого рішення.

Презентація та групове обговорення основних меседжів книги Т. Ніколаса «Диванні експерти. Як необмежений доступ до інформації робить нас тупішими» [126].

Вправа «Створюємо своє повідомлення про наш тренінг за журналістськими стандартами»

Мета: продукувати змістовні тексти, розуміти повноту інформаційного повідомлення та бачити відсутність інформативності у повідомленні.

Хід виконання. Тренер оголошує шість загальноприйнятих стандартів, дотримання журналістами яких гарантує якість інформаційного повідомлення та коротко характеризує кожен зі стандартів:

оперативність – вимога максимально оперативно й актуально висвітлювати події, проте не на шкоду іншим стандартам;

точність – вимога передавати інформацію без викривлень та спотворень, особливу увагу приділяючи правильності написання імен героїв, власних назв, чисел;

повнота – вимога надання відповідей на питання про подію, місце, де вона трапилася, час і деталі перебігу, до аналітики можуть бути додані причини подій і до чого вони можуть призвести, а також коментарі експертів. До новин на сайтах також потрібно дописувати бекграунд, у якому зазначати передумови події, контекст та пояснювати складні терміни. Перевірити повідомлення на повноту дуже просто: якщо після прочитання залишилися чи навіть з'явилися запитання, отже, інформація неповна, якщо отримано відповіді і все зрозуміло – інформація повна;

баланс думок, точок зору – забезпечує всебічність та безсторонність висвітлення події, що особливо важливо під час висвітлення конфліктів, тоді необхідно надати слово та відобразити позиції всіх його сторін. При цьому сам журналіст має бути максимально неупередженим і не маніпулювати експертною думкою на користь однієї зі сторін;

відокремлення фактів від коментарів – журналіст має бути максимально незаангажований, усі його слова мають бути чітко відокремлені від фактів та коментарів експертів;

достовірність – кожен факт, наведений у матеріалі, повинен мати ідентифіковане та надійне джерело інформації, перевірене журналістом.

Далі тренер пропонує учасникам скласти власне інформаційне повідомлення, дотримуючись журналістських стандартів, записує на фліпчарті пропозиції від учасників: «Що має бути обов'язково в тексті інформаційного повідомлення про наш тренінг?» (що відбувається? Де? Коли? Хто є учасниками? Як було проведено відбір? Мета тренінгу, організатор, місія; бекграунд, контекст події (що передувало тренінгу, якими є прогнозовані наслідки, очікування) різнопланові коментарі учасників).

В останню чергу тренер пропонує учасникам створити заголовок, який був би інформативним, фактичним, не маніпулятивним, але цікавим, з певною інтригою, що викликає інтерес до повідомлення.

На завершення відбувається групове обговорення: Чи важко було створити повідомлення, дотримуючись усіх стандартів? Що виявилось найважче зробити? Для чого потрібні журналістські стандарти? Чи аналізуватимете Ви тепер повідомлення з точки зору дотримання цих стандартів?

Мозковий штурм «Які причини порушення журналістських стандартів?», аналіз та обговорення причин:

- помилки журналістів, лінь, недбалість;
- недостатньо ретельна перевірка інформації, гонитва за сенсаційністю;
- непрофесійність журналістів;
- бажання «висловитися красиво», зайва образність і суб'єктивність;
- нав'язування власної думки автора;
- відсутність бекграунду, виривання події з контексту через нерозуміння, незнання проблеми;
- навішування ярликів, стереотипність мислення;
- свідомі маніпуляції задля впливу;
- транслявання журналістом чужих думок без вивчення, переписування прес-релізів;
- «джинса», видавання за власні матеріали прихованої реклами (комерційної, іміджевої, політичної);

просування інтересів власників медіа через приховування певних аспектів інформації.

Вправа-аналіз «Джинса – прихована реклама»

Мета: знаходити інформацію та оцінювати її достовірність; доводити істинність чи хибність поширюваних тверджень; критично осмислювати джерела отримання інформації, контролюючи власний емоційний стан; протистояти маніпулятивному впливу медіа; грамотно і логічно висловлювати свою думку з приводу отриманої інформації.

Хід виконання. Тренер просить учасників пригадати, що таке джинса в медіа (або назвати свої варіанти, якщо ця тема є новою для учасників тренінгу), назвати типи й ознаки джинси. Після відповідей учасників тренер пояснює визначення і типи джинси.

Джинса – матеріал, що є рекламним за сутністю, але виданий за журналістський, бо не позначений як реклама зрозумілим для переважної більшості людей чином. Розрізняють три типи джинси: політична, комерційна, іміджева. Це замовні матеріали, спрямовані на

просування позитивного іміджу партій, політиків, окремих осіб, організацій, торговельних марок, послуг чи товарів.

Далі тренер пропонує учасникам спробувати себе в ролі медіаекспертів, які моніторять медіа на дотримання журналістських стандартів із завданням проаналізувати подані матеріали та виявити, чи «джинсують» видання в наведених прикладах, які ознаки джинси присутні, до якого типу джинси належать ідентифіковані випадки.

Тренер або виводить скріншоти матеріалів у презентації, або надає посилання на матеріали для аналізу [78; 115; 124; 170; 194].

Тренер просить аудиторію назвати тип джинси й аргументувати відповідь. Підсумком вправи є групове обговорення маркерів джинси, ознак, за якими читач може відрізнити джинсу від журналістських матеріалів, розроблених за професійними стандартами журналістики:

згадано лише одну торговельну марку (політичну партію, прізвище кандидата) або іншу виставлено як свідомо прогашну;

матеріал повністю присвячено економічним чи політичним досягненням бренду;

матеріал не має явного інформаційного приводу;

ідентичне повторення матеріалу в кількох джерелах;

у матеріалі присвяченому висвітленню конфлікту, відображено позицію тільки однієї сторони;

окреслено проблему, а її вирішення пов'язано з певним брендом;

фігурують сумнівні експерти (представника підприємства (бренду) показано як експерта, але часто це не іахівець з теми;

найчастіше розміщено в рубриках: «Думка», «Новини компанії», «Позиція», «Актуально» тощо;

матеріал виходить без підпису автора або під псевдонімом (Степан Лісовий, Петро Степовий, Марина Лугова тощо);

стиль чи мова видання не відповідають стилю автора публікації.

Вправа «Купуємо медіа»

Мета: навчити учасників оцінювати мотивацію власників і менеджменту каналу, усвідомлювати й аргументувати бажання зміни в концепціях мовлення провідних українських телеканалів.

Хід виконання. Гра покликана показати специфіку функціонування та причини заангажованості медіа в Україні. Тренер пропонує об'єднатись учасникам у чотири групи, кожна група – це уявна група олігархів, які хочуть купити телевізійний канал для власних інтересів. На продаж виставлено всі загальнонаціональні українські телеканали. Ви маєте домовитися між собою, обравши той канал, який хочете купити (з наявних), і за 15 хв дати відповідь на такі запитання, трансльовані на екрані у презентації:

1. Яке медіа (ТВ-канал) Ви купите?
2. Чому саме це?
3. Навіщо Ви його купуєте? Ваша декларована і реальна цілі?
4. Чи будете Ви змінювати канал після придбання (контент, програмне наповнення)?
5. Яка Ваша планована вигода?

Учасники дають відповіді на аркушах для фліпчарту, а потім презентують їх. Зазвичай учасники, купуючи канали, говорять про свої мотиви і вигоди: популяризацію власного бізнесу, діяльності, публісیتی, захист національних інтересів і культури тощо. Дискусія їх

спрямовує від головної мети – мети впливу і захисту політичних (бізнес-інтересів) олігархів і можновладців. У ході презентації результатів і дискусії тренер разом з аудиторією намагається дати відповіді на низку запитань:

1. Як заробляють медіа в усьому світі?
2. Чому медіа в Україні не можуть отримувати прибуток від реклами?
3. Кому належать медіа в Україні?
4. Хто продовжує фінансувати неприбутковий актив (медіа)?
5. Як олігархи можуть реалізувати свої цілі? (політика, державна власність і стратегічний бізнес зрослися в Україні).
6. Чи залежать політика і контент медіа (ТВ-каналу) від цілей їх власника?
7. Яка найголовніша мета власників медіа?
8. Як медіа можуть впливати на споживачів?
9. Хто основний клієнт-замовник журналіста у європейських країнах?
10. Хто основний клієнт-замовник журналіста в Україні?
11. Чи буде журналіст відстоювати інтереси і потреби споживачів інформації?

У ході рефлексії аудиторію підводимо до висновку, що медіа в Україні не є інструментом прибутку. Насамперед це потужний інструмент впливу. Не ми, споживачі інформації є замовниками і клієнтами у творців медіапродуктів, а їх замовник – власник із його бізнес-цілями і політичними інтересами. Робота у групі та обговорення результатів дають змогу учасникам точніше оцінити мотивацію власників і менеджменту каналу, усвідомити й аргументувати бажані зміни в концепції провідних українських телеканалів.

Гра «Білий шум»

Мета: сформувані уявлення про сутність комунікацій у сучасному світі; ознайомити з інформаційним явищем «білого шуму»; сформувані навички уважного, розважливого сприйняття інформації.

Хід виконання. Учасникам роздають по одному рядку з відомого визначення керівного документа або рядки тексту загальновідомої пісні.

Двох-трьох добровольців з групи просять вийти за двері. Коли кожен з них по черзі заходить, група для кожного одночасно промовляє свій шматочок інформації. Зазвичай учасник не може зрозуміти, що йому говорять, адже голоси зливаються і лише спантеличують. Так відбувається з кожним добровольцем, який стояв за дверима. Після цього тренер пропонує добровольцям взяти в руки уявний пульт, вибрати «канал» і натиснути кнопку, щоб окремий учасник («канал») зачитав свою інформацію. Добровольці зазвичай не відразу її впізнають, іноді лише після прослуховування кількох «каналів». Після цього тренер просить, щоб група у правильному порядку зачитала рядки. Лише тоді учасники експерименту легко впізнають інформацію.

Запитання учасникам:

- що Ви відчували, коли почули інформацію від колег?
- чому Ви не зрозуміли, що це за інформація?
- чому це сталося?

Висновок і сенс гри. У ході групової дискусії та індивідуальних рефлексій тренер підводить до основних висновків:

- наш світ переповнений інформацією («інформаційне суспільство»);
- ми медіазалежні, адже отримуємо значну частину інформації про навколишній світ через медіа;

інформацію ми отримуємо з різних джерел одночасно (ТБ, інтернет, радіо тощо);
інформація надходить безсистемно та хаотично, перевантажуючи нашу свідомість (іноді ті самі факти інтерпретовані діаметрально по-різному);

ми живемо в епоху паралельних комунікацій та безлічі альтернативних джерел отримання інформації.

Саме тому інформацію необхідно споживати не швидко, емоційно та імпульсивно, а вдумливо, логічно, раціонально, перевіряючи її з кількох альтернативних джерел, вивчаючи та аналізуючи їх. Якщо в цій грі ми не можемо схопити структуру і цілісність навіть знайомої нам інформації, споживаючи її одночасно з безлічі (до того ж сумнівних щодо достовірності) джерел, ми не можемо зрозуміти її суть, цілісний сенс, а сприймаємо лише фрагменти, уривки, шматочки, тобто наше сприйняття є «кліповим». Не маючи змоги в щоденному потоці інформації ні зрозуміти її, ні проаналізувати, ні навіть спертися на вже давно відомі знання і факти, ми часто робимо неправильні висновки й оцінки, а отже, ухвалюємо необґрунтовані рішення і на їх основі нераціонально та неефективно діємо. Саме тому, збираючи по частинках, немов конструктор або пазл, інформацію та факти, не роблячи поспішних висновків, ми зможемо відтворити об'єктивну картину довколишньої дійсності й не дамо ввести себе в оману, діятимемо більш осмислено і раціонально.

Тренінгове заняття 6 *«Продуктивні механізми психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації»*

Вступ до тренінгового заняття: оголошення мети, завдань, порядку організації роботи на занятті, актуалізація попереднього досвіду.

Міні-лекція (мультимедійна презентація) «Рівні сформованості психологічного самозахисту військовослужбовця Збройних Сил України від негативного впливу та засоби їх підвищення».

Презентація та групове обговорення постерів «Довіряй, але перевіряй. Медіаграмотність в українському суспільстві» від проєкту клубу ілюстраторів «Pictoric», що містить ілюстрації і тексти журналістів на тему медіаграмотності [43].

Онлайн-гра «Медіаграмотна місія». Учасникам презентують на екрані QR-код із посиланням на гру «Медіаграмотна місія» від IREX, спрямовану на перевірку вміння рятуватися від шкідливого інформаційного впливу [111].

Тренер дає час на ознайомлення і проходження гри.

Завершується вправа груповою дискусією:

Чи вдалося Вам пройти гру?

Чи сподобалась Вам гра?

Які висновки Ви для себе зробили?

Вправа «Алгоритм психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації»

Мета: спонукати учасників тренінгу до вироблення власного алгоритму психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації з урахуванням, здобутих під час попередніх занять.

Хід виконання. Учасники тренінгу об'єднуються у три команди. Кожна команда отримує аркуш паперу до фліпчарту, на якому протягом 20 хв розробляє свій алгоритм психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації. Після підготовки кожна команда обирає представника, який презентуватиме результати роботи групи.

Надалі методом голосування обирають найдієвіший алгоритм з презентованих.

Онлайн-квест «Маніпулятор», під час якого учасники-користувачі можуть подивитися, як створюють деякі новини і як розрізнити фейки в інформаційному просторі [131].

Підведення підсумків роботи: рефлексивний аналіз тренінгового заняття.

Зворотний зв'язок:

У чому полягає важливість перевірки контенту на достовірність?

Чи була інформація корисна для Вас?

Чи звернули Ви увагу на необхідність психологічного самозахисту від негативного впливу інформації?

Які справи Вам сподобалися найбільше?

Підведення підсумків роботи: рефлексивний аналіз тренінгового заняття.

Домашнє завдання: проаналізувати, що сприяє психологічному самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації»; виконати творче завдання «Ознайомитися з поняттям «білий список медіа» та скласти свій безпечний список джерел інформації».

Заклучна частина тренінгових занять

Обговорення та аналіз виконання домашнього завдання.

Рефлексивний аналіз участі у програмі розвитку у військовослужбовців Збройних Сил України психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації: «Чи змінилося Ваше уявлення про необхідність психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації?», «Що найбільше запам'яталося під час участі у тренінгових заняттях?», «Яку вправу тренінгу Ви вважаєте особливо дієвою?», «Що корисного я взяв для себе?».

Вправа «Оцінювання тренінгу»

Мета: отримати інформацію від учасників про враження від проведеного тренінгу та спонукати їх до рефлексії.

Хід виконання. Кожен учасник бере три аркуші різного кольору (зелений, рожевий, жовтий) та висловлює свою думку про тренінг. Жовтий стосується знань і вмінь (я знаю...; я вмію...; я досяг (ла) успіху, тому що...); рожевий – настрою та емоцій (мені сподобалося...; мій настрій...; моя провідна емоція під час тренінгу...; я досяг (ла) успіху, тому що...); зелений відображає важливість тренінгу (тренінг важливий, тому що...; важливість для військовослужбовця полягає у ...; я досяг (ла) успіху, тому що...).

Далі кожен учасник прикріплює на фліпчарт стікер із відповідним кольором. Тренер вибірково зачитує результати.

Аналіз проведених дій.

Тренер підсумовує досягнення тренінгу, учасники мають змогу висловити свої враження, рефлексії щодо тренувальної програми, зафіксувати сильні сторони тренінгу, запропонувати свої ідеї, спрямовані на поліпшення наступних тренінгів.

Додаток И



УКРАЇНА

КИЇВСЬКА МІСЬКА ВІЙСЬКОВА АДМІНІСТРАЦІЯ

вул. Хрещатик, 36, м. Київ, 01044, тел. (044) 202 74 22, 202 71 17, 202-71-29, e-mail: kmda@kma.gov.ua

Офіційний портал Києва <https://kyivcity.gov.ua>E-mail для електронних звернень громадян: zvernen@kma.gov.ua Код ЄДРПОУ 00022527

«25» грудня 2022 року № 004-2119

АКТ

впровадження результатів дисертаційного дослідження
підполковника Шерешкової Інги Ігорівни на тему: «Особливості
психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України
від негативного впливу медіаперцептивної комунікації»

Комісія у складі: першого заступника начальника Київської міської військової адміністрації, генерал-майора Кидоня Володимира Івановича, начальника відділу напрямків ситуативного центру Київської міської військової адміністрації, полковника Клявліна Сергія Володимировича та начальника прес-служби Київської міської військової адміністрації, старшого лейтенанта Бичка Владислава Даниловича розглянула результати дисертаційного дослідження, встановила новизну та практичне значення досліджених особливостей психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, психологічних особливостей емоційно-когнітивного опрацювання візуального медіасприймання, різних способів його когнітивної обробки та результатів застосованого блоку методик дослідження.

Матеріали дисертаційного дослідження впроваджено в ході проведення інформаційно-психологічних заходів з особовим складом Київської міської військової адміністрації, а саме:

1. Обґрунтовані в дисертаційному дослідженні положення сприяли набуттю особовим складом знань про зміст та сутність феномену психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

2. Застосовано авторську анкету «Самооцінювання психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації» та блок методик дослідження.

3. Надані рекомендації щодо розвитку у особового складу Київської міської військової адміністрації психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

003185

Голова комісії: генерал-майор

Володимир КИДОНЬ

Члени комісії: полковник

Сергій КЛЯВЛІН

старший лейтенант

Владислав БИЧОК





МІНІСТЕРСТВО ОБОРОНИ
УКРАЇНИ

ВІЙСЬКОВА ЧАСТИНА

A0415

Код 07641601

«10» 02 2023р

№ 1/37/1048

77421, м. Самоліпи, Київська область

ЗАТВЕРДЖУЮ

Командир військової частини A0415

полковник Сергій ЯКОВЕНКО

«10» 02 2023 року



АКТ

впровадження результатів дисертаційного дослідження
підполковника Шерешкової Інги Ігорівни на тему: «Особливості
психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України
від негативного впливу медіаперцептивної комунікації»

Комісія у складі: голови комісії, заступника командира військової частини A0415 з морально-психологічного забезпечення – начальника відділення морально-психологічного забезпечення підполковника Ярослава Петрашевського та членів комісії: офіцера відділення морально-психологічного забезпечення військової частини A0415 капітана Івана Кисіля, начальника групи психологічного супроводу та відновлення військової частини A0415 старшого лейтенанта Богдана Ватрала, розглянувши результати дисертаційного дослідження, встановила, що представлені положення дисертаційного дослідження характеризуються новизною та мають практичне значення щодо організації психологічного самозахисту військовослужбовців від негативного впливу медіаперцептивної комунікації в залежності від їх індивідуальних психологічних особливостей; обґрунтовані в дисертаційному дослідженні положення та рекомендації сприяли набуттю особовим складом військової частини знань про зміст та сутність феномену психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Матеріали дисертаційного дослідження впроваджено в ході проведення навчальних занять з військовослужбовцями військової служби за контрактом осіб рядового, сержантського і старшинського складу та військовослужбовцями строкової військової служби в ході занять з психологічної підготовки та військовослужбовцями військової служби за контрактом осіб офіцерського складу в ході занять колективної підготовки.

Голова комісії: підполковник

Ярослав ПЕТРАШЕВСЬКИЙ

Члени комісії: капітан

Іван КИСІЛЬ

старший лейтенант

Богдан ВАТРАЛА



МІНІСТЕРСТВО ОБОРОНИ
УКРАЇНИ
ВІЙСЬКОВА ЧАСТИНА
A0139

Код 07953714

«02» 03 2023р.

№ 609/Б74

ЗАТВЕРДЖУЮ

Командир військової частини A0139

полковник

Сергій ЧЕРНЕЦЬКИЙ

2023 року



АКТ

впровадження результатів дисертаційного дослідження
підполковника Шерешкової Інги Ігорівни на тему: «Особливості психологічного
самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України
від негативного впливу медіаперцептивної комунікації»

Комісія у складі: голови комісії, заступника командира військової частини A0139 з морально-психологічного забезпечення підполковника Максима Максименка та членів комісії: старшого офіцера відділення морально-психологічного забезпечення майора МАРТИНЮКА Д.А., офіцерів відділення морально-психологічного забезпечення капітана СВИНЧУКА М.В. та старшого лейтенанта ЛАГОРЖЕВСЬКОЇ Б.Р., розглянувши матеріали дисертаційного дослідження ШЕРЕШКОВОЇ Інги Ігорівни, встановила наступне:

представлені положення дисертаційного дослідження характеризуються новизною та мають практичне значення щодо організації психологічного самозахисту військовослужбовців від негативного впливу медіаперцептивної комунікації в залежності від їх індивідуальних психологічних особливостей;

обґрунтовані в дисертаційному дослідженні положення сприяли набуттю особовим складом військової частини знань про зміст та сутність феномену психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації;

застосовано авторську анкету «Самооцінювання рівня психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації» у поєднанні з батареєю психодіагностичних методик та надані рекомендації щодо розвитку у особового складу психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Доречно використати матеріали дисертаційного дослідження ШЕРЕШКОВОЇ І.І. під час організації й проведення занять з психологічної підготовки з особовим складом бригади та тему:

- «Особливості протидії інформаційно-психологічним операціям противника»;
- «Психологічна підготовка до перебування в ізоляції»;
- «Паніка: ознаки та механізми подолання»;
- «Психоемоційне напруження, його наслідки та способи подолання»;
- «Тривога, її ознаки та види. Допомога при виникненні тривожних станів».

Голова комісії: підполковник

Максим МАКСИМЕНКО

Члени комісії: майор
капітан
старший лейтенант

Дмитро МАРТИНЮК
Микола СВИНЧУК
Богдана ЛАГОРЖЕВСЬКА



ЗАТВЕРДЖУЮ

Командир військової частини А2900

полковник

Олександр КУПІНСЬКИЙ

2023 року

АКТ

впровадження результатів дисертаційного дослідження
підполковника Шерешкової Інги Ігорівни на тему: «Особливості
психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України
від негативного впливу медіаперцептивної комунікації»

Комісія у складі: голови комісії, заступника командира військової частини А2900 з морально-психологічного забезпечення підполковника Дмитра Шимка та членів комісії: старших офіцерів відділення морально-психологічного забезпечення військової частини А2900: майора Олени Джемуди, майора Ольги Парасотченко, начальника служби зв'язків з громадськістю військової частини А2900 капітана Анни Гаврилюк, розглянувши результати дисертаційного дослідження, встановила, що представлені положення дисертаційного дослідження характеризуються новизною та мають практичне значення щодо організації психологічного самозахисту військовослужбовців від негативного впливу медіаперцептивної комунікації в залежності від їх індивідуальних психологічних особливостей; обґрунтовані в дисертаційному дослідженні положення та рекомендації сприяли набуттю особовим складом військової частини знань про зміст та сутність феномену психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Матеріали дисертаційного дослідження впроваджено в ході проведення навчальних занять з військовослужбовцями військової служби за контрактом осіб рядового, сержантського і старшинського складу та військовослужбовцями строкової військової служби в ході занять з психологічної підготовки та військовослужбовцями військової служби за контрактом осіб офіцерського складу в ході занять колективної підготовки.

Голова комісії: підполковник

Дмитро ШИМКО

Члени комісії: майор

Олена ДЖЕМУЛА

майор

Ольга ПАРАСОТЧЕНКО

капітан

Анна ГАВРИЛЮК

Військова частина А2900

№ 4968 від 13.06.2023 10:18:00 арк. 1/1





ЗАТВЕРДЖУЮ
Командир військової частини А1250
Юрій ЛІСОВСЬКИЙ
2023 року

АКТ

впровадження результатів дисертаційного дослідження
підполковника Шерешкової Інги Ігорівни на тему: «Особливості
психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України
від негативного впливу медіаперцептивної комунікації»

Комісія у складі: голови комісії, начальника юридичного управління військової частини А1250 Євгенія КОЗАКА та членів комісії: начальника служби охорони державної таємниці – помічника командира військової частини А1250 підполковника Сергія ЯНЧЕНКА, головного спеціаліста організаційно-планового відділу адміністративного управління військової частини А1250 полковника Сергія ДИНЯ та головного спеціаліста відділу житлового будівництва управління організації будівництва військової частини А1250 майора Вадима ТРИСТЮКА, розглянувши результати дисертаційного дослідження, встановила, що представлені положення дисертаційного дослідження характеризуються новизною та мають практичне значення щодо організації психологічного самозахисту військовослужбовців від негативного впливу медіаперцептивної комунікації в залежності від їх індивідуальних психологічних особливостей; обґрунтовані в дисертаційному дослідженні положення та рекомендації сприяли набуттю особовим складом військової частини знань про зміст та сутність феномену психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації.

Матеріали дисертаційного дослідження впроваджено в ході проведення навчальних занять з військовослужбовцями військової служби за контрактом осіб офіцерського складу.

Голова комісії:

Євгеній КОЗАК

Члени комісії: підполковник

Сергій ЯНЧЕНКО

полковник

Сергій ДИНЬ

майор

Вадим ТРИСТЮК



МІНІСТЕРСТВО ОБОРОНИ
УКРАЇНИ
НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ЦЕНТР
ГУМАНІТАРНИХ ПРОБЛЕМ
ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ
пр-т Повітрофлотський, 30
м. Київ, 03186
Тел.: (044) 271-39-90
Код ЄДРПОУ 24291232

№ 4317 від "30" 08 2023 р.

ЗАТВЕРДЖУЮ

Начальник Науково-дослідного центру
гуманітарних проблем Збройних Сил України
полковник

Володимир МОРОЗ
"30" серпня 2023 року

АКТ

**впровадження результатів дисертаційного дослідження
підполковника Шерешкової Інги Ігорівни на тему: «Особливості
психологічного самозахисту військовослужбовців Збройних Сил України
від негативного впливу медіаперцептивної комунікації»**

Комісія у складі: голови комісії – начальника науково-дослідного відділу проблем гуманітарної політики підполковника Черевичного С. В., членів комісії – заступника начальника науково-дослідного відділу військово-соціологічних досліджень полковника Капосльоза Г. В. та заступника начальника науково-дослідного відділу проблем гуманітарної політики полковника Романишина А. М., розглянувши результати дисертаційного дослідження, встановила:

представлені положення дисертаційного дослідження характеризуються новизною та мають практичне значення щодо організації психологічного самозахисту військовослужбовців від негативного впливу медіаперцептивної комунікації в залежності від їх індивідуально-психологічних особливостей; обґрунтовані в дисертаційному дослідженні положення та рекомендації сприятимуть покращенню понятійно-категорійного апарату посадових осіб структур морально-психологічного забезпечення та дадуть можливість впливати на розвиток (підвищення рівня) сформованості психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації;

розроблена здобувачем авторська Анкета дає можливість оцінити рівень сформованості психологічного самозахисту військовослужбовця Збройних Сил України від негативного впливу медіаперцептивної комунікації та отримати уніфікований індекс за п'ятьма шкалами: високий; вище середнього; середній; нижче середнього; низький з метою його

покращення. Крім індивідуально-психологічних властивостей особистості, що обумовлюють психологічний самозахист військовослужбовців від негативного впливу медіаперцептивної комунікації, окремий блок анкети дозволяє визначити наявність знань, умінь та навичок щодо інформаційної безпеки, медіаграмотності та психологічного самозахисту від негативного інформаційного впливу;

запропонована підполковником Шерешковою І. І. програма розвитку психологічного самозахисту від негативного впливу медіаперцептивної комунікації «Слово - теж зброя» сприяє підвищенню психологічного самозахисту від деструктивних інформаційних впливів, формуванню свідомого ставлення до медіапродукції, її вибору, визначення мети її перегляду та вироблення аналітично-критичної позиції до сприймання та переосмислення інформаційних продуктів з урахуванням сучасних загроз.

Голова комісії:
підполковник



Сергій ЧЕРЕВИЧНИЙ

Члени комісії:
полковник



Григорій КАПОСЛЬОЗ

полковник



Андрій РОМАНИШИН