

**Київський національний університет імені Тараса Шевченка**

**Факультет психології**

**Кафедра загальної психології**

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА:**

**ВПЛИВ МЕДІА НА ПСИХІЧНИЙ СТАН ЛЮДИНИ ПІД ЧАС ВІЙНИ**

**на здобуття освітнього рівня «магістр»**

**спеціальність «053-Психологія»**

студентки 2-го року магістратури

**Тугай Анастасії Сергіївни**

Науковий керівник:

кандидат психологічних наук, доцент

кафедри загальної психології

**Білоус Олександр Вікторович**

Допустити до захисту на ЕК №1  
кафедра загальної психології  
протокол № \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_  
завідувач кафедри:  
кандидат психол.наук, доцент  
Юрчинська Г.К.

\_\_\_\_\_  
( підпис

**Київ-2022**

## **Зміст**

<b>ВСТУП</b>	<b>3</b>
<b>РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО СТАНУ ЛЮДИНИ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ</b>	<b>7</b>
1.1. Поняття психічного стану людини: генеза, сутність та структура	7
1.2. Вплив екстремальних обставин війни на психічний стан	22
1.3. Роль медіа в формуванні психічного стану	30
<b>Розділ II. Організація емпіричного дослідження взаємодії людей з медіа на предмет впливу медіа на їх психічний стан під час війни</b>	<b>53</b>
2.1. Методологія емпіричного етапу дослідження	53
2.2. Інтерпретація результатів емпіричного дослідження	63
<b>РОЗДІЛ III. ЗМЕНШЕННЯ НЕГАТИВНОГО ВПЛИВУ МЕДІА НА ПСИХІЧНИЙ СТАН ПІД ЧАС ВІЙНИ</b>	<b>75</b>
3.1. Аналіз впливу медіа на психічний стан людини під час війни	75
3.2. Проект впровадження тренінгів з медійної гігієни задля зменшення негативного впливу медіа на психічний стан людини під час війни	78
<b>ВИСНОВКИ</b>	<b>85</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b>	<b>89</b>

## **ВСТУП**

**Актуальність дослідження.** Поняття психічного стану людини було об'єктом інтересу філософів та психологів починаючи з давніх часів. Ця проблема залишається досить актуальною і для сучасної психологічної науки і практики. Психічні стани є важливою складовою будь-якої психічної регуляції чи поведінкової моделі. При цьому досі не було приділено особливої уваги природі психічних станів людини в науковій, зокрема вітчизняній літературі. Навіть в науковому доробку радянських часів спостерігається превалювання праць російського авторства, тоді як безпосередньо в Україні самостійні дослідження цієї проблематики лише починають зароджуватись як явище.

### **Стан наукової розробки проблематики.**

Проблема дослідження впливу засобів масової інформації на психічний стан особистості під час військового конфлікту розглядалася, насамперед, у працях засновника соціально-когнітивного підходу А. Бандури. Вікові та гендерні особливості впливу медіа, її ресурси та місце у процесах регуляції поведінки під час війни вивчалися здебільшого західними або радянськими психологами (А. В. Бояринцева, Ю. Н. Гончаров, Р. Л. Кричевський, Є. О. Могильовкін, О. А. Шепелева, М. І. Гайдар, Д. Сервон, М. Ш. Магомед-Емінов, В. Г. Ромек, М. Єрусалем, Р. Шварцер, Б. Альмудевер, А. Асгарі, Ф. Бастані, Дж. Капрара, С. Купер та ін.). У вітчизняній психології проблема впливу засобів масової інформації на психічний стан особистості під час військового конфлікту ще тільки починає розроблятися, хоча і є надзвичайно актуальним нині.

Проблема психічних станів, вперше виокремлена Н.Д. Левітовим, досі залишається недостатньо розробленою. Дослідженнями Н.Д. Левітова, Ю.Є. Сосновікової, О.М. Леонова, Л.Г., Дикою, Є.П. Ільїним та інших було встановлено низку найважливіших закономірностей і механізмів, що

стосуються феноменології, структури, функцій, динаміки психічних станів. Поряд із досягненнями у вивченні психічних станів є ряд галузей психології і, насамперед, у педагогічній та психології розвитку, де дослідження поодинокі.

**Об'єкт дослідження:** психічний стан людини в екстремальних умовах.

**Предмет дослідження:** особливості прояву психічних станів людини під одночасним впливом війни та засобів масової комунікації

**Мета дослідження** – проаналізувати рівень впливу засобів масової комунікації на обумовлені війною психічні стани дорослих людей.

Відповідно до мети, завдання дослідження наступні:

1. Здійснити теоретико-методологічний аналіз зарубіжних і вітчизняних теорій психологічного стану людини;
2. Виявити основні психологічні особливості впливу засобів масової комунікації на обумовлені стресом війни психологічні стани людей;
3. Розкрити вплив ЗМІ та соціальних мереж на психічні стани дорослих людей під час російсько-української війни;
4. На основі результатів теоретичної та емпіричної складових дослідження розробити програму медійної гігієни для допомоги людям

**Теоретико-методологічною основою** роботи є системний, історичний методи, метод теоретичного аналізу, абстрагування, узагальнення та інші підходи. Для вирішення поставлених завдань використовується комплекс методів:

1. Теоретичний аналіз, синтез, порівняння та узагальнення матеріалів наукових джерел з досліджуваної проблематики;
2. Дослідження практичного прояву об'єкту шляхом анкетування;

3. Системний підхід надав змогу всебічно дослідити роль і значення впливу медіа під час війни як явища загалом та як інструменту досягнення впливу на психічний стан людини.

4. Констатуючий і формуючий етапи психолого-педагогічного дослідження;

5. Метод абстрагування допоміг розглянути конкретні приклади застосування інструментів реалізації засобів масової інформації в більш ширшому та комплекснішому розумінні глобальної безпеки суспільства.

**Гіпотеза** даної роботи обумовлена тим, що медіа схильні відбиватися негативно на стані, що психологічно потерпають від війни та пов'язаних з нею загроз. За відсутності індивідуальної медійної гігієни, людина при таких обставинах ризикує зіштовхнутись з психологічними розладами.

**Наукова новизна.** На основі результатів дослідження:

- Здійснено комплексний аналіз існуючих точок зору психолого-педагогічної та психологічно-соціальної літератури щодо суті психічних станів людини, їх проявів під впливом стресу війни та підсилення впливом ЗМІ;
- Виявлені основні обумовлені стресом війни психічні стани дорослих у двох вікових категоріях (молоді дорослі та люди середнього віку);
- Окреслено актуальні особливості впливу українських та міжнародних засобів масової комунікації на психічні стани українців в умовах російсько-української війни;
- Надано методичні рекомендації щодо покращення практик медійної гігієни як форми психогігієни задля збереження позитивних психічних станів у дорослих.

**Емпіричне дослідження.** Було проведено емпірично-експериментальне дослідження на випадковій вибірці осіб, не пов'язаних одна з одною. За базу дослідження було взято мешканців міста Лохвиця,

Миргородського району, Полтавської області. Загалом у опитуванні взяли участь 50 осіб, віком від 15 до 65 років. Методологія проведеного емпіричного дослідження – анкетування, інтерв'ю та опитування. Анкетування було проведено відповідно до критеріїв, визначених Л. Паніною. Інтерв'ю та опитування сформульовані відповідно до методики, визначеної А. Страусе та Дж. Корбіном.

**Практичне значення отриманих результатів.** Проведене дослідження серед учасників збройних зіткнень – комбатантів та цивільних, на основі якого були визначені психічні стани які дорослі пережили за час війни та була отримана їхня оцінка впливу медіа на ці стани, а також проведений власний аналіз цього впливу на основі загального опитування. Використання отриманих результатів в галузі освіти, а також їх розповсюдження в інформаційному середовищі дозволяє підвищити обізнаність про негативні особливості впливу ЗМІ та соціальних мереж на психічне здоров'я та покращити психоемоційну резистентність населення до стресу війни. Практична значимість магістерської роботи полягає в розробці програми медійної гігієни, що забезпечує психічну та морально-психологічну безпеку особи від руйнівного впливу засобів масової інформації під час збройного конфлікту.

**Структура дипломної роботи:** вступ, 3 розділи, що об'єднують 7 підрозділів, висновки до розділів, загальні висновки та список використаних джерел 125 (сто двадцять п'ять) сторінок. Загальний обсяг – 99 (дев'яносто дев'ять) сторінок, з яких основний текст – 82 (вісімдесят дві) сторінки.

# РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО СТАНУ ЛЮДИНИ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

## 1.1. Поняття психічного стану людини: генеза, сутність та структура

Теорія поняття «психічний стан» фактично почала розвиватись ще з часів античності. Такі давньогрецькі мислителі як Аристотель, Геракліт, Демокріт, Сократ, Платон та ін. зробили відчутний внесок до визначення психічних станів протягом V-IV ст. до н. е. Гіппократ запропонував розглядати пристосувальну сутність патологічних відхилень психіки, що багато у чому визначає специфіку психологічних станів як захисних реакцій, спрямованих на відновлення організмом його функцій та втраченої рівноваги. Перші ж відомі спроби класифікувати психічні стани людини припадають на праці давньоіндійських авторів IV-III ст. до н. е.. [Клибанівська, с. 195].

Повертаючись до філософського простору давньої Греції, звернімо увагу на те, що Аристотель, розвиваючи вчення про психічний стан, виокремлював категорії «психічного стану» та «психічної діяльності». Він першим зробив висновок про те, що психічний стан нерозривно пов'язаний з людиною яка його переживає, у той же час розвиваючись під впливом зовнішніх дій. Вірогідно на основі тез Аристотеля ця ідея знайшла подальший розвиток в працях давньоримських теоретиків на-кшталт Галіна та Августина [Клибанівська, с. 195].

Продовження розпочатого в давнину теоретичного розвитку питання психологічних станів характерно відбулося в часи Відродження. Тоді, Р. Декарт окреслив зв'язок між зміною поведінки, міміки та функціонування внутрішніх органів людини відповідно до того чи іншого психічного стану. Це можна вважати початком об'єктивного дослідження практичних проявів впливу психічного стану людини на її повсякденну життєдіяльність. В. Вундт

запропонував дихотомічну класифікацію психічних станів, протиставляючи такі категорії як напруга-розслаблення, збудження-заспокоєння [Клибанівська, с. 195].

Ч. Дарвін та У. Джеймс перенесли теорію психічних станів на ще більший рівень деталізації. У. Джеймс, який визначив саму психологію як науку про стан свідомості, говорив, що «будь-який психічний процес необхідно розглядати на тлі загального стану психіки». Основними складовими психічного стану на його думку були характер особистості, мінливість, безперервність та вибірковість – ці чотири категорії на нашу думку найкраще окреслюють природу явища «психічний стан» [Клибанівська, с. 195].

Нових обертів дослідження явища психічного стану набуло в 50-60 рр. ХХ століття. При цьому, досліджуючи розвиток теорії психічного стану у цей період неможливо оминати доробок радянських та, зокрема, російських науковців та психологів.

В. Ільїн стверджував, що психічний стан як цілісна реакція особистості на зовнішні і внутрішні стимули є направленим на досягнення корисного та, відповідно, позитивного результату. Втім на нашу думку такий погляд не може цілком співіснувати з сучасною типологією, відповідно до якої психічні стани можуть бути апріорі позитивними та негативними. При негативних станах активність, продуктивність та здоров'я особистості погіршуються, розвиваються міжособистісні конфлікти [Острополец, с. 13]. Тож не можна стверджувати що будь-який психологічний стан є реакцією орієнтованою на позитивний результат, навіть якщо особа тою чи іншою мірою усвідомлює негативність свого стану.

У сучасному словнику психологічних понять можна знайти наступне визначення: «психічний стан – це визначений тимчасовий рівень цілісного функціонування психіки, що безпосередньо впливає на характер і ефективність діяльності особистості і, як стійкий прояв психіки індивіда, закріплюється і повторюється в її структурі. Психічний стан є відносно



стійкою інтеграцією усіх психічних проявів людини при певній її взаємодії з діяльністю; загальний функціональний рівень психічної активності в залежності від спрямованості діяльності людини в даний момент і її особистісних особливостей». [Синявський, с. 236].

Отже, психічний стан – це тимчасова цілісна характеристика психічної діяльності людини. Психічні стани завжди супроводжують людину у її відносинах з іншими людьми та суспільством загалом [Козляковський, с. 106]. Варто зауважити, що поняття «стан» саме по-собі не є конкретною психологічною категорією на відміну від термінів «функція», «система», «процес», тощо. «Стан» - це узагальнене та не до кінця визначене поняття

Важливо розрізнити поняття психічного стану людини та психічного стану ширшої спільності людей – соціально-психологічне поняття в дослідженні громадської думки та суспільних настроїв.

Психічний стан як правило містить три загальні виміри, а саме: емоційно-оцінний, мотиваційно-спонукальний та активаційно-енергетичний [Козляковський, с. 106-107].

Протягом тривалого часу дослідники розглядали поняття психічного стану як таке що стосується суто активної свідомості людини. Такі мислителі як Аристотель та Р. Декарт вважали, що психічний стан – це те що людина увесь час усвідомлює про себе. Відповідно, психічний стан не може бути несвідомим. Сучасні психологія та філософія натомість усе частіше стверджують, що певні психічні стани часто виникають за межами свідомості [Berger, с. 392].

**Методологія дослідження.** Ю. Трофімов зазначає що для вивчення психічних станів як складних явищ психічної діяльності можуть застосовуватися такі методи як:

- Поведінковий, що передбачає дослідження пози, міміки, пантоміміки, характеру поведінки мовлення та рухів;
- Комунікативно-поведінкові, що передбачають вивчення стилю і характеру взаємодії з іншими індивідами;

- Вегетативні та біохімічні, що зосереджуються на внутрішньо-фізіологічних процесах людського організму [Трофімов, с. 153].

**Класифікація та види психологічних станів.** Психологічні стани, за природою, можна поділяти на стани організації підсвідомості, зокрема вольові

Психологічні стани людини підлягають наступній класифікації за критеріями виникнення [Козляковський, с. 108]:

- За ситуацією та роллю індивіда в ній (особисті та ситуативні);
- За основними компонентами (інтелектуальні, вольові, емоційні тощо);
- За глибиною (глибокі та поверхневі);
- За тривалістю (короткочасні, затяжні, тривалі тощо);
- За впливом на індивіда (позитивні, негативні);
- За мірою усвідомлення;
- За причинами виникнення;

Дослідження в галузі поведінки та діяльності людини поставили питання про необхідність інтегральної оцінки психічної сфери для пояснення причин тієї чи іншої поведінки людини.

Виділення двох категорій психічних явищ поставило перед фахівцями проблему «розірваності», функціональної незв'язаності психічних процесів та психічних властивостей. В одних і тих самих ситуаціях у різних людей реєструються відмінності в перебігу психічних процесів, а в однієї людини одна й та сама ситуація може викликати різне реагування та поведінку. Який зв'язок, залежність між психічними процесами та психічними властивостями? Використовуючи положення теорії систем, можна представити категорії психічних явищ як структурні елементи психіки, але як вони пов'язані між собою, як відбувається функціональний взаємозв'язок між ними? Таким чином, постало питання про необхідність виділення третьої категорії психічних явищ, що функціонально пов'язують дві попередні.

Позиції фахівців із проблеми психічних станів та відповідні їм визначення можна звести до одного з трьох напрямків.

У межах першого напрямку психічний стан сприймається як сукупність показників психічної сфери людини, що характеризують особистість у часі. Так, радянський дослідник М. Д. Левітов визначає психічний стан так: «Це цілісна характеристика психічної діяльності за певний період, що показує своєрідність перебігу психічних процесів залежно від відбиваних предметів і явищ діяльності, попереднього стану та психічних властивостей особистості» [Левітов, с. 7].

Обгрунтовуючи таке тлумачення психічного стану, ним торкається питання терміну «стан», і він виділяє чотири значення цього терміну:

- 1) тимчасове становище, у якому хто-небудь, щось перебуває;
- 2) звання;
- 3) наявність чогось (наприклад, майновий ценз);
- 4) готовність до дії [Левітов, с. 10].

І як зазначає автор: «Безперечно, тільки перше значення адекватно психічному стану». Таким чином, психічний стан - тимчасова (на якомусь відрізку часу) характеристика психічної діяльності (функціонування психіки) [Белл, с. 125].

У рамках цього напрямку існують інші визначення психічного стану, але головне в них одне: стан розкривається як деяка інтегральна характеристика психіки в конкретний (актуальний) момент часу. Слід зазначити, що таке тлумачення психічного стану найпоширеніше у психологічній літературі. Як зазначив Є. П. Ільїн [Ільїн, с. 45], такі описові визначення не прояснюють питання про механізми перебігу стану.

У межах другого напрямку психічний стан сприймається як тло, у якому розгортається психічна діяльність, рівень і спрямованість психічної активності особистості. Явище психічного стану виводиться із поняття тону – «рівня активності-пасивності нервово-психічної діяльності». Психічним еквівалентом тону розглядається психічний стан як загальне

тло всієї психічної діяльності. Такий підхід пов'язаний із уявленнями про функціонування мозку, інтегральним проявом якого є рівень активації центральної нервової системи. Це об'єктивна складова психічного стану.

Друга складова – це ставлення суб'єкта (суб'єктивна оцінка значимості ситуації чи предмета, куди спрямована свідомість людини), що виявляється у переживаннях людини, що з предметами чи особливостями діяльності. У численних прикладних дослідженнях показано тісний функціональний зв'язок між суб'єктивною значимістю ситуації, рівнем активації, швидкістю, точністю та стабільністю перебігу психічних процесів та вираженістю прояву психічних властивостей. Встановлено, що змістовна сторона ситуації вибірково впливає як на психічні процеси, так і на психічні характеристики.

При такому підході психічний стан забезпечує структурну та функціональну організацію тих компонентів психіки, які на даний момент розвитку ситуації виконують функцію активної взаємодії людини із зовнішнім середовищем. Слід зазначити, що подібного трактування психічного стану дотримувалися С. Л. Рубінштейн, В. Вундт [Вундт, с. 113].

У межах третього напрямку психічний стан сприймається як системна реакція психіки людини зміни умов. Використовуючи положення теорії функціональних систем, найбільш повно та послідовно цей підхід представлений Є. П. Ільїним [Ільїн, с. 45]. В основі життєдіяльності живого організму лежать механізми пристосування, цілеспрямованості та самозбереження. Якщо психічний стан – невід'ємна складова життєдіяльності людини, то його визначення мають бути відображені закономірності реалізації цих механізмів.

У найширшому сенсі під станом людини розуміється «реакція функціональних систем на зовнішні та внутрішні дії, спрямована на отримання корисного результату». Під реакцією мається на увазі будь-яка відповідь збудливих систем на зовнішні та внутрішні стимули.

Корисний результат виявляється у сукупності двох цілей: біологічної – збереження цілісності організму та забезпечення життєдіяльності у даних

умовах; соціальної – досягнення мети діяльності. Насамперед йдеться про біологічну доцільність виникнення того чи іншого стану, але в конкретних ситуаціях людина може довільно направити реакцію функціональної системи в напрямку, необхідному для досягнення результату діяльності, іноді навіть на шкоду здоров'ю.

Спеціально підкреслюється, що як реакція – це причинно обумовлене явище, реакція не окремих систем чи органу, а особистості загалом, з включенням у реагування як фізіологічних, так і психічних рівнів управління та регулювання. Є. П. Ільїним дається таке визначення психічного стану: «це цілісна реакція особистості на зовнішні і внутрішні стимули, спрямована на досягнення корисного результату» [Ільїн, с. 52].

При цьому виділяються психологічна сторона стану – переживання та почуття, та фізіологічна – зміна фізіологічних функцій. Зміна ж фізіологічних функцій повністю залежить від рівня активації в даний момент і проявляється у ступені мобілізації функціональних можливостей.

Таким чином, можна зробити висновок, що психічний стан як результат цілісної пристосувальної реакції особистості у відповідь на зміни зовнішніх і внутрішніх умов, спрямованої на досягнення корисного результату, проявляється у переживаннях та ступеня мобілізації функціональних можливостей. У такому розумінні психічного стану розкривається змістовна сторона цього явища, що дає уявлення про принципи детермінації [Моррісон, с. 192].

Зміна внутрішніх умов відбувається під впливом зовнішніх умов, поточних функціональних можливостей та сукупності психічних особливостей людини. Зовнішні умови за принципом детермінізму заломлюються через індивідуальні та особистісні особливості, зумовлюючи індивідуальність орієнтовно-гностичного процесу (аналіз ситуації), який закінчується оцінкою проблеми ситуації. Під оцінкою проблеми ситуації розуміється суб'єктивна оцінка ймовірності досягнення мети, простіше кажучи «впевненості-невпевненості» у досягненні мети.

Оцінка труднощів відповідно до актуалізації конкретного мотиву в даній ситуації запускає механізми пристосування до ситуації та умов, що змінюються (так при константності ситуації з часом змінюються поточні функціональні можливості). Результатом такої пристосувальної реакції особистості виявляються критерії задовільного досягнення мети, певний рівень активації та переживання. Наслідком такої пристосувальної реакції виявляються конкретні характеристики перебігу психічних процесів та виразність прояву психічних властивостей особистості.

Всі три наведені підходи про психічний стан відповідають суті явища. Психічний стан як пристосувальна реакція полягає у зміні рівня активності нервової системи та переживаннях, а це є тлом, який визначає особливості перебігу психічних процесів та вираженість прояву психічних властивостей. Результат такої пристосувальної реакції є характеристика психічної сфери людини в умовах у конкретний час.

Термін «стан» у науковій сфері має два значення – характеристика та невід'ємна властивість явища. Стосовно предмета психологічної науки слід також виділяти два значення терміну «стан» стосовно людини [Швайнгайер, с. 12].

1. Стан як характеристика – це стан об'єкта дослідження – уваги, психомоторики, свідомості тощо, зокрема і психіки загалом – стан психіки. Стан психіки – ситуативна інтегральна, комплексна, цілісна характеристика психічної сфери людини. І такий термін широко використовується у психіатрії.

2. Стан як невід'ємна, атрибутивна властивість психіки людини є форма існування психіки, що функціонально пов'язує дві інші категорії психічних явищ – психічні процеси та психічні властивості. Особливості функціонування психіки в конкретний час є наслідок психічного стану. Конкретні прояви психічної сфери людини є показниками його психічного стану. Саме в психічному стані проявляється діалектика мінливості та

стійкості, об'єктивності та суб'єктивності, мимовільності та довільності, минулого та майбутнього.

Таким чином, психічний стан (стан суб'єкта) детермінує кількісні та якісні характеристики психічних процесів, вираженість прояву психічних властивостей, суб'єктивних проявів стану – почуттів, переживань, настрою. Інтегральною ж характеристикою психічної сфери людини у конкретний час є стан психіки (стан об'єкта). Стан як категорія – причина конкретного функціонування психічної сфери, а як характеристика – наслідок функціонування психіки людини [Ільїн, с. 322].

Наукове вивчення будь-якого явища починається з опису його конкретних проявів та узагальнення даних, тобто класифікації. Необхідність класифікувати явище, що вивчається, це свого роду впорядкування різноманітних фактів прояву досліджуваного явища, на основі якого стає можливим виділення загальних положень його існування – структури, функцій, компонентного складу. Тільки підставі виділення загальних положень можна вирішувати проблему принципів і механізмів перебігу психічних станів. Уявлення про механізм існування явища забезпечує методичну основу його експериментального дослідження. Послідовно розглянемо класифікації, структури та функції психічного стану.

М. Д. Левітов зазначає, що будь-яка ознака може бути покладена в основу класифікації психічних станів. При цьому він зазначає, що «чистих» станів не буває, може йтися про переважання у стані того чи іншого психічного явища. Однак не завжди можна визначити домінування одного компонента.

Виділяються моностани та полістани: перші характеризуються одним-двома проявами психіки, що домінують в даний момент - афективні стани (страх, злість, заздрість), інтелектуальні (сумніви, задумливість); другі характеризуються складним багатоконпонентним змістом (відповідальність, втома) [Моррісон, с. 77].

Психічні стани розрізняють за тривалістю: оперативні - секунди-хвилини; поточні – години-дні та тривалі – тижні-місяці і навіть роки. Виділяються психічні стани норми та патології. Перші характеризуються єдністю, врівноваженістю, підпорядкованістю, повторюваністю структурних характеристик, адекватністю психічного відображення та регулювання. Такі стани розглядаються як гармонійні.

Порушення в перерахованих характеристиках ведуть до порушення функції відображення та регулювання, негармонійності функціонування психіки та як результат провокують розвиток патологічних психічних станів. Також виділяються прикордонні психічні стани: неврози, психопатії. З погляду впливу результати діяльності психічного стану також поділяють на дві групи – позитивні і негативні [Сімпсон, с. 17].

Ряд класифікацій психічного стану побудовано на виділенні рівнів активації ретикулярної формації; рівнів психічної активності свідомості. Показано, що інтенсивність функціонування ретикулярної формації тісно пов'язана з рівнем свідомості та продуктивністю діяльності.

За показниками активності свідомості виділяється: стан зміненої свідомості; стан підвищеної психічної активності; стани середньої (оптимальної) психічної активності; стани зниженої психічної активності; стан переходу від активності (неспанья) до сну; сон зі сновидіннями (бадьорий сон); глибокий сон (повільний); втрата свідомості. З виділених рівнів свідомості пропонуються якісні класифікації психічних станів.

На рівні оптимальної психічної активності спостерігається повна свідомість, що характеризується концентрованою, вибірковою увагою, що легко перемикається, і високою продуктивністю мнемічних процесів. При відхиленні від цього рівня у той чи інший бік відбувається обмеження свідомості за рахунок звуження уваги та погіршення мнемічних функцій, порушується принцип гармонійності функціонування психіки.

Патологічні стани не мають рівня середньої активності, всі розлади психіки відбуваються, зазвичай, і натомість значного відхилення активності



від індивідуально-оптимального рівня у бік зниження чи підвищення. Змінені стани свідомості також характеризуються значним відхиленням від індивідуального оптимуму рівня активності та виникають при впливі на особистість різних факторів: стресових; афектогенних; невротичних та психічних захворювань; гіпнотичних; медитаційних.

Виходячи з ідеї рівня психічної активності стани поділяються на відносно рівноважні (стійкі), що мають середній (оптимальний) рівень психічної активності, та нерівноважні стани (нестійкі), що характеризуються відповідно більш високим або низьким рівнем активності щодо середнього рівня. Перші проявляються у передбачуваній поведінці, високій продуктивності діяльності, комфортності переживань. Другі виникають в особливих умовах життєдіяльності (у критичних, складних та важких періодах та ситуаціях, особливо під час військового конфлікту), часом зумовлюють розвиток граничних та патологічних станів.

По переважанню (вираженості) однією з характеристик психічного стану пропонується розподіляти на класи:

- клас станів, що виділяються за активаційними характеристиками:
  - азарт,
  - натхнення,
  - діяльний стан,
  - стан млявості,
  - апатії;
- клас станів, що виділяються за тонічними характеристиками:
  - неспанння,
  - втома,
  - сон,
  - термінальний стан;
- клас станів, що виділяються за тензійними характеристиками:
  - споглядання,
  - монотонії,

- стресу,
- фрустрації,
- передстартова лихоманка;
- клас станів, що виділяються за емоційними характеристиками:
  - ейфорія,
  - задоволення,
  - тривога,
  - страх,
  - паніка;
- клас станів за рівнем активності – це стан мобілізації:
  - недостатня,
  - адекватна,
  - надлишкова;
- клас депресивних станів;
- клас астеничних станів.

Усі класифікації ґрунтуються на тих чи інших проявах психічного стану людини. Узагальнюючи положення різних класифікацій, варто виділити головне:

- рівень активації нервової системи;
- рівень активності свідомості;
- переважний прояв реагування на ситуацію;
- стійкість-нестійкість станів;
- короткочасність-тривалість станів;
- позитивність-негативність впливу діяльності станів;
- нормальність-патологічність станів.

Оскільки психічний стан розглядається цілісним психічним явищем, ба більше, виділяється як категорія психічних явищ, необхідне вирішення питань про його структурно-функціональну (системну) організацію. Це питання теорії та методології проблеми психічних станів. Від вирішення цих

питань багато в чому залежать концептуальні підходи як до розуміння, так і до діагностики психічного стану.

У структуру психічного стану включаються мета діяльності, особливості спрямованості особистості, оцінка людиною цієї ситуації, передбачення результату діяльності, загальна напруженість, загальний функціональний рівень, співвідношення домінуючих та загальмованих психічних компонентів та їх організація у цій структурі. При цьому зазначається, що та сама структура психічного стану залежно від ситуації може змінюватися.

До структури психічних станів також включаються афективні, когнітивні, вольові та мнемічні компоненти, мотиваційні, емоційні, активаційні процеси. Таким чином, структура цілісного системного явища може змінюватися в процесі функціонування, а також що структура – це набір компонентів або процесів системного явища.

До складу психічного стану включаються показники психічних процесів, фізіологічних реакцій, переживання та поведінка. Наголошується на невіддільності один від одного переживань і фізіологічних змін в організмі. Психологічний та фізіологічний аспекти психічного стану розглядаються складовими одного і того ж явища.

Є. П. Ільїн, визначаючи стан як системну реакцію, включає в структуру три рівні регулювання, які утворюють функціональну систему: психічний – переживання; фізіологічний – соматика та вегетатика та третій – поведінка людини. Стан як цілісна реакція особистості конкретної ситуації пов'язані з формуванням певної функціональної системи, що включає переживання, гуморальну регуляцію із боку ендокринної та вегетативної нервової системи та рухові рівні [Ільїн, с. 5].

Т. А. Немчин у структурі психічного стану виділяє два блоки – інформаційний та енергетичний. Інформація про диспозицію особистості та параметри очікуваного (потрібного) результату стимулює структури мозку,

які запускають активаційні процеси соматичної регуляції та забезпечують енергетичну основу адаптації, пристосування до ситуації [Нємчин, с. 17].

В. А. Ганзен виділяє три структурні елементи опису психічного стану – рівневість, суб'єктивність-об'єктивність та ступінь узагальненості. Перший елемент структури має на увазі рівні організації функціонування соматики та психіки людини: фізіологічний (включає нейрофізіологічні, морфологічні та біохімічні зміни, зрушення фізіологічних функцій); психофізіологічний (це вегетативні реакції, зміни психомоторики та сенсорики); психологічний (особливості перебігу психічних функцій та настрою); соціально-психологічний (тут розглядаються характеристики поведінки, діяльності, відносини та свідомості).

Другий елемент структури розкриває наявність суб'єктивної та об'єктивної сторін психічного стану: суб'єктивна – переживання, об'єктивна – усе те, що реєструється дослідником.

Третій елемент утворюють три групи показників – загальні, особливі і індивідуальні прояви особистості конкретної ситуації [Ганзен, с. 11].

А. О. Прохоров ставить питання про відмінності у структурно-функціональній організації короточасних та тривалих психічних станів, але «комплекси енергетичних складових дозволяють говорити про єдину енергоінформаційну структуру станів». Принциповість відмінностей полягає у рівні енергетичної складової стану. У разі короточасних станів – високий енергетичний потенціал та підтримка високої активності та ефективності всіх підсистем цілісної організації людини під час здійснення цілеспрямованої діяльності. При тривалих станах – низький рівень енергетичної складової, що характеризується комплексами пасивності, тяжкості, напруженості переживань, низьким рівнем психічної активності [Прохоров, с. 117].

Таким чином, як базова основа структури психічного стану слід виділяти енергетичну та інформаційну складові. Інформаційна складова – це процеси суб'єктивного відображення реальності. Енергетична складова являє собою сукупність біохімічних та фізіологічних процесів в організмі.



## 1.2. Вплив екстремальних обставин війни на психічний стан

Проблема збереження психічного здоров'я та працездатності осіб, які зазнавали впливу факторів екстремальних ситуацій, останнім часом привертає увагу великої кількості дослідників. Подібне явище обумовлено тим, що щороку десятки та сотні тисяч людей стають жертвами різних природних, технологічних та соціальних лих та катастроф, а також військових конфліктів, що надзвичайно актуально для України зараз.

Наприклад, у вільних даних про найбільші землетруси ХХ століття наводяться відомості про 340 випадків, які забрали понад один мільйон людських життів. Не менше жертв відзначається під час повеней. Тільки одна повінь 12-13 листопада 1970 року в районі островів та узбережжя Бенгальської затоки супроводжувалася загибеллю понад 500 тисяч людей. Однак останніми роками людство пережило чимало великих технологічних катастроф, що стали результатом діяльності самих людей (введення небезпечних технологій або некомпетентного їх використання та ін.). До них можна віднести аварії на хімічних заводах в Італії, Індії та Німеччині, а також на атомних електростанціях Тримайл Айленд (США) та Чорнобилі.

Серед екстремальних ситуацій особливе місце посідають соціальні катастрофи - результат суспільно-політичної діяльності групи осіб (політичних діячів, партій, спільнот та ін.) або державної влади, що зумовили зниження соціально-політичної стабільності в суспільстві або економічного благополуччя населення, а в крайніх випадках - які призвели до масової загибелі людей.

До категорії соціальних катастроф насамперед слід зарахувати військові локальні конфлікти, які супроводжуються веденням активних бойових дій. Саме з вивчення наслідків військових конфліктів почалося планове дослідження посттравматичного стресового синдрому (PTSD – синдрому), коли в середині 70-х років американське суспільство зіткнулося з

проблемами, породженими дезадаптивною поведінкою ветеранів В'єтнамської війни.

Було встановлено, що у 25% тих, хто воював у В'єтнамі і не має каліцтва, досвід бойових дій спричинив розвиток несприятливих психічних наслідків. Серед поранених і калік кількість хворих на PTSD набагато більша - до 42%. За наявними в даний час даними, "від 54 до 108 тисяч ветеранів у різний час наклали на себе руки, а від 35 до 45 тисяч ведуть замкнутий спосіб життя, майже не спілкуючись із зовнішнім світом". Значні труднощі виникли і з соціальною адаптацією ветеранів, особливо виразно це проглядається при аналізі різних актів насильства, де найбільший відсоток посідає їхню частку.

Слід зазначити, що стресові явища, зумовлені участю у бойових діях та інших екстремальних ситуаціях, стали предметом широкого вивчення вже під час Другої світової війни. Всі відомості про подібні розлади обов'язково включали ряд загальних елементів, найбільш повно описаних в 1941 році Кардинером [Кардинер, с. 150]. Загалом виділені ним симптоми відзначалися й у подальших масових дослідженнях.

До 1980 року накопичена інформація дозволила зробити висновок, що подібні порушення характерні не тільки для ветеранів бойових дій, а й для осіб, які перенесли різні катастрофи, аварії та стихійні лиха, а також брали участь у ліквідації наслідків подібних катастроф. Основною особливістю цього явища є тенденція не тільки не зникати з часом, але і стає більш вираженою, а також проявляється раптово на тлі загального благополуччя. Узагальнення отриманих даних дозволило з 1980 року офіційно говорити про об'єктивне існування посттравматичного стресового синдрому (Post Traumatic Stress Disorder, PTSD).

У роботах присвячених психічним розладам воєнного часу, підкреслюється прямий зв'язок розладів, що виникли, з багатовимірністю патофізіологічних механізмів, поліетиологічності, полігенністю патогенних

факторів військової обстановки [Белл, с. 153]. Однак до цього часу немає загальноприйнятої концепції, що дозволяє пояснити причини, що викликають стійкі порушення психічного та соматичного здоров'я більшості осіб, які зазнали впливу факторів різних екстремальних ситуацій, але безперечним залишається одне - психологічні особливості особистості відіграють значну роль у формуванні різноманітних психічних та соматичних порушень.

Основний негативний психічний стан у військовослужбовців відзначається після припинення бойових дій чи зниження інтенсивності боїв. Цей феномен вивчався у науковій літературі і раніше [Понсонбі, с. 74]. Наприклад, відомо, що частота стресових реакцій залежить як від загального перебігу війни, так і від стратегічної ініціативи військ. Психічна захворюваність знижується, коли бойові дії мають динамічний характер, і зростає в умовах позиційної війни.

У психології екстремальних ситуацій виділяють такі фази психічних реакцій при катастрофах. У цих фазах чітко простежується поведінка, у нашому випадку, особи під час бойових дій.

Першою фазою є героїзм, який починається в момент катастрофи і триває кілька годин. Для цієї фази характерний альтруїзм, героїчна поведінка, викликана бажанням допомогти людям, врятувати їх, а також врятуватися і вижити самому. Але ця фаза має великий недолік - людина недооцінює свої можливості, і виникає помилкова думка, яка не дозволяє "тверезо" оцінювати ситуацію.

Друга фаза виникає у осіб після закінчення бою і називається "медовим місяцем". Тривалість цієї фази становить від 3 до 6 місяців. Ті, хто вижили, переживають велике почуття гордості за те, що подолали всі небезпеки і труднощі і залишилися живими. У цій фазі постраждалі-учасники сподіваються і вірять, що всі труднощі позаду.



Третя фаза – розчарування. Зазвичай триває від 2 місяців до 1-2 років. Виникає сильне обурення та гіркота, зрештою розчарування, що виникає у процесі руйнування цих надій.

Четвертою фазою є відновлення. Починається тоді, коли ті, хто вижив, усвідомлюють, що тепер їм самим необхідно починати все спочатку: облаштовувати побут і брати на себе відповідальність за виконання цих завдань.

Відповідно до свіжого дослідження, проведеного у військових та цивільних шпиталях у 2022 році, у молодих українських солдатів та цивільного населення у зоні бойових дій під час емоційної напруги, обумовленої не цілком усвідомлюваним страхом смерті, спочатку з'являлися дві стресові реакції.

1. Стрессова пошукова активність, спрямована на "знайомство" з небезпекою. Солдати - новачки, по-різному усвідомлюючи це, протиставляють себе небезпеці, смерті. Одні – принижуючи, заперечуючи її; у глибині свідомості вони ніби кажуть: "Стріляйте - не потрапите в мене!", "Не боюся вас!" Це стрессова соціалізація із невидимим джерелом небезпеки. Інші солдати - новачки стверджують себе, свою індивідуальність, як би вимовляючи: "Я невразливий! Я не боюся!" Обидві форми активності могли поєднуватися в тих самих людей. У солдатів, схильних до стрессової активності, при емоційному напруженні кров може приливати до обличчя - вони "червоніють".

2. Друга первинна стрессова реакція – пасивність. Вона виявлялася у загальмованості рухів (з сильною активністю - кататаноїдністю або надмірною розслабленістю - катаплексоїдністю), уповільнення інтелектуальних дій, субдепресивності, зниження схильності до спілкування. У таких солдатів або цивільних під обстрілами при емоційному напруженні може виникати спазм лицьових судин - вони "блідні" при стресі.

У процесі адаптації до військових стресорів диференціація осіб на активних та пасивних перестала бути помітною.

З найдавніших часів вченим - лікарям й у Європі, й у Азії відомо, що у критичних (екстремальних і хворобливих) ситуаціях різноманіття людських відмінностей зменшується, затінюється чи активною, чи пасивною поведінкою, реакцією на несприятливі, загрозливі здоров'ю та життя причини. Як вказував ще Гіппократ, крайня форма активності – манія, пасивності – депресія [Гіппократ, с. 417].

Перші дослідження військового стресу (він ще не називався стресом) були проведені Ернстом Кречмером під час першої світової війни. Активну форму військового стресу він називав "руховою бурєю" [Кречмер, с. 624]. Вона могла виявлятися у формі як слабкого занепокоєння, метушливості, недовірливості, так і сильної стурбованості, метання, нестримної і некерованої біганини, паніки в пошуках уявного порятунку. Пасивну форму військового стресу Кречмер називав "уявною смертю" [Кречмер, с. 625]. Спектр її проявів - від почуття слабкості, субдепресивність, ослаблення сили та тону м'язів до повної, не контрольованої суб'єктом розслабленості (катаплексоїдності), адаптації, депресії, непритомності і навіть летаргії. Ганс Сельє, який запропонував і наситив поняття "стрес", писав, що, 30 років вивчаючи його, він побачив: у психологічному сенсі "стрес" - це перетворення "звичайної" поведінки на активну чи пасивну [Сельє, с. 251].

Численні дослідження військового стресу протягом Другої світової війни, на "малих війнах", у "гарячих точках" нашої планети підтвердили правильність поглядів Кречмера.

Після "малих війн" у В'єтнамі, в Афганістані, на Близькому Сході багато уваги приділяється "посттравматичному стресу" - надбанню багатьох солдатів і офіцерів, які повернулися з війни. Це багатолітнє тривале порушення психіки. У ньому часто перемішані феномени стресової

активності та пасивності. Найбільш успішно посттравматичний стрес вивчений групою Соломон Захова в Ізраїлі, оскільки дослідження починалися у фронтовій смузі і тривали в ході евакуації, лікування та реабілітації постраждалих.

Зауважено, що заручники після звільнення часто співчують, не хочуть, щоб їх заарештували. Небезпека, загальна для терористів та заручників, згуртовує, "ріднить" одних з іншими. Легковажним політикам та судовим слідчим колишні заручники починають здаватися "пособниками" терористів.

При штурмі обложених терористів виникає "братство по крові", яка може бути пролита і ними, і заручниками. У такій ситуації починають діяти рефлекси пошуку захисника (сильного, владного). Виникає психологічна спайка "підвладних" та "володарів", якщо "володарі" [Субота, с. 28]:

а) у чомусь зрівняні з "підвладними": загальною небезпекою, спільними негараздами, спільною здобиччю, спільною радістю порятунку від смерті;

б) людяним, співчутливим ставленням "володарів" до "підвладних".

Наприклад, у часи російської окупаційної збройної кампанії проти Чеченської Республіки Ічкерія, чеченці відрізнялися етноархаїчними рефlekсами по відношенню до бранців як до поважної цінності. Вони відносилися до заручників із видимою доброзичливістю.

За розповідями свідків у місті Будионівську чеченці, бачачи початок штурму вкривали та заспокоювали заручників. У селищі Первомайському керівник чеченців Салман Радуєв обходив заручників, заспокоюючи їх, розповідав про останні події. На відміну від багатьох інших терористів обложені чеченці зберігали дитячу грайливість. Гучна трансляція танцювальної музики, що зазвичай кидає обложених у зневіру, у чеченців у

Первомайському викликала непідробну радість і танець. Це підбадьорувало і заручників, "ріднило" їх із чеченцями, пробуджуючи дитячий рефлекс.

Навіть коли розстрілювали когось із заручників, спрацьовував психологічний механізм за принципом "розділяй і володарюй". Люди, що опинилися в привілейованому становищі, при стресі, як правило, відвертаються від паріїв, приречених, "опущених" (кримінальний жаргон).

Даремно лають міфічних психологів, які не працюють із колишніми заручниками, щоб позбавити їх від синдрому "поріднення" з терористами. По-перше, у психологів цього немає. По-друге, цей синдром дуже стійкий він зберігається десятиліттями в українському народі, який був "заручником" у кривавого сталінсько-комуністичного режиму, але частина старшого вікового покоління відчуває до нього парадоксальну відданість. Не втрата історичної пам'яті, не спроба висловити протест противникам комуністів, не масова легковажність. Це психобіологічний рефлекс збереження традицій підпорядкованості, досягнутої жорстокістю [Субота, с. 71].

Психологам все частіше доводиться працювати з людьми, які перенесли психічну травму через екстремальну ситуацію: жертв технологічних катастроф, насильства, заручництва, природних катастроф і воєн. З людьми, які перенесли психотравму внаслідок екстремальних ситуацій, у 20% через певний час (2-6 місяців) виникають проблеми в одній або кількох сферах життя, афективні, психосоціальні, професійні, психосоматичні. Негайне психотерапевтичне втручання якомога ближче до перенесеної травми, допомагає попередити наслідки та перехід цих наслідків у хронічну форму.

Аналіз психічного стану військовослужбовців, які виконують військові обов'язки в екстремальних умовах діяльності при значних психоемоційних навантаженнях, викликаних наявністю реальної вітальної загрози, дозволяє стверджувати, що психогенні фактори такої загрози викликають негативну

реакцію. Тому завдання психологів є допомога людям в екстремальних ситуаціях.

Це питання набуло значної актуальності в Україні у нинішні часи, адже зараз сотні тисяч цивільних та військових були безпосередньо присутніми при тісному контакті ведення бою, а майже все населення України пережило та досі переживає кривавий ракетний терор держави-агресора.

### 1.3. Роль медіа в формуванні психічного стану

Перший крок по дорозі цивілізованого впливу медіа – усвідомлення своїх справжніх цілей. Усвідомивши свої цілі, можна вирішити, наскільки вони гідні того, щоб ми прагнули їх реалізувати, а потім знайти цивілізовані способи отримання допомоги та підтримки інших суб'єктів їх здійснення [Ратхі, с. 3].

Під цивілізованим впливом у цьому контексті розуміється вплив:

- відповідний правилам етикету;
- відповідний етичним нормам, прийнятим самим суб'єктом.

«Норми етикету – це способи надання поваги, знаків уваги, поваги... Етикет набуває моральної цінності, як сукупність знаків визнання, які задовольняють потребу людей у соціальних «погладжуваннях». Тому навіть формальний, умовний прояв почуттів має моральне значення...» [Ратхі, с. 4].

Отже, цивілізований вплив - це вплив одночасно і правильно виконуваний, і благородний - такий, що гідний людини. У табл. 1 дано визначення різних видів впливу, у табл. 2 – визначення різних видів протистояння впливу.

<b>Таблиця 1. Види психічного впливу</b>	
<b>Вид впливу</b>	<b>Визначення</b>
Аргументація	Висловлювання та обговорення доказів на користь певного рішення чи позиції з метою формування чи зміни ставлення співрозмовника до цього рішення чи позиції.
Самопросування	Оголошення своїх цілей і пред'явлення свідчень своєї

	компетентності та кваліфікації для того, щоб бути гідно оціненим і завдяки цьому отримати перевагу на виборах, при призначенні на посаду та ін.
Маніпуляція	Приховане спонукання адресата до переживання певних станів, прийняття рішень та/або виконання дій, необхідних для досягнення ініціатором своїх власних цілей.
Зараження	Передача свого стану чи відносини іншій людині чи групі людей, які якимось чином (поки не знайшли пояснення) переймають цей стан чи ставлення. Передаватися стан може як мимоволі, так і довільно, засвоюватись – також мимоволі чи довільно.
Пробудження імпульсу до наслідування	Здатність викликати прагнення бути подібним до себе. Ця здатність може мимоволі проявлятися, і довільно використовуватися. Прагнення наслідувати і наслідування (копіювання чужої поведінки та способу мислення) також може бути довільним та мимовільним.
Формування прихильності	Залучення до себе мимовільної уваги адресата шляхом прояву

	ініціатором власної непересічності та привабливості, висловлювання сприятливих суджень про адресата, наслідування або надання йому послуги.
Прохання	Звернення до адресата із закликом задовольнити потреби чи бажання ініціатора впливу.
Ігнорування	Умисна неувага, розсіяність стосовно партнера, його висловлювань та дій. Найчастіше сприймається як ознака зневаги та неповаги, однак у деяких випадках постає як тактовна форма прощення безтактності чи незручності, допущеної партнером.
Примушування	Поневолення (синонім слова «примус») людини до виконання певних дій за допомогою загроз та поневірянь. У найбільш грубих формах примусу можуть використовуватись загрози фізичної розправи, обмеження волі та фізичні впливи. В останніх двох випадках примус перестає бути власне психологічним засобом впливу.
Напад	Раптова атака на чужу психіку, що здійснюється зі свідомим наміром



	<p>або без такого і є формою розрядки емоційної напруги. Висловлювання зневажливих чи образливих суджень про особистість людини; грубе агресивне судження, паплюження чи осміювання його справ та вчинків; нагадування про ганебні чи образливі факти його біографії; безапеляційне нав'язування своїх порад та ін.</p>
Навіювання	<p>Свідомий неаргументований вплив на людину або групу людей, що має на меті зміну стану, ставлення до чогось і створення схильності до певних дій.</p>

**Таблиця 2. Види психічного протистояння впливу**

<b>Вид протистояння впливу</b>	<b>Визначення</b>
Контраргументація	<p>Свідома аргументована відповідь на спробу переконання, яка спростовує або заперечує доводи ініціатора впливу.</p>
Психологічна самооборона	<p>Застосування мовних формул та інтонаційних засобів, що дозволяють зберегти присутність духу та виграти час для обмірковування подальших кроків у</p>

	ситуації деструктивної критики, примусу чи маніпуляції.
Інформаційний діалог	Прояснення позиції партнера та власної позиції шляхом обміну питаннями та відповідями, повідомленнями та пропозиціями.
Конструктивна критика	Підкріплене фактами обговорення цілей, засобів або дій ініціатора впливу та обґрунтування їх невідповідності цілям, умовам та вимогам адресата.
Конфронтація	Відкрите та послідовне протиставлення адресатом своєї позиції та своїх вимог ініціатору впливу.
Енергетична мобілізація	Намірна активізація фактів, що виробляють, живлять, відновлюють та посилюють індивідуальну енергію; зокрема, перетворення будь-яких негативних чи амбівалентних емоцій на гнів.
Творчість	Створення нового, нехтуючого впливом зразка, прикладу чи моди, або долає його.
Ухилення	Прагнення уникати будь-яких форм взаємодії з ініціатором впливу, у тому числі випадкових особистих

	зустрічей чи зіткнень.
Відмова	Вираз адресатом своєї незгоди виконати прохання ініціатора впливу.

ЗМІ має величезну кількість функцій у абсолютно різних сферах, як, наприклад [Бонанно, с. 74-76]:

1. комунікативна — функція спілкування, налагодження контакту, яка називається вихідною функцією журналістики;
2. безпосередньо-організаторська, в якій найбільше наочно проявляється роль журналістики як «четвертої влади» в суспільстві;
3. ідеологічна (соціально-орієнтуюча), пов'язана із прагненням надати глибокий вплив на світоглядні основи та ціннісні орієнтації аудиторії, на самосвідомість людей, їх ідеали та прагнення, включаючи мотивацію поведінкових актів;
4. культурно-освітня, що полягає, в тому, щоб, будучи одним із інститутів культури суспільства, брати участь у пропаганді та поширенні в житті суспільства високих культурних цінностей, виховувати людей на зразках загальносвітової культури, тим самим сприяючи всебічному розвитку людини;
5. рекламно-довідкова, пов'язана із задоволенням утилітарних запитів у зв'язку зі світом захоплень різних верств аудиторії (сад, город, туризм, колекціонування, шахи і т.п.);
6. рекреативна (розваги, зняття напруги, отримання насолоди).

ЗМІ виявляють себе в різних сферах, у кожній з яких ЗМІ виконують свою певну функцію. Громадська свідомість - це відображення матеріального ставлення людей один до одного і до природи в процесі ставлення людей до

дійсності. ЗМІ через вплив на суспільство загалом впливають на кожну людину окремо, формуючи певні однакові емоції та дії.

Таким чином, завдяки ЗМІ формується громадська думка – стан масової свідомості, що містить у собі приховане чи явне ставлення різних соціальних спільностей до проблем, подій дійсності. Громадська думка багато в чому визначає суспільне життя та спрямовує діяльність деяких соціальних інститутів, у тому числі і діяльність ЗМІ.

Оскільки ЗМІ намагаються висвітлювати значущі, актуальні для суспільства проблеми та багато в чому розглядають їх з погляду громадської думки, можна дійти невтішного висновку, як і думку може визначати діяльність ЗМІ. Але й саме думка формується під впливом різних факторів [Бонанно, с. 81].

Відмінності ЗМІ – це:

- публічність, тобто необмежене коло користувачів;
- наявність спеціальних технічних приладів, апаратури;
- непостійний обсяг аудиторії, що змінюється залежно від виявленого інтересу до тієї чи іншої передачі, повідомлення чи статті.

Власне журналістика прямо пов'язана з використанням розвинених технічних засобів комунікації - преси (засобів поширення інформації за допомогою друкованого відтворення тексту та зображення), радіо (передачі звукової інформації за допомогою електромагнітних хвиль) та телебачення (передачі звукової та відеоінформації також за допомогою електромагнітних хвиль; для радіо та телебачення обов'язкове використання відповідного приймача).

Завдяки використанню цих комунікаційних засобів виникли три підсистеми ЗМІ: друк, радіо та телебачення, кожна з яких складається з величезної кількості каналів — окремих газет, журналів, альманахів,

книжкової продукції, програм радіо та телебачення, здатних поширюватися як у всьому світі, так і в невеликих регіонах (області, райони, округи).

Кожна підсистема виконує свою частку функцій журналістики з урахуванням своїх специфічних особливостей. Друк має властивості, за якими він програє іншим засобам комунікації. Якщо телебачення і особливо радіо здатні передавати інформацію практично безперервно і дуже оперативно, то друк самою технологією приречений на дискретність випуску номерів і книг.

В даний час частота випуску друкованої періодики коливається від щоденного (газета) до щорічного (альманах). Звичайно, можна робити випуски газет, особливо з екстреною інформацією, і кілька разів на добу (так часто траплялося в умовах нерозвиненості інших засобів комунікацій), але це пов'язано з труднощами друку та доставки, і тому з поширенням радіо та телебачення така практика майже припинилася.

Таким чином преса програє в оперативності інформування. Адже неможливо уникнути значного розриву у часі між підготовкою номера, друкуванням тиражу, доставкою та отриманням його «споживачем». Це особливо стосується преси, яка розповсюджується по всій країні.

Телевізійна специфіка народилася як би на перетині можливостей радіо та кіно. Від радіо телебачення взяло можливість передавати сигнал за допомогою радіохвиль на далекі відстані - цей сигнал одночасно має звукову та відеоінформацію, яка на екрані телевізора в залежності від характеру передачі несе кінематографічний характер або характер фотокадра, схеми, графіка і т.д. На екрані телевізора можна відтворити друкований текст.

Друк, радіо і телебачення є своєрідним “тріумвірат” засобів, кожний з яких має низку особливостей, що виявляються як і способи донесення інформації до аудиторії. Проте за наявності специфічних властивостей друк, радіо та телебачення мають щось спільне — це здатність донести до масової

аудиторії більш менш оперативно словесно-понятійну та емоційно-образну інформацію. Але є й своєрідні риси, що належать лише якомусь одному засобу (кінематографічне зображення на телебаченні, словесно-літературна інформація в пресі, не візуальне звукове повідомлення на радіо) [Бонанно, с. 87-91].

Досягнення людини в галузі науки та техніки дозволили з'явитися таким ЗМІ як інтернет та реклама. В останні роки спостерігається прискорена комп'ютеризація всіх сфер суспільного життя та на шляху розвитку інформаційних технологій майже повністю відсутні бар'єри. Інтернет – породжена цими технологіями глобальна система пошуку та передачі, у ЗМІ грає не останню роль [Слетаєр, с. 8].

Реклама – це частина нашого життя. Вона предмет вивчення дослідників у багатьох областях. Всі намагаються провести аналіз, яким чином реклама може так впливати на споживача, щоб він піддався навіюванню, прийняв на переосмислення сторонню інформацію і як результат, зробив правильний вибір.

Ефективність реклами залежить, передусім, від ступеня охоплення аудиторії, що забезпечується симбіозом реклами та ЗМІ. Для сучасних ЗМІ реклама - одне з основних джерел доходу. Однак ця обставина має один істотний негативний момент — надмірне використання реклами, навіювання думки про те, що придбання тих чи інших товарів зробить людину щасливішою, привабливішою або сприятиме вищому статусу в суспільстві, призводить до деформації системи цінностей людини, підміняючи стимули внутрішньої, духовного розвитку стимулами споживання [Туллул, с. 2].

“...якщо ти можеш щось, показуй противнику, ніби не можеш; якщо ти користуєшся чимось, показуй йому, ніби ти цим не користуєшся; хоч ти й був близько, показуй, ніби ти далеко; хоч ти й був далеко, показуй, ніби ти близько; замануй його вигодою; приведи його в розлад і бери його; якщо в

нього все повно, будь наготові; якщо він сильний, ухиляйся від нього; викличи у ньому гнів, приведи його у стан розладу; прийнявши смиренний вигляд, викличи у ньому зарозумілість; якщо його сили свіжі, втоми його; якщо в нього дружні, роз'єднай; нападай на нього, коли він не готовий; виступай, коли він не чекає..." [Тулул, с. 4].

Реальність, що оточує нас, невпинно і ретельно систематизується мозком: нові знання і навички, нова інформація і нові події включаються або в вже створені раніше структури досвіду, або утворюють нові. З самого моменту народження ми починаємо збирати і обробляти сенсорну інформацію, що надходить. Спочатку її розподіл дуже примітивний – на приємне і не приємне, але в міру «зростання» інформація може набувати різних значень (наприклад: позитивна та негативна).

ЗМІ висвітлюють різні актуальні суспільні проблеми і тим самим впливають на думку та поведінку людей як у суспільстві, так і індивідуально. Особливо це питання є актуальним у період проведення бойових дій. До технічного інструментарію ЗМІ належать преса, радіо, телебачення, а останнім часом інтернет та реклама. В останні десятиліття засоби комунікації зазнають суттєвих змін внаслідок поширення супутникового зв'язку, кабельного радіо та телебачення, електронних текстових комунікаційних систем (відео-, екранних та кабельних текстів), а також індивідуальних засобів накопичення та друкування інформації (касет, дискет, дисків, USB, принтерів). Але найбільш масовий і сильний вплив на суспільство мають аудіовізуальні ЗМІ: радіо та телебачення, інтернет та реклама.

У сучасних умовах доступ до ЗМІ – це необхідна умова формування впливу. ЗМІ - це свого роду коріння, за допомогою якого отримує життєві сили будь-яка організація. Активна роль ЗМІ пов'язана з їх впливом на різні етапи та сторони інформаційного процесу в суспільстві, але потік інформації в сучасному світі настільки різноманітний та суперечливий, що самотійно

розібратися в ньому не в змозі ні окрема людина, ні навіть група фахівців [Гаврилова, с. 18].

Друк (газети, тижневики, журнали, альманахи, книги) набув особливого місця у системі ЗМІ. Продукція, що вийшла з-під друкарського верстата, несе інформацію у вигляді надрукованого літерного тексту, фотографій, малюнків, плакатів, схем, графіків та інших образотворчо-графічних форм, які сприймаються читачем-глядачем без допомоги будь-яких додаткових засобів. Ця обставина сприяє виявленню низки важливих властивостей взаємовідносин преси та аудиторії.

По-перше, є можливість швидкого оглядового ознайомлення з усім «репертуаром» повідомлень, включених у номер або книгу. Завдяки цьому можна скласти загальне враження про зміст випуску і, обравши цікавий матеріал, визначити характер «вилучення» (перегляд, вибіркоче ознайомлення, докладне читання, збереження номера або вирізки з нього для зберігання і повторного ознайомлення і т.д.). Крім того, людина має можливість самому аналізувати інформацію.

По-друге, можна користуватися можливостями «відкладеного читання», після первинного ознайомлення залишити матеріал для уважного та докладного прочитання у зручний час та у відповідному місці (наприклад, перенести знайомство з номером на вечір, перервати читання книги, щоб повернутися до нього пізніше і т.д.).

Все це можливо тому, що друковані видання легко мати «при собі» і звертатися до «вилучення» інформації у зручний час, не заважаючи оточуючим, та в обставинах, що не дозволяють чи заважають слухати радіо чи дивитися телепередачі (у поїзді, метро, автобусі, літака і т.д.). При цьому читання тексту та сприйняття образотворчого друкованого матеріалу проходить відповідно до бажання вибірково, у тому порядку, темпі та ритмі, які встановлює сам читач. Він може звертатися до того самого твору кілька



разів, зберігати потрібне, підкреслювати, робити позначки на полях (маргіналії) і т.п.

Все це визначає безліч позитивних сторін при контакті з друкованими виданнями, що робить їх на цей період незамінними та важливими носіями масової інформації. Однак, їх корисне навантаження під час війни, при хаосі в державній системі та діяльності бізнесу, зводиться нанівець.

Другим за часом появи засобом масової комунікації є радіомовлення. Найбільш характерною його рисою і те, що носієм інформації у разі виявляється лише звук (включаючи і паузи). Радіозв'язок (який використовує радіохвилі — ефірне мовлення, що здійснюється по проводах — провідне мовлення) дозволяє миттєво передавати інформацію на необмежені відстані, причому отримання сигналу відбувається в момент передачі (або при передачі на дуже великі відстані — з невеликою затримкою). Звідси можливість такої оперативності радіомовлення, коли повідомлення надходить практично в момент здійснення події, чого неможливо в принципі досягти в пресі.

Крім того, радіо дуже популярне серед автолюбителів, оскільки немає можливості звертатися до друкованих видань та телебачення. Якщо спочатку радіо було здатне транслювати тільки мовні повідомлення, то в міру вдосконалення радіотехніки, що передає і приймає, стала можливою передача звуку всіх типів — мови, музики, шумів. Завдяки цьому радіо здатне створювати повноцінну звукову картину світу.

Винахід різних способів запису звуку дозволило широко використовувати можливості монтажу, відтворювати повністю або "цитувати" передачі, що давно пройшли, і т.д.

Характерним для радіо є позавізуальність (лат. *Viseo* - «бачення»). На перший погляд це недолік радіо, насправді, складаючи глибоку основу специфіки радіо, позавізуальність дозволяє реалізувати можливості звуку

такою мірою, якою не дозволяє зробити це телебачення. Відсутність відеоряду представляє слухачам радіо дві групи можливостей сприйняття. Слухачі радіо мають можливість сприймати звук повніше і глибше, оскільки слухач не відволікається від промови, музики, голосів життя, що звучить, “не ділить” своєї уваги між звуком і тим, що його супроводжує. У цьому сенсі існує велика різниця між прослуховуванням концерту класичної музики по радіо і "слуханням - переглядом" його по телебаченню (адже в першому випадку - аудиторія сприймає вже "зроблений" твір, а в другому - може спостерігати за тим, "як робиться" твір диригентом, оркестровими групами, окремими оркестрантами тощо) [Ващенко, с. 88]

Радіо хіба що відфільтровує звук від інших елементів ситуації, що несуть при зоровому сприйнятті інформацію, часто непотрібну і навіть небажану, і зосереджує сприйняття у ньому “самого собою”. Але “монополія” звуку, очевидно, обмежує змогу аудиторії “побачити”, як і ким створюється “звукова картина”. Крім цього, ще одна особливість радіо - та, що відсутність відеоряду дозволяє слухачам виявити свої здібності "фантазування" уявного образу.

Радіотеатр, радіомемуари, читання художніх творів та передача літературно-музичних композицій дозволяють створювати за допомогою музики та тексту своє бачення персонажа, що відповідає особистому характеру сприйняття художнього твору (хоча актор або ведучий певним чином "задає рамки" фантазії слухачів) [Ващенко, с. 90].

Телебачення увійшло у життя у 30-х роках ХХ століття і стало, як і радіо, рівноправним учасником «тріумвірату» засобів масової інформації у 60-х роках ХХ століття. Надалі воно розвивалося випереджаючими темпами і з низки параметрів (подієва інформація, культура, розвага) висунулося на перше місце.

На телебаченні можлива організація оперативних передач, як із студії, і з місця подій (хоча пряме включення має низку труднощів технічного порядку, у зв'язку з недостатнім розвитком відеотехніки і каналів зв'язку). Переваги ж такої оперативної «живої» передачі, що йде прямо в ефірі з місця події, у значно більшому, ніж у радіо, «ефекті присутності», оскільки в органічній єдності знаходяться звуко- та відеоряд і задіяні обидва найважливіші типи рецепторів людини, що забезпечує створення найбільш міцних зв'язків із аудиторією.

На телебаченні "аудіо" і "відео" можуть виступати і на рівних, але в необхідних випадках передачі робляться з акцентом на звуковий ряд, або на відеоряд (як, наприклад, передача з картинної галереї). Специфіка телебачення визначає особливості всіх типів програм і публіцистичних, і художніх, і науково-популярних. На ЗМІ та телебачення зокрема давно вже зважають як на серйозну силу в суспільстві. Ця тема не виходить із «моди». Однак, незважаючи на те, що телебачення – явище комплексне, багатовимірне, робіт, які б враховували комплексність проблеми впливу ЗМІ на культуру суспільства під час збройних конфліктів не так уже й багато.

Телебачення як ЗМІ існує трохи більше півстоліття, однак навіть за такий невеликий за історичними мірками проміжок часу воно стало однією з важливих соціальних потреб людини та одним із найбільш затребуваних під час війни. Однозначно, що жоден із нині діючих засобів масової комунікації не може змагатися з телебаченням за величиною та силою впливу на суспільні процеси, хіба що онлайн-месенджери та веб-сайти в інтернеті. І що більше вага цього інституту у соціальній спільності, то краще простежуються основні функції телебачення:

- розважальна;
- інформативна (повідомлення про факти, значущі для даної спільності);
- передача духовної спадщини;

- трансляція цінностей культури;
- виховна, заснована на прийнятих установках;
- рекреаційна, і т.д.

На індивідуальному рівні глядач може не відчувати, що його інформують, навчають чи виховують. Вкрай рідко людина включає телевізор для цих цілей. Варто повторити ще раз, телепередавач включається, тому що ним передають «зміни». Це є основним стрижнем будь-якої передачі. І все різноманіття телепередач можна звести до двох типів: телепередач із сюжетом; телепередач з особистістю [Ассонов, с. 92].

Із сюжетом все виглядає досить ясно. Так чи інакше навіть репортажі в інформаційних програмах самі журналісти називають «сюжетами». Те саме відбувається і в популярних телеіграх і, безумовно, у телефільмах та серіалах.

З особистістю все виглядає трохи складніше. Тут, здається, теорія про глядацьку увагу дає ґрунтовну тріщину... Розплутати цей вузол можна, почавши з самого слова «особистість». Найчастіше ми використовуємо зі словом особистість прикметник «сильна». А сила, як відомо, робить зміни. Таким чином, особистість на екрані цікава насамперед тим, що вона змінює чи вже змінила щось у собі, у своїй галузі чи суспільстві в цілому [Асонов, с. 93-94].

Людський фактор у «повсякденності». Цей термін під прапором «облік психології індивідуума у процесах» перейшов у соціологію з техніки, де він означає вплив оператора на технологічний процес. Незважаючи на дискусії, що продовжуються в галузі психології та соціології, думаю, виділити компоненти «людського фактора» загалом, не так складно. В індивідуально-психологічному аспекті — це вплив органів чуття на модель «я», що створюється людиною в процесі її індивідуального розвитку, а в соціально-психологічному — вплив місця, яке займає людина в суспільстві, на модель

«я і вони», яка створюється в процесі соціального розвитку Ці моделі взаємопов'язані та взаємодіють.

Наскільки швидко людина може змінитися і як багато часу знадобиться для формування нових світогляду та способу життя — це означає взаємодію між моделями «я» і «я і вони».

Сьогодні на шляху розвитку комп'ютерних інформаційних технологій майже повністю відсутні бар'єри. Інтернет — породжена цими технологіями система пошуку та передачі інформації, безперечно, у найближчому майбутньому набуде абсолютного набору ступенів свободи. Крок у крок із розвитком цієї великої інформаційної структури йде розвиток взаємопов'язаної з нею іншої системи — віртуальної реальності.

Сучасна психологія зазвичай визначає пасивних суб'єктів, що формуються активним середовищем, або ж активних суб'єктів, що діють у середовищі, позбавленого опору, але практично ніколи – активних суб'єктів в активному середовищі. А феномен Інтернету якраз і надає приклад саме такої системи стосунків. Як видно, системи віртуальної реальності дедалі більше виявляються задіяними у процесі життєдіяльності людини, і навіть всього суспільства [Марута, с. 22].

Цілком розумним, правильним та своєчасним є прагнення всебічно вивчити можливості віртуальної реальності, ступеня її прояву, сторони її впливу. Глибоке та всебічне вивчення цього явища відкриває величезні можливості для творчості, навчання, моделювання та багатьох інших галузей, а віртуальні технології, створені та застосовувані на основі розуміння явища віртуальної реальності, принесуть безперечну користь як окремій людині, так і державній системі в цілому.

На сьогоднішній день існують окремі дослідження систем віртуальної реальності, які виражають різні думки щодо майбутності цих систем. Існує чимало оптимістичних прогнозів, у яких дослідники, вчені, аналітики з

переконанням заявляють у тому, що Людство, безсумнівно, очікує повне можливостей цифрове майбутнє [Марута, с. 6].

Існують і протилежні думки, які стверджують, що факт інформаційної революції і майбутній новий соціально-інформаційний устрій суспільства, побудований на базі економіки, що використовує високотехнологічні електронні інструменти, говорить про несприятливі наслідки для суспільства в цілому. Деякі автори переконані, що системи віртуальної реальності в жодному разі не повинні інтегруватися з інформаційною системою Інтернет, а мають розвиватися у замкнутому просторі.

На сайті [www.poll4all.com.us](http://www.poll4all.com.us) було проведено опитування, мета якого полягала у визначенні того, якому з джерел отримання інформації віддає перевагу аудиторія (про доцільність використання Інтернету як середовища проведення психологічних досліджень можна докладно прочитати в роботі В. Кубера Адоліка). Загальна кількість респондентів на 01.11.2022 р. склала 263 363 особи, серед них 72% – це чоловіча стать; основна вікова група 26-30 років (41%), має вищу освіту (55%), є жителями різних регіонів Сполучених Штатів Америки.

Інтернет має такі унікальні характеристики:

- глобальність – надає негайний доступ до інформації з усього світу;
- децентралізованість - відсутність контролю, який існує в інших електронних ЗМІ (телебачення та радіомовлення), незв'язаність географічним розташуванням дає можливість оприлюднити інформацію поза контролем урядів, монополій чи олігополій;
- відкритість - має низькі бар'єри до доступу, низьку вартість створення та розповсюдження інформації;

- безмежність - має необмежену можливість тримати інформацію;
- інтерактивність - дозволяє спілкування однієї людини з іншою, одну людину з багатьма людьми, а також безлічі людей з однією людиною;
- інфраструктурна незалежність — не пов'язана з жодною інфраструктурою, крім телефонної системи;
- підконтрольність користувачеві - користувач може контролювати, яка інформація досягає його комп'ютера і яка інформація виходить з його комп'ютера. [Кубера Адолік, с. 157-165].

Як журналісти, так і військові відчувають певну професійну гордість, вважаючи себе замкненими у взаємно антагоністичних стосунках, кожен з яких пов'язаний непримиренними методами роботи та «кодексами честі». «Суть успішної війни — секретність; суть успішної журналістики — публічність», — йдеться у передмові до інструкцій британського Міністерства оборони (МО) для кореспондентів Оперативної групи під час Фолклендської війни [Віріліо, с. 1].

Як обмежені, так і тотальні війни є численними прикладами напруженості між військовими та медіа-персоналом, яка часто виникає через військову віру в те, що журналісти в переважній більшості керуються своїм виразним примусом і, відповідно, можуть завдати шкоди військовим зусиллям. З військової точки зору така вроджена безвідповідальність, ймовірно, посилюється під час «обмеженої війни», оскільки часто вважають, що «журналістові, який висвітлює обмежений конфлікт, легше підтримувати позицію відстороненості в мирний час». Під час тотальної війни відчутні наслідки поразки роблять витрати на ведення такої війни, включно з розмиванням свободи ЗМІ, більш прийнятними.

У В'єтнамі, на Фолклендських островах і у війні в Перській затоці військові та засоби масової інформації (без урахування суперечок із наглядачами та домовленостей про об'єднання) часто ладнали напрочуд добре, незважаючи на зовнішні відмінності та неодноразові нарікання [Лассвел, с. 3]. Зібрані разом, вони часто, здається, розвивають те, що Каплан (військовий референт у В'єтнамі) описав як «сильну взаємність і залежність, що ненавидить любов» [Лассвел, с. 6].

З неохотою чи з ентузіазмом військові під час багатьох війн 20-го століття прийшли до розуміння потенційно позитивного застосування влади ЗМІ у воєнний час. Засоби масової інформації можуть налагоджувати зв'язки між тилом і фронтом бойових дій, збільшуючи прихильність цивільного населення до війни, одночасно підвищуючи моральний дух учасників бойових дій. Особливістю багатьох війн 20-го сторіччя була більша участь у них цивільних осіб, будь то глядачі, жертви чи активні учасники; і особливістю більшості держав 20-го століття була більша стурбованість власною народною легітимністю.

Таким чином, уряди, пам'ятаючи про власну популярність, зазвичай намагаються використовувати ЗМІ під час війни, щоб переконати громадян у справедливості війни та непримиренності ворога [Лассвел, с. 9]. Наприклад, радянські режими 1980-х років були настільки стурбовані тим, щоб зупинити будь-яку кровотечу в народній підтримці війни в Афганістані, що вони наполягали на тому, щоб загиблих повертали до СРСР у герметичних цинкових трунах, захищених від будь-якого можливого вторгнення ЗМІ. Таким чином, засоби масової інформації служать життєво важливим каналом зв'язку між тими, хто воює, і тими, хто більш віддалено бере участь у війні або побічно переживає її. Але потік новин і зображень, які просочуються через медіа-канали, ймовірно, настільки суворо регулюватиметься державою, наскільки дозволять умови. Новини та зображення стають стратегічним товаром під час війни.



З різних причин медіа однаково важливі для цивільних осіб: як джерела, з яких отримують інформацію, інтерпретації та образи війни, або доповнюють, або замінюють досвід з перших рук. Для багатьох громадян телебачення, ймовірно, було основним постачальником новин (хоча ті, хто дивляться телевізійні новини, також можуть читати звіти преси та входити в Інтернет-служби новин). Чи здатне телебачення, незважаючи на всі його мільйони глядачів і його технологічну здатність передавати зображення майже одночасно з подіями, що знімаються, надавати справді інформативні новини, залишається предметом багатьох дискусій, так само як і здатність медіа робити більше, ніж пропонувати «жорстоку пантоміму безпосередності» при екранізації страждань інших [Ваугх, с. 27].

Телевізійні новини часто критикують за те, що вони є сенсаційними, керуються міркуваннями розваги та ведуться зображеннями на шкоду аналізу та контексту. Замість того, щоб допомогти зрозуміти, що таке війна «насправді», телебачення, ймовірно, применшує її реальність. Як зауважив американський культурний критик Майкл Арлен щодо висвітлення американськими телеканалами війни у В'єтнамі, телебачення робило події «менш реальними, частково зменшеними фізичним розміром телеекрана, який, незважаючи на всі досягнення індустрії, все ще показує картину чоловічків заввишки три дюйми, які стріляють в інших чоловічків заввишки три дюйми» [Арлен, с. 4].

Незважаючи на те, що телебачення не є засобом для розуміння, і частково через нього, воно, безсумнівно, сприймається політиками та військовими як найвпливовіший засіб масової інформації. Сила телебачення зазвичай пояснюється поєднанням величезної аудиторії, візуального впливу та безпосередності. Але те, який саме вплив телебачення (або інші засоби масової інформації) має на аудиторію – наскільки і в який спосіб медіа формують, а не відображають громадську думку – залишається предметом багатьох наукових дискусій.

Деякі, наприклад, воліють бачити головну функцію ЗМІ як «складання порядку денного». Формулювання Бернарда Коена про те, що преса «може не мати успіху, розповідаючи своїм читачам, що думати, але неймовірно успішно розповідає своїм читачам, про що думати», отримала широкий відгомін [Ігнатіфф, с. 81]. Інші пропонують модифікацію: справжній, апріорний порядок денний фактично здійснюється первинними джерелами ЗМІ. Отже, політичні еліти, які люблять представляти себе керованими потужними засобами масової інформації, насправді мають тенденцію відігравати визначальну роль у комунікаційному процесі, будучи звичайними ініціаторами новинних історій і часто як основні «визначники» або «форматори» цих історій [Постман, с. 18].

Інша традиція медіа-науки під впливом постструктурної теорії зосереджується не на ключовій ролі елітних джерел, а на зміні традиційної концепції «споживачів» медіа як по суті пасивних. Замість того, щоб бути властивим газетній колонці чи телевізійній програмі, сенс створюється та витягується особою. Аудиторія (оскільки аудиторія справді об'єднується в гомогенну «аудиторію»), таким чином, не є пасивно вбираючими губками, а активними «переговорниками» значення медіа-текстів.

Якщо, як зауважив сенатор США Хірам Джонсон у 1917 році, «на війні правда є першою жертвою» [Тушман, с. 1], то причиною так само ймовірно є державна обструкція та обмовка, як і внутрішні труднощі, дилеми та небезпеки, які створює для репортерів війна. Держави часто очікують від своїх засобів масової інформації високого рівня відповідності під час війни, що зазвичай пояснюється міркуваннями оперативної безпеки та захисту конфіденційної військової інформації, необхідної під час війни. Визначаючи, що цілі, заради яких ведеться війна, невіддільні від національних інтересів, держави також значною мірою використовували патріотизм як механізм дисциплінування ЗМІ. Критика війни — її цілей і засобів — у результаті стає актом зради [Тушман, с. 17].

Як передбачливо зазначив Артур Понсонбі: «Війна ведеться в цьому тумані брехні, велика частина якої розкрита і прийнята за правду. Туман виникає від страху і підживлюється панікою». [Понсонбі, с. 5] Не дивно, що багато жахливих історій про варварство ворога показали надзвичайну стійкість — принаймні в загальній формі, якщо не в точних деталях — від Першої світової війни до наших днів. ЗМІ часто є добровільними учасниками, якщо не завжди ініціаторами цього процесу демонізації. Можливо, ще більш дивним є те, що частини засобів масової інформації іноді також виявляють бажання дисциплінувати голоси дисидентів у своїй професії.

Засудження цих «зрадників», які намагаються розвіяти «туман брехні», здійснюється не лише державою, але часто й конкуруючими засобами масової інформації, які стоять прямо з урядом і військовими, тавруючи непатріотичними будь-які засоби масової інформації, які встановлюють ширші обмеження на вираження критичних або просто скептичних точок зору. Джон Сімпсон, наприклад, під час війни в Перській затоці з жахом зазначив, що багато його колег вимагали обмеження безкоштовних репортажів. У воєнний час ЗМІ інколи здається, що вони воюють між собою як з державою, так і з ворогом [Понсонбі, с. 20].

Задовго до нашої нинішньої епохи «журналістики знаменитостей» військові репортери любили зображувати себе винятковими особистостями, що діють у виняткових обставинах: «солдатами без засобів самозахисту, які випробовують небезпеку, щоб принести новини з пекла» [Сімпсон, с. 51]. Особливо зараз цим дуже маніпулюють російські «воєнкори». Але слід остерігатися журналістських міфогравів. Військові кореспонденти належать до більших інформаційних організацій, які дисциплінують свою роботу, іноді в такий рутинний та підсвідомий спосіб, що люди можуть здебільшого не знати про сили, які їх стримують і визначають не лише те, які історії висвітлюються, але й те, як вони оформляються [Моррісон, с. 26].

Подібним чином, новинні організації не залишаються відірваними від політичних, культурних та економічних структур свого суспільства. «Цінності новин», які визначають те, що вважається новиною в різних державах, є продуктом цих широких «невидимих» впливів, а також більш конкретних, інституціоналізованих практик. Хоча журналісти часто стверджують протилежне, «цінності новин» не властиві історіям; тому порядок денний новин не вибирається самостійно.

Як щодо відносин між медіа та їх аудиторією в умовах обмеженої війни? Чи справді цивільні вимагають максимального розкриття своїх ЗМІ під час обмеженої війни? Викликає занепокоєння те, що для тих, хто вважає, що обмежена війна не повинна перешкоджати свободі преси стільки, скільки це відповідає безпеці, дослідження конфліктів на Фолклендських островах і Перській затоці [Белл, с. 18; Гіннекен, с. 90] свідчать про те, що багато американців і британців не дорожать «своїм правом знати» або, принаймні, вважають перемогу у війні як «благо» вищого порядку, ніж свобода ЗМІ [Белл, с. 54]. У звіті Комітету оборони про розслідування поводження з ЗМІ британського МО говориться: «Багато принципів, які нібито вважаються священними та абсолютними в ЗМІ, застосовуються громадськістю в цілому менш жорстко та категорично, коли вони судять про ведення війни своїм урядом. На нашу думку, громадськість, загалом, цілком готова терпіти, щоб її певною мірою ввели в оману, якщо ворога ввели в оману, тим самим сприяючи успіху кампанії» [Гіннекен, с. 106].

Філіп М. Тейлор зазначає, що дослідження аудиторії після війни в Перській Затоці поставило перед собою новий виклик: «очевидне бажання громадськості не знати, крім найменших подробиць, що відбувається, поки це відбувається» [Тейлор, с. 72]. Дослідження аудиторії як у США, так і у Великій Британії показало, що суспільства цих держав, «схоже, готові призупинити своє право знати, якщо вони вірять, що війна буде

справедливою, а очікувані здобутки варті ціни смерті певної кількості професійних солдатів» [Берковіц, с. 8].

Таким чином, скасування права знати є лише тимчасовою необхідністю війни, причому більшість вважає, що шкідливу інформацію слід опублікувати після події [Кук, с. 62]. Але цивільні особи також виправдовують своє бажання не знати — і особливо не бачити сумних зображень втрат під час війни — на тій підставі, що всі знають, що солдати, а іноді й цивільні особи, гинуть на війні, і тому їм не потрібне графічне візуальне підтвердження. Уява може заповнити прогалину, утворену законним відсіюванням на основі «смаку та тону» того, що водночас є надто тривожним і непотрібним. Згідно з дослідженням, лише 57 відсотків вважали правильним те, що ВВС показало закутані тіла жертв Аль-Амірії (під час війни в Перській Затоці), цей висновок підтвердила команда з Лідса, яка виявила значну підтримку самоцензури ВВС щодо цього кадру, 23 відсотки вважають, що телебачення взагалі висвітлює цю історію неправильно [Моррісон&Тумблер, с. 17].

Мовчазне погодження громадськості з обмеженнями, які можна висловити та показати в умовах обмеженої війни, підбадьорює обережних мовників, які вірять, що глядач із творчою уявою може екстраполювати ширшу картину з продезінфікованих відеоматеріалів, не ображаючи його чи її почуття. Браян Беррон з ВВС, наприклад, захищав рішення корпорації не показувати масові втрати іракців на «Шосе смерті» на тій підставі, що «це було досить очевидно, коли ви показали один чи два трупи під ковдрами з гвинтівками нагорі. Якщо ви бачите його занадто багато, це стає випадковим зображенням на екрані» [Беррон, с. 5].

Досвід часів В'єтнаму свідчить про те, що, незважаючи на те, що громадський апетит до новин постійно зростає, елементи американських і британських ЗМІ — та їхня громадськість — менш охоче висвітлюють інакомислення або показують потенційно шкідливі зображення страждань,

навіть під час війни. де порівняно небагато безпосередньо поставлено на карту для цієї публіки.

## **Розділ II. Організація емпіричного дослідження взаємодії людей з медіа на предмет впливу медіа на їх психічний стан під час війни**

### **2.1. Методологія емпіричного етапу дослідження**

Останнім часом стало проводитися багато різних досліджень, пов'язаних з категорією психічних станів. Вчені, перш за все, намагаються визначити який стан, відчуватиме людина у різних ситуаціях. Проте дослідники розглядають, як веде себе людина, у яких ситуаціях, а й стану у процесі трудової діяльності. Однією з робіт, вкладених у вивчення станів у процесі праці є дослідження Прохорова А. О. [Постман, с. 9-26]. Його робота присвячена психічним станам особам, що зазнали негативного впливу бойових дій, що точилися навколо них, без безпосередньої участі їх у цих бойових зіткненнях.

Для цілей дослідження він розробив опитувальник, що включає 109 показників психічних станів, поведінку і продуктивність особистості. В експерименті брало участь 136 цивільних осіб – жертв бойових дій. Усього розглядалося понад 80 станів, згрупованих Прохоровим у 13 груп:

1. Позитивні практичні стани, пов'язані в основному діяльністю особи - активність, готовність, мобілізованість та ін.
2. Творчі-натхнення, наснагу, піднесення, бажання працювати, мститися та ін.
3. Вольові - вимогливість, рішучість, стриманість та ін.
4. Негативні практичні стани - апатія, психічне перенасичення та ін.
5. Органічні, що відображають біологічні потреби - спрага, голод та ін.
6. Позитивні орієнтаційні стани - зацікавленість, подив, допитливість та ін.
7. Негативні орієнтаційні - сумнів, тривога, здивування та ін.

8. Позитивні комунікативні стани – доброзичливість, дружба та інших.
9. Негативні комунікативні стани – байдужість, недоброзичливість, ворожнеча та ін.
10. Позитивні емоційні стани – радість, щастя, насолода та ін.
11. Настрій
12. Негативні емоційні стани – смуток, горе, страждання, почуття провини тощо.
13. Стан свідомості - зосередженість, сонливість та ін.

У діяльності ЗМІ знаходять своє відображення усі зміни у ціннісних орієнтирах людини та суспільства, усі зміни в ідеології держави. Роль ЗМІ розглянута у процесі соціалізації та формування ціннісних орієнтацій суспільства. На думку більшості авторів, що оцінюють вплив ЗМІ на сучасне суспільство, у діяльності ЗМІ щодо соціалізації та формування традиційних позитивних ціннісних орієнтацій поки що переважають переважно негативні моменти, пов'язані з фактичним самоусуненням держави зі сфери регулювання діяльності ЗМІ.

Негативний вплив сучасних ЗМІ під час збройного конфлікту виявляється у маніпуляції масовою свідомістю за допомогою розтиражованих стандартів поведінки, що контролюють та трансформують внутрішній, духовний світ людини. Таким чином, ситуація, що склалася на сьогодні, породжує неоднозначність оцінки ЗМІ. З одного боку, розвиток масової комунікації та ЗМІ позитивно впливає на поінформованість індивідів про навколишній світ, про стан перебігу збройного конфлікту, про втрати ворога, але в той же час за їх розвитком стоїть фактор, що власне маніпулює свідомістю мас [Размислов, с. 35-38].

Сучасний етап розвитку суспільства характеризується зростаючою роллю засобів масової інформації, посиленням їхнього впливу на суспільну свідомість, настрої і поведінку людей. Інформації в сучасному суспільстві



відводиться значне місце, яке вона не займала ні в традиційному, ні в індустріальному періодах. Динаміка зростання обсягу інформації така, що її кількість подвоюється кожні 20 місяців проти 50 років за часів Наполеона [Галлін, с. 18]. Суспільство, що розвивається, вимагає інтенсифікації всіх інформаційних процесів при широкому використанні засобів масової інформації, особливо гостро це виявляється під час збройного конфлікту. Завдяки зростаючим можливостям ЗМІ інформація з високою швидкістю доходить до споживача, багаторазово тиражується та активно впроваджується у свідомість мас.

На сучасному етапі ЗМІ перетворилися з простих засобів пошуку, переробки та передачі інформації у засоби, що контролюють та трансформують внутрішній, духовний світ людини. Замість того, щоб розширювати горизонти розвитку людської свідомості, давати їм суверенність та незалежність у судженнях, сучасні ЗМІ все жорсткіше маніпулюють свідомістю мас за допомогою стандартів поведінки, що розтиражують. Намагаючись донести до споживача інформацію, ЗМІ виконують своє найважливіше завдання зробити так, щоб у масовій свідомості ця інформація викликала реакції, що відповідають вимогам замовника, в особі якого можуть виступати як приватні особи, так і держава. Однак, під час війни, найбільш зацікавленою у результаті діяльності ЗМІ є, звичайно, держава.

Можливості ЗМІ істотно впливати на масову свідомість були помічені давно. Удосконалення технічних можливостей ЗМІ значно розширило масштаби маніпуляції масовою свідомістю, яка легковірною і легко піддається впливу [Фрейд, с. 246]. Маса не має власної думки, оскільки вона непристосована до теоретичного мислення, тому в результаті будь-яка думка в неї доводиться ззовні та під тиском [Ортега, с. 618], а вмиле маніпулювання інформацією робить можливості навіювання на маси із боку ЗМІ практично безмежними.

Сьогодні за допомогою ЗМІ світова громадськість знайомиться із сучасним способом життя. Цей процес може негативно впливати на людину, призводячи до інформаційних перевантажень, що у свою чергу послаблює здатність думати, розмірковувати. Роль ЗМІ у процесі соціалізації та формування ціннісних орієнтацій суспільства буває різною, носячи як позитивний, так і негативний характер. У діяльності ЗМІ знаходять своє відображення усі зміни ціннісної орієнтації, усі зміни в ідеології держави. На думку більшості авторів, що оцінюють вплив ЗМІ на сучасне суспільство, у діяльності ЗМІ щодо соціалізації та формування традиційних позитивних ціннісних орієнтацій поки що переважають переважно негативні моменти, пов'язані з фактичним самоусуненням держави зі сфери регулювання діяльності ЗМІ.

Західними вченими було висловлено тверду думку про те, що однією з найважливіших соціальних ланок формування агресії у дітей та підлітків є вплив засобів масової інформації. Вони наводять дані американських дослідників, які свідчать про достовірний зв'язок між вираженою дитячою жорстокістю та агресивністю, з одного боку, та кількістю побачених на телеекрані епізодів насильства. Дослідження показало, що засоби масової інформації займають величезне місце в житті окремої людини та суспільства загалом.

Телебачення, радіо, друк, інтернет, реклама стали основними джерелами інформації, що формують внутрішній світ людини. Якщо всього сторіччя тому внутрішній світ людей формувався на основі їхнього особистого спілкування, професійної діяльності, подорожей, то сьогодні зовсім не потрібно бути дуже активною людиною, щоб дізнатися про новини з іншого боку планети, нема чого виходити з дому для спілкування з людьми.

Широке розмаїття ЗМІ, здавалося б, має вести до індивідуалізації характеру, діяльності та свідомості людини, давати їй можливість вибору: дивитися чи не дивитися телевізор, а якщо дивитися, то який канал чи

програму, читати чи не читати пресу, слухати чи слухати радіопередачі. Але, на мій погляд, це лише ілюзія, людина не має вибору. Переважна кількість людей дивиться телевизор, самі канали, програми у тому порядку, який затверджений регламентом програми передач.

Зі всіх засобів масової комунікації найвищим маніпулятивним ефектом виділяється телебачення. Існує певна проблема схильності сучасної людини до маніпулювання через телебачення.

Вже було помічено, що телевізійна трансляція є якоюсь щоденною дозою духовного наркотику, що дозволяє на якийсь час знімати невротичну залежність. Позбавлення залежності відбувається шляхом підключення до колективного розуму. Якесь протистояння маніпуляціям з боку ЗМІ практично виключене.

Сучасні політичні технології зобов'язані своїм впливом на маси насамперед візуальним образам телебачення. Телевізійний образ розгортається на екрані у вигляді мозаїки презентативних символів, які не претендують на істинність або на хибність картинок, які вони представляють, але виявляються для людей основним джерелом інформації про навколишній світ.

Телеобрази безпосередньо пов'язані і підпорядковані маніпулятивному впливу на аудиторію. Телевізійна інформація – це насамперед естетична інформація. Телевізійному аудіовізуальному інформаційному потоку чужі цінності логіки – послідовність, аргументація, осмислений контекст, якщо вони заважають розважати чи певним чином «налаштовувати» публіку. Телеобраз, за визначенням, є «відображення» реального життя, але він інсценується як частина цієї реальності. Під час збройних конфліктів ця реальність дуже часто подається без логічного зв'язку та словесної аргументації. Таким чином, у аудиторії складається такий самий погляд на світ довкола себе, який їм вселяє образна телекомунікація.

Але людина завжди дивилася і продовжуватиме дивитися кіно- та телепередачі. Під час війни переважна маса глядачів потребує таких передач, тому що вони необхідні для підтримки особистої та колективної ідентичності, для формування довкола пропонованих ними проєктивних образів основ власної психічної реальності.

На мій погляд, слід виділяти таку важливу роль телебачення, як можливість та позбавлення від неврозу шляхом перегляду, наприклад, кінофільмів. Такі фільми як, наприклад, «Наші котики» або «Кіборги», за силою досягнутих ефектів-впливів на аудиторію та пов'язаних з цим афективних переживань психіки, здатні досягти набагато більшого ефекту, ніж багато психотерапевтичних методик, що потребують методичного та вдумливого занурення пацієнта у свій внутрішній світ.

Професор Нуржанов Б.Г. в одній зі своїх статей дуже точно вказав вплив ЗМІ на свідомість людини: «Сьогодні кожен відчувається як космонавт, відірваний від землі і який рухається в космічному просторі за командою гіпотетичного комп'ютера. Він повинен зберігати певну швидкість для того, щоб не впасти (повернутись) на землю і не розбитися...» [Нуржанов, с. 123].

З виникненням телебачення та його експансії у сучасній культурі ставлення кіно до класичного мистецтва постає у зовсім іншому світлі. Те саме можна сказати щодо кіно та літератури. Поки завдання розповідати (про реальність) залишалася загальною матрицею мистецтва, їхня відмінність залишалася важливим. Людина у просторі телебачення сама стає елементом телемережі, підключеним до неї і що у цьому навіть не двомірному, а безмірному просторі комп'ютерної мережі, ми не належимо більше до об'єктів з колишньою пристрасстю, бажанням володіння, почуттям втрати, ревнощів, скорботи (або радості, щастя). Зникло вимірювання психологічної глибини та високої патетики [Френк, с. 62].

В інформаційному просторі сучасного суспільства значне місце починає займати інтернет відносно недавно (декілька десятиліть), але стрімко увірвавшись у наше життя, що радикально змінює спосіб життя мільйонів людей. Процес інформатизації, зростання інформаційних технологій, з одного боку, дає імпульс до зростання ступеня зрілості суспільних відносин, відкритості суспільного устрою, дієвості суспільної думки, з іншого – надає можливості для маніпуляції суспільною свідомістю [Френк, с. 69].

Характерно, що у сфері інформаційних технологій розгортається найбільш активна боротьба за право керувати «культурними інтересами» людства, яка стає такою ж напруженою та гострою, як і боротьба за території та ринки збуту в рамках індустріальної культури. Як досить цинічно зазначив представник Viasom, корпорації, що часом виступають як ділові партнери, розгортають боротьбу тоді, коли йдеться про «отримання доступу до 50-60 мільйонів глядачів і слухачів». У цей час, як зазначає президент корпорації SONY у США Г. Стінгер, «кожен будинок стає полем битви» [Френк, с. 72].

Інтернет стає важливою складовою політичних комунікацій, що утворюють інформаційне середовище діяльності політичних лідерів та політичних партій. Очевидно, що більший обсяг представленої в мережі інформації стимулює появу дедалі більшої кількості користувачів мережі. Безперечно лише те, що політикам майбутнього доведеться приділити найсерйознішу увагу проблемі голосування через Інтернет (що вже починає впроваджуватися в деяких країнах) та знайти механізми, які забезпечать підвищення активності явки виборців та зростання політичної активності населення.

Ми вже наочно спостерігаємо, що політики нового покоління активно використовують інтернет. Подібна тенденція відбувається і в Україні. Вважається, що найпопулярнішими політиками (особливо серед молоді) є ті, що є активними користувачами соціальних мереж. Таким чином, громадська думка, імідж громадського діяча, пріоритети, які формують характер

політики - все це піддається коригуванню за допомогою стратегій маскульту і свідчить про те, що мас-медіа виступають в інформаційному світі як рівноправний суб'єкт політики та утворюють сильний психологічний ефект [Вітлей, с. 15]. ЗМІ також впливає на перебіг політичних компаній та вибір кандидатів. Інтерактивні ЗМІ уможливають набагато досконаліші опитування громадської думки, ніж це було раніше, завдяки тому, що це будуть не відповіді на ті питання, які допускають лише «так» чи «ні», а відповіді на запитання, що дозволяють респондентові зробити вибір серед багатьох можливостей.

Безперечний той факт, що інтернет формує громадську думку, але поряд з перевагами Інтернет дезінформує, фальсифікує відомості, є чудовим полем для інформаційного тероризму. Особливо відчутно це помітно у період, коли точаться бойові дії навкруги і варто підтримувати психологічний тонус суспільства.

Крім того, друк набув особливого (класичного) місця в системі ЗМІ. Цікавий приклад впливу друкованих ЗМІ на формування психіки людини під час війни, можна простежити в роки Другої Світової війни: найдієвішою в радянській пропаганді стала листівка із зображенням снігового поля, замерзлих трупів німецьких солдатів, а на цьому тлі крупним планом дитина, що плаче; під малюнком було лише три слова: «Vater ist tod» («Тато мертвий»). Багато німецьких солдатів стискали в руках цю листівку як перепустку в полон. Цей приклад з історії ілюструє не пряме переконання людей за допомогою найпростіших фраз типу «піді і зроби», а непряме, опосередковане, де здійснюється вплив на сферу почуттів [Пірущий, с. 118-121].

У більшості випадків нинішнє суспільство характеризується відсутністю власної точки зору, а причиною є запропоновані ЗМІ «рецепти» сприйняття тієї чи іншої події. ЗМІ продукують та поширюють інформацію (знання, норми, цінності), засвоєння якої необхідне для свідомої та дійсної

участі громадян у житті держави та суспільства. Ситуація, що склалася, породжує неоднозначність оцінки ЗМІ.

З одного боку, розвиток масової комунікації та ЗМІ позитивно впливає на поінформованість індивідів про стан бойових дій та збройних зіткнень, про рух лінії фронту та втрати ворога, але в той же час за їх розвитком стоїть фактор, що власне маніпулює свідомістю мас. З іншого боку, ЗМІ є щоденною дозою духовного наркотику, що дозволяє на якийсь час знімати невротичну залежність. Позбавлення залежності відбувається шляхом підключення до колективного розуму. Якесь протистояння маніпуляціям з боку ЗМІ практично виключене.

Саме ЗМІ та масова комунікація серед перших провокують масовізацію особистості, стандартизують погляди, поведінку людей, виробляють однаковість їх реакцій. Головна функція ЗМІ у громадянському суспільстві полягає у перетворенні громадян на величезний, але не зібраний в одному місці натовп - через масову культуру та єдиний потік інформації, які «відливають розуми у однакові, стандартні форми та забезпечують кожній людській одиниці відповідність заданої моделі» [Пірущий, с. 2].

Вже А. Грамші зазначив, що «стандартизація способу думки і дії сягає національного чи навіть континентального розмаху». У цьому він бачив кризу громадянського суспільства. Середній обиватель вірить найбезглуздішим твердженням, хоча здоровий глузд щонайменше змусив би його засумніватися. Континентального розмаху «натовпоутворюючу» дія ЗМІ набуває тому, що вони утворюють єдину мережу, якою справді накривають усю масу людей, які не мають ні часу, ні навичок для критичного сприйняття повідомлень [Тоффлер, с. 51].

У своїй типології інформаційних воєн Тоффлер, якому належить пріоритет в описі цього феномену, принципово розрізняє війни аграрні, які велися за територію, а також війни індустріальні, що розгорталися навколо

засобів виробництва, від воєн Третьої хвилі, від воєн інформаційного віку, які можуть вестися з метою обробки та породження знань та інформації [Тоффлер, с. 3-6].

На жаль, треба визнати, що маніпулятивні прийоми постійно вдосконалюються і ускладнюються, ефективного масового захисту від них не було і, мабуть, не буде. Зауваження про те, що потрібно ставитись до всього критично, можна віднести до риторичним вигуків, адже багато прийомів маніпуляторів розраховані саме на те, що межа критичного сприйняття не буде порушена.

Якось Вінстон Черчілль сказав, що той, хто володіє інформацією, той володіє світом. Сьогодні можна з упевненістю говорити про те, що той, хто контролює ЗМІ, здатний активно впливати на погляди людей, їхню поведінку та загалом на масову свідомість у суспільстві.



## 2.2. Інтерпретація результатів емпіричного дослідження

Серед наслідків війни вплив на психічне здоров'я мирного населення засобами масової інформації є одним із найвагоміших. Дослідження населення в цілому показують певне збільшення захворюваності та поширеності психічних розладів. Жінки страждають більше, ніж чоловіки. Іншими вразливими групами є діти, люди похилого віку та інваліди. Показники поширеності пов'язані зі ступенем травми та наявністю фізичної та емоційної підтримки. Використання культурних і релігійних стратегій подолання є частим у країнах, що розвиваються [Лопез-Ібор, с. 17].

Початок ХХІ століття є знаменним у розумінні зв'язку між війною та психічним здоров'ям. Кожен день засоби масової інформації розповідають про жахи триваючої «воєнної» ситуації в Іраку, Сомалі, Косово, Нагірного Карабаху та України. Деякі нещодавні цитати зі ЗМІ описують вплив війни на психічне здоров'я: «Ми живемо в стані постійного страху» (в Україні); «Війна завдає шкоди психічному здоров'ю українців»; «Травма війни залишає фізичний слід»; «Війна — це пекло... вона має вплив на людей, які беруть участь, який ніколи не загоїть»; «Війна жахлива і поза розумінням і досвідом більшості людей»; «Виросло покоління, яке знало лише війну» [Баінгана, с. 3-5].

Війни відіграли важливу роль в історії дослідження зв'язку психіатрії та засобів масової інформації. Саме психологічний вплив світових війн у формі артилерійського удару підтримав ефективність психологічних втручань у першій половині 20 століття. Саме визнання частки населення, непридатного для призову в армію під час Другої світової війни, стало поштовхом до створення Національного інституту психічного здоров'я США. Відмінності в прояві психологічних симптомів серед офіцерів і солдатів та цивільного населення від впливу ЗМІ відкрили нові шляхи розуміння психіатричних реакцій на стрес [Грін, с. 1].

Протягом останнього року було видано велику кількість книг і документів, присвячених впливу під час війни пропаганди ЗМІ на психічне здоров'я. Серед них книга Всесвітньої організації з охорони здоров'я «Катастрофи та психічне здоров'я»; доповідь Світового банку «Психічне здоров'я та конфлікти – Концептуальна основа та підходи»; книга Організації Об'єднаних Націй (ООН) «Травматичні інтервенції під час війни та миру: запобігання, практика та політика»; документ Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) «Стан дітей у світі – дитинство під загрозою»; книга «Травма та роль психічного здоров'я в постконфліктному відновленні» і розділ «Війна та психічне здоров'я в Африці» в книзі Всесвітньої організації з охорони здоров'я «Основи клінічної психіатрії для Африки на південь від Сахари».

Хоча після Другої світової війни не було жодної світової війни, протягом останніх 77 років були війни та конфлікти. Наприклад, у 22 країнах регіону Східного Середземномор'я Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) понад 80% населення перебувають у конфліктній ситуації або пережили таку ситуацію за останню чверть століття [Гош, с. 5].

Війна має катастрофічний вплив на психічне здоров'я та добробут націй. Дослідження показали, що конфліктні ситуації спричиняють більше смертності та інвалідності, ніж будь-яка серйозна хвороба. Війна руйнує громади та сім'ї та часто порушує розвиток соціальної та економічної структури націй. Наслідки війни включають довготривалу фізичну та психологічну шкоду дітям і дорослим, а також зменшення матеріального та людського капіталу.

Смерть унаслідок воєн – це лише «верхівка айсберга». Інші наслідки, окрім смерті, недостатньо задокументовані. Вони включають ендемічну бідність, недоїдання, інвалідність, економічний/соціальний занепад і психосоціальні захворювання, якщо згадати лише деякі. Лише завдяки більш глибокому розумінню конфліктів і безлічі проблем психічного здоров'я, які

виникають через них, можна розробити послідовні та ефективні стратегії вирішення таких проблем.

Важливість, яку ВООЗ надає боротьбі з психологічними травмами війни, була підкреслена резолюцією Всесвітньої асамблеї охорони здоров'я в травні 2019 року, яка закликала держави-члени «посилити дії для захисту дітей від збройних конфліктів і в них», а також резолюцією Виконавчого комітету ВООЗ у січні 2020 року, який закликав «підтримати реалізацію програм відновлення психологічної шкоди війни, конфліктів і стихійних лих» [Мусісі, с. 8-10].

За оцінками ВООЗ, у ситуаціях збройних конфліктів у всьому світі «10% людей, які пережили травматичні події, матимуть серйозні проблеми з психічним здоров'ям, а ще 10% розвинуть поведінку, яка перешкоджатиме їхній здатності ефективно функціонувати. Найбільш поширені такими станами є депресія, тривога та психосоматичні проблеми, такі як безсоння або болі в спині та животі» [ВООЗ Доповідь, с.7-9].

У цьому документі коротко оглядаються дані з опублікованої літератури про вплив війни на психічне здоров'я населення в цілому, біженців, солдатів та окремих уразливих груп. Для цілей цієї роботи термін «війна» використовується для включення як війн, що ведуться між країнами (наприклад, вірменсько-азербайджанський конфлікт, російсько-український збройний конфлікт), так і конфліктів усередині країн (наприклад, Шрі-Ланка).

### **Афганістан**

Понад три десятиліття конфлікту призвели до масових людських страждань і переміщення населення в Афганістані. Два дослідження з цієї країни є значущими як за обсягом, так і за результатами.

У першому дослідженні [Кардоло, с. 18-35] використовувалося національне багатоетапне кластерне опитування населення, яке включало 799

дорослих членів домогосподарства віком від 15 років. 62% респондентів повідомили, що пережили щонайменше чотири травми протягом останніх десяти років. Внаслідок постійного моніторингу медіа, симптоми депресії виявлені у 67,7% респондентів, симптоми тривоги — у 72,2%, посттравматичного стресового розладу (ПТСР) — у 42%. Інваліди та жінки мали гірший стан психічного здоров'я, і був значний зв'язок між станом психічного здоров'я та травматичними подіями. Стратегії подолання включали релігійні та духовні практики.

Друге дослідження [Шольте, с. 115-192] з використанням перехресної багатокластерної вибірки було проведено в провінції Нангархар в Афганістані для оцінки поширеності психічних симптомів, визначення ресурсів, що використовуються для емоційної підтримки та факторів ризику, і оцінки поточного покриття основних потреб. Вибірку склали близько 1011 респондентів віком від 15 років. Майже половина населення пережила травматичні події. Враховуючи вплив національних та міжнародних ЗМІ, симптоми депресії спостерігалися у 38,5% респондентів, симптоми тривоги - у 51,8% і посттравматичного стресового розладу - у 20,4%. Високі показники симптомів були пов'язані з більшою кількістю пережитих травматичних подій. Жінки мали вищі показники, ніж чоловіки. Основними джерелами емоційної підтримки були релігія та сім'я.

### **Балкани**

Конфлікт на Балканах є, мабуть, одним із найбільш досліджених (12-14) за останні роки. Було обстежено психічне здоров'я тих, хто вижив, з обох сторін [Вестермейер, с. 1-29].

Початкове дослідження [Молліка, с. 56-67] серед боснійських біженців продемонструвало зв'язок між психічними розладами (депресією та ПТСР) та інвалідністю. Трирічне подальше дослідження на тій же групі дійшло висновку, що колишні боснійські біженці, які залишилися жити в регіоні,

продовжували демонструвати психічні розлади та інвалідність після початкової оцінки. Було показано нерозривний зв'язок між наявністю депресивних станів та постійним моніторингом респондентом ЗМІ, що показувало програш у боротьбі Боснії [Лопез Кардозо, с. 33-37].

Перехресне кластерне вибіркоче дослідження серед косовських албанців віком від 15 років показало, що 17,1% (95% ДІ 13,2%-21,0%) повідомили про симптоми посттравматичного стресового розладу [Лопез Кардозо, с. 41-48]. Спостерігалось значне лінійне зниження стану психічного здоров'я та соціального функціонування зі збільшенням кількості травматичних подій у осіб віком 65 років і старше, а також із попередніми психіатричними захворюваннями чи хронічними захворюваннями. Внутрішньо переміщені особи мали підвищений ризик психіатричних захворювань. Чоловіки (89%) і жінки (90%) висловили сильне почуття ненависті до сербів, причому 44% чоловіків і 33% жінок заявили, що вони б діяли, керуючись цими почуттями і це почуття у них посилюється після перегляду національних ЗМІ, що висвітлювало події збройного конфлікту.

У дослідженні психічного здоров'я та статусу харчування серед сербської етнічної меншини в Косово, Опитувальник загального здоров'я (GHQ-28) у підкатегоріях соціальної дисфункції та важкої депресії був високим, серед жінок і тих, хто живе самотньо або в невеликих сім'ях більш схильні до психічних захворювань [Салама, с. 44]. У вибірці з 2796 дітей віком від 9 до 14 років було зареєстровано високий рівень посттравматичних симптомів і симптомів горя, коли вони дізнавалися сумні новини про розвиток бойових дій з доступних засобів медіа [Сміт&Петерсон, с. 77-102].

### **Камбоджа**

У Камбоджі довга історія насильства, підкреслена громадянською війною в 1960-х роках, кульмінацією якої стало правління «червоних кхмерів», яке знищило соціальну структуру суспільства. Дослідження

показали, що біженці мали високі рівні психіатричної симптоматики через 10 років [Боенлейн, с. 1-109].

Опитування домогосподарств 993 дорослих із Зони 2, найбільшого камбоджійського табору для переміщених осіб на кордоні Таїланду та Камбоджі, виявило, що понад 80% відчували депресію та мали ряд соматичних скарг, незважаючи на хороший доступ до медичних послуг та вільний перегляд інформації в медіа [Молліка, с. 223-271].

Приблизно 55% і 15% мали показники симптомів, які корелювали із західними критеріями депресії та ПТСР відповідно. Однак, незважаючи на високі зареєстровані рівні травми та симптомів, соціальні та робочі функції були добре збережені у більшості респондентів. Кумулятивна травма продовжувала впливати на рівень психічних симптомів через десятиліття після первинної травми [Молліка, с. 482-488].

У цьому дослідженні також повідомляється, що існує підтримка діагностичної валідності критеріїв ПТСР, за помітним винятком уникнення. Включення дисоціативних симптомів підвищило культурну чутливість ПТСР. Було встановлено, що психіатричний анамнез і поточне фізичне захворювання є факторами ризику ПТСР [Де Йонг, с. 555-562].

Зміни в структурі суспільства призвели до руйнування існуючих захисних мереж, таких як голова села та старійшини в селі, особливо для жінок [Ван де Пут, с. 93-156]. Традиційні цілителі (ченці, медіуми, традиційні помічники), які відігравали важливу роль у підтримці психічного здоров'я спільнот у минулому, втратили свої посади в громаді після конфлікту [Ейзенбург, с. 123-131].

Двадцять сім камбоджійських молодих людей, які отримали серйозну травму у віці від 8 до 12 років, спостерігалися через 3 роки після базової оцінки. Структуроване інтерв'ю та шкали самооцінки показали, що

посттравматичний стресовий розлад все ще був дуже поширеним (48%), а депресія була присутня у 41% [Кінзі, с. 501-504].

### **Чечня (Чеченська республіка Ічкерія, тимчасово окупована росією)**

Порушення прав людини серед чеченського населення були добре задокументовані. Доповідь про невелику кількість чеченських шукачів притулку у Великій Британії доповнює докази зловживань і пов'язаних з ними психологічних наслідків [Гранвілль-Чапман, с. 18]. Психосоціальні проблеми досліджувалися в опитуванні, проведеному в населених пунктах, де проживають переміщені особи [Де Йонг, с. 221-258]. Дві третини респондентів погодилися з твердженням, що конфлікт викликав психічні розлади або почуття розладу. Майже всі респонденти зазначили, що внаслідок щоденного моніторингу ситуації в конфлікті за допомогою ЗМІ, члени їхніх сімей відчують труднощі впоратися з їхніми хвилюваннями чи почуттями. Використаними стратегіями подолання були молитва, розмова, зайнятість і пошук підтримки членів сім'ї.

### **Ірак**

В історії Ірак неодноразово перебував у стані війни: серія державних переворотів у 1960-х роках, ірано-іракська війна (1980-1988 рр.), антикурдська кампанія Аль-Анфаль всередині країни (1986-1989 рр.), іракське вторгнення до Кувейту, що призвело до війни в Перській затоці (1991 р.), і конфлікту, який почався в 2003 році. Економічні санкції, запроваджені ООН після війни в Перській затоці, мали глибокий вплив на здоров'я іракців. Також зафіксовано порушення прав людини [Амовітц, с. 1505-1506].

Існує кілька досліджень про вплив цих конфліктів на психічне здоров'я. Дослідження 45 курдських сімей у двох таборах показало, що ПТСР був присутній у 87% дітей і 60% їхніх опікунів [Ахмад, с. 235-243].

Дослідження за участю 84 чоловіків-біженців з Іраку виявило, що погана соціальна підтримка та руйнівний вплив критикуючих західних ЗМІ є сильнішим провісником депресивних захворювань, ніж травматичні фактори [Горст, с. 90-94].

### **Ізраїль**

Ізраїль перебуває у конфліктній ситуації вже понад п'ять десятиліть. Було проведено велику кількість систематичних досліджень у різних групах населення. Недавнє дослідження [Бляйх, с. 612-620] показало, що 76,7% осіб, які зазнали травми, пов'язаної з медійними новинами про терористичні атаки супротивника, мали принаймні один симптом, пов'язаний із травматичним стресом, тоді як 9,4% відповідали критеріям гострого стресового розладу.

Найпоширенішими механізмами подолання були активний пошук інформації про близьких та соціальна підтримка. Інше дослідження [Бен'яміні, с. 1267-1277] повідомило, що через двадцять років після війни з Ліваном початкова бойова стресова реакція, хронічні захворювання, пов'язані з ПТСР, і фізичні симптоми були пов'язані з більшою залученістю до ризикованої поведінки.

### **Ліван**

Ліван був спустошений громадянською війною (1975-1990 рр.) та ізраїльським вторгненням у 1978 та 1982 роках. Вплив цих конфліктів на психічне здоров'я широко вивчався.

Випадкова вибірка з 658 осіб у віці від 18 до 65 років була випадковим чином відібрана з чотирьох ліванських громад, які зазнали війни [Карам, с. 225-230]. Поширеність великої депресії DSM-III-R протягом життя коливалася в різних громадах від 16,3% до 41,9%. Вплив від інформації, що розповсюджувалася проізраїльськими західними ЗМІ були головними провісниками поточної депресії.



Кореляція між стражданням матері та психічним здоров'ям дитини була досліджена в Бейруті [Брайс, с. 685-695]. Було виявлено, що рівень сприйнятого негативного впливу подій, пов'язаних з війною, тісно пов'язаний із вищими рівнями депресивної симптоматики серед матерів. Виявлено, що рівень депресивної симптоматики у матері є найкращим прогностичним показником захворюваності її дитини.

У дослідженні, проведеному за участю 224 ліванських дітей (10-16 років), кількість травматичних переживань, пов'язаних з новинами про війну, позитивно корелювала з симптомами посттравматичного стресового розладу, причому різні типи психічних травм були по-різному пов'язані з симптомами та спостерігалися у їх матерів [Максауд, с. 70-88].

Перехресне дослідження, проведене серед 118 ліванських заручників війни [Сааб, с. 1249-1257], виявило, що психологічний стрес був присутній у 42,1% вибірки порівняно з 27,8% у контрольній групі. Важливими провісниками дистресу були роки навчання та зростання релігійності після звільнення.

### **Палестина**

Протягом останнього десятиліття велика кількість досліджень повідомляла про високий рівень психосоціальних проблем серед дітей і підлітків, жінок, біженців і в'язнів у Палестині.

Дослідження, проведене Програмою психічного здоров'я Спільноти Гази серед дітей віком 10-19 років [Саррадж, с. 229-238], показало, що 32,7% страждали від симптомів ПТСР, які вимагали психологічного втручання, 49,2% від помірних симптомів ПТСР, 15,6% від легких симптомів ПТСР і лише 2,5% не було симптомів, враховуючи, що діти отримували регулярні повідомлення про новини на фронті.

Дослідження сприйняття палестинцями умов свого життя під час Другої інтифади [Моуса, с. 1-19] показало, що внаслідок спільного сімейного

перегляду новин 46% батьків повідомили про агресивну поведінку своїх дітей, 38% відзначили погані результати в школі, тоді як 39% заявили, що їхні діти страждали від кошмарів. Дослідження також показало, що діти-біженці (53%) частіше, ніж небіженці (41%), поводитися агресивно. 38% респондентів сказали, що основним впливом була стрілянина, 34% заявили, що це було насильство на телебаченні, 7% назвали ув'язнення вдома, а 11% повідомили, що це були арешти та побиття родичів і сусідів. 70% біженців і не біженців заявили, що вони не отримали жодної психологічної підтримки щодо проблем своїх дітей.

У серії досліджень, проведених за останні 10 років Центром психічного здоров'я Гази [Квота, с. 17], найпоширенішими типами травм, які піддаються дітям, були присутність на похоронах (95%), свідки стрілянини (83%), побачення поранених або мертвих незнайомців (67%) і поранених або вбитих членів сім'ї (62%) у засобах масової інформації. Серед дітей, які проживали в зоні обстрілів, 54% страждали на важкий, 33,5% на помірний і 11% на легкий або сумнівний рівень ПТСР. Дівчата були більш вразливими.

## **Руанда**

Проблеми фізичного та психічного здоров'я тих, хто пережив геноцид у Руанді, добре задокументовані [Гуревітч, с. 99]. У нещодавньому спільному дослідженні, яке вивчило 2091 особи [Пхан, с. 602-612], 24,8% відповідали критеріям симптомів посттравматичного стресового розладу, причому скоригований коефіцієнт шансів відповідності критеріям симптомів посттравматичного стресового розладу для кожної додаткової травматичної події становив 1,43.

Респонденти, які відповідали критеріям посттравматичного стресового розладу, мали меншу ймовірність позитивного ставлення до національних судових процесів у Руанді, що свідчить про те, що для успішного примирення слід враховувати наслідки травми. Були повідомлення про стан

здоров'я великої кількості біженців (500 000–800 000 за п'ять днів), які втекли до Гоми, Заїру після захоплення столиці Кігалі, але жоден із них не був досліджений на стан психічного здоров'я.

### **Шрі Ланка**

Конфлікт між сингальською більшістю та тамільською меншістю на Шрі-Ланці триває вже майже 40 років. Одним із перших досліджень, які вивчали психологічні наслідки конфлікту для цивільного населення, було епідеміологічне опитування [Сомасундарам, с. 205-258], яке показало, що лише 6% досліджуваної популяції не зазнавали жодних стресів війни.

Внаслідок широкого поширення медіаінформації про стан збройного конфлікту психосоціальні наслідки спостерігалися у 64% населення, включаючи соматизацію (41%), посттравматичний стресовий розлад (27%), тривожний розлад (26%), велику депресію (25%), зловживання алкоголем і наркотиками (15%) і функціональні порушення (18%). Розпад тамільського суспільства призвів до того, що жінки взяли на себе більше обов'язків, що, у свою чергу, зробило їх більш вразливими до стресу [Стііл, с. 421-435]. Діти та підлітки мали вищу психічну захворюваність.

### **Сомалі**

Дослідження, проведене серед колишніх комбатантів у Сомалі, виявило високу психіатричну захворюваність і вживання ката [ГТЗ, с. 1-25]. Дослідження ЮНІСЕФ виявило докази психологічного впливу тривалої конфліктної ситуації у значній частині вибірки з 10 000 дітей [ЮНІСЕФ, с. 1-105]. У країні майже повний збій у роботі служб психічного здоров'я.

### **Уганда**

Суданські біженці втекли до північної Уганди двома великими хвилями в 1988 та 1994 роках. Симптоми посттравматичних стресових розладів і депресії виявилися дуже поширеними серед суданських дітей, які живуть у

таборах для біженців [Паардекоопер, с. 529-536]. Біженці мали вищі показники індивідуальної психопатології, ніж серед населення в цілому, і було помічено, що кумулятивний стрес зростає із роками у вигнанні, спостерігаючи за подіями в рідній державі зі сторони. Наслідки довготривалого вигнання все ще були присутні через 5-15 років із збільшенням рівня самогубств і вживання алкоголю.

### **Емпіричне дослідження**

Як було зазначено раніше, в опитуванні, проведеному мною взяло участь 60 осіб – усі з них є громадянами України, що під час воєнних дій знаходилися в країні. Віком від 15 до 65 років. Гендерна структура дослідження складала 30 чоловіків та 30 жінок.

Результати опитування дають змогу зробити цікаві висновки:

1) більшість цивільних повідомили, що постійно моніторили новини, контролюючи перебіг ситуації на фронті. Вони твердять, що новини про присутність російських військ в безпосередній близькості від громади справило величезний психологічний стрес для них та викликало почуття тривоги, злості, засмученості та страху.

2) опитані постійно моніторили новини в місцевих чатах, очікуючи на пересування сил супротивники та готовлячись до можливого бою. Більшість опитаних відчували психологічну напругу, страх та паніку в результаті огляду ЗМІ.

3) Більшість опитаних (73%) стверджували, що вони мають посттравматичні стресові розлади, що пов'язані із безпосередньою близькістю бойових дій та висвітлення їх місцевими ЗМІ.

4) Майже половина опитаних (46%) зазначає, що їх життя після трагічних подій березня 2022 року, більше не буде таким, як було до початку повномасштабного вторгнення.

5) 28% опитаних заявили, що лише з початком бойових дій, вони зрозуміли, наскільки важливе місце в суспільному житті займають ЗМІ.

6) Серед опитаних можна виділити, що зараз вони виділяють на 63% більше вільного часу щодня задля моніторингу новин, як у державних ЗМІ, так і в локальних новинних групах.

Використовуючи результати проведеного анкетування відповідно до методики Н. Паніної (перехід від рівнів операціоналізації до формулювання запитань в анкеті), можна зробити висновок, що 53 респонденти з опитаних 60 відчували більшу напругу не від факту близьких бойових дій, а від їх «гнітючого» висвітлення у місцевих новинах та локальних чатах.

37 респондентів наголосили, що незважаючи на навіювання атмосфери страху та хвилювання, не моніторити ЗМІ було неможливо у ситуації, яка склалася, адже саме новини допомагали оцінити існуючу обстановку та розуміти стан речей на фронті.

Опитування та інтерв'ю було проведено з дотриманням методики, сформульованої А. Страусе та Дж. Корбіном (комбінування кількісних та якісних методів в дослідженні).

А. Страусе та Дж. Корбін вважають, що соціологи можуть комбінувати в одному дослідженні й кількісні, й якісні методи. Вони наводять приклад такої ситуації, коли можна використати якісні дані для ілюстрації чи розв'язання даних, одержаних кількісним методом. У нашому випадку це означає, що самих лише даних анкетування щодо впливу ЗМІ на психіку особи під час військових дій може бути недостатньо для з'ясування цілісної картини соціально-психологічного клімату в трудовому колективі. Тому

доцільним було проведення низки інтерв'ю та фокус-групових дискусій за участю опитуваних осіб.

Підсумовуючи цю частину практикуму, можна сказати: у кількісній соціології інтерв'ю є допоміжним методом, а зміст висловлювань респондентів переводиться дослідником на загальноприйнятну наукову мову. В якісній же соціології інтерв'ю є головним методом, а зміст висловлювань респондентів не змінюється дослідником і передається дослівно, з усіма словами-паразитами, помилками у побудові фрази, неологізмами й інколи навіть нецензурними висловами.

Відповідно до підходу Д. Стюарта та П. Шамдесані, на підставі проведених інтерв'ю та опитувань у фокус-групах можна зробити висновок, що у 45 респонденти із 60 опитаних були виявлені психологічні відхилення різних ступенів тяжкості. Решта 15 осіб не виявляють ознак руйнівного впливу ЗМІ під час військового конфлікту. Більшість таких осіб є чоловіками вікової групи 45-65 років, які мають більш стабільну психіку та виважене ставлення до стресових ситуацій.

На основі проведеного соціологічного дослідження можна зробити висновок, що під час проведення бойових дій, населення, що безпосередньо знаходиться під військовою загрозою, зазнає психологічного впливу не тільки від безпосередніх збройних зіткнень, але й через руйнівний вплив ЗМІ, які часто висвітлюють ті чи інші події, не дотримуючись певних моральних принципів, що несе загрозу для психіки читачів новин.

## **РОЗДІЛ III. ЗМЕНШЕННЯ НЕГАТИВНОГО ВПЛИВУ МЕДІА НА ПСИХІЧНИЙ СТАН ПІД ЧАС ВІЙНИ**

### **3.1. Аналіз впливу медіа на психічний стан людини під час війни**

З великої кількості розглянутих досліджень можна виділити деякі широкі фактори ризику та зв'язки між впливом засобів масової інформації та психічних розладів у респондентів.

Жінки мають підвищену вразливість до психологічних наслідків війни. Є докази високої кореляції між стражданнями матерів і дітей під час війни. Зараз відомо, що материнська депресія в пренатальному та постнатальному періодах передбачає гірший ріст у вибірці немовлят у громаді.

Соціальна підтримка та традиційні помічники відіграють важливу роль у сприянні психосоціальному благополуччю матерів у регіонах, уражених війною. Зв'язок між насильством за ознакою статі та поширеними психічними розладами добре відомий. Незважаючи на їхню вразливість, визнається стійкість жінок до стресу та його роль у підтримці їхніх сімей.

Існують послідовні докази вищого рівня психологічних проблем, пов'язаних із медійною травмою, у дітей. Найбільше вражають репортажі з Палестини. З різних вікових груп найбільш уразливими є підлітки.

Пряма кореляція між ступенем травми та обсягом психологічних проблем, що викликані руйнівним впливом засобів масової інформації, є послідовною в ряді досліджень. Чим більший вплив травми - як фізичної, так і психологічної - тим виразнішими є симптоми.

Подальші життєві події та їх зв'язок із виникненням психіатричних проблем мають важливе значення для швидкої та повної реабілітації як способу мінімізації негативних наслідків конфліктних ситуацій.

Дослідження послідовно показують цінність як фізичної, так і психологічної підтримки для мінімізації наслідків травм, пов'язаних з війною, її суб'єктивним висвітленням різними засобами масової інформації, а також роль релігії та культурних практик як способів подолання конфліктних ситуацій.

ЗМІ відіграють впливову роль у формуванні ставлення людей до світу, в якому вони живуть, і до людей, які населяють цей світ разом з ними. Історії або згадки про людей із проблемами психічного здоров'я рідко виходять із заголовків новин чи сюжетів у кіно та на телебаченні, однак дослідження показують, що медіа-зображення психічних захворювань часто є неправдивими та негативними [Белін&Марлін, с. 88]. Дослідники з Університету Джорджа Мейсона у Вірджинії провели дослідження 300 статей із згадками про психічні захворювання, які були взяті з шести різних американських газет 1999 року про наслідки психічних розладів під час війни або внаслідок війни. Деякі з цих історій представляли позитивні образи людей з психічними захворюваннями або зображували людей з психічними захворюваннями як продуктивних. Це та інші подібні дослідження привели дослідників до висновку, що громадськість, ґрунтуючись на тому, що вони бачать у ЗМІ, швидше за все припускатиме, що люди з психічними захворюваннями є насамперед тягарем для суспільства та нездатні зробити позитивний внесок у свої громади

Каткліфф і Ханніган цитують дослідження Університету Глазго 1993 року, в якому проводився контент-аналіз 562 газетних публікацій, що містили уявлення про психічне здоров'я та хвороби, виявлені в місцевих і національних ЗМІ протягом одного місяця після теракту у Північній Ірландії. Дослідження показало, що 62% цих історій були зосереджені на насильстві по відношенню до інших по відношенню до людини з психічними захворюваннями [Каткліфф&Ханніган, с. 55].



Протягом останніх вісімдесяти років вплив ЗМІ поступово розвивався разом із технологіями, які передавали масові повідомлення. Приклади світових воєн, війни у В'єтнамі та громадянських та міжнародних війн останнього десятиліття свідчать про значний вплив засобів масової інформації на населення, яке перебуває в конфлікті. З одного боку, цей потужний потенціал пропаганди впливати на розум і дії людей відповідає прогнозам оруеллівського типу суспільства.

Нерідко можна знайти висновки, які стверджують, що засоби масової інформації навіть несуть пряму відповідальність за розпалювання насильницьких конфліктів [Дес Форгес, с. 156; Ханн, с. 914]. З іншого боку, деякі практики припускають, що засоби масової інформації повинні мати подібну здатність передавати повідомлення, які надихають на мирне вирішення конфліктів [Томпсон, с. 87]. Дж. Тейлор передбачає, що медіа мають потенціал для корисного використання, а не зловживання під час конфлікту, і тому методи, техніки та організація розпалювання війни можуть стати корисним уроком для організації мироорієнтованих медіа під час конфліктів [Тейлор, с. 17].

### **3.2. Проект впровадження тренінгів з медійної гігієни задля зменшення негативного впливу медіа на психічний стан людини під час війни**

Як відомо, головна роль у відображенні контактів людини з реальністю, у сприйнятті цієї реальності, належить свідомості. Однак крім свідомості існує і підсвідомість чи несвідома складова психіки. Таким чином психіка людини складається з двох ланок - свідомості та несвідомої підсвідомості. Саме від підсвідомості залежить реалізація людиною прихованих, сублімінальних впливів чи впливів з боку маніпуляторів, які розроблені психотехнологіями, вводять у підсвідомість людини психологічні установки [Белл, с. 88].

Підсвідомість чи несвідоме у свою чергу теж представлено двома шарами. Це особисте несвідоме та колективне несвідоме (або т.зв. філогенетична пам'ять). Своєю поведінкою представники маси, несвідомо виконуючи закладені в їхню психіку установки, зобов'язані архетипічним складовим психіки, які частково перейшли до такої людини філогенетичним шляхом (тобто були сформовані до її народження), а частково сформувалися в результаті особистого досвіду кожної людини. Тобто, особисте несвідоме формується за життя людини у вигляді залучення його репрезентативних і сигнальних систем, а формування колективного несвідомого залежить від досвіду попередніх поколінь [Белл, с. 92].

На інформацію, що надходить із зовнішнього світу частково впливає сама людина, а також місце існування, яке формує спрямованість його думок у спектрі певних знань. Несвідоме психіки – це багаж знань, накопичений людиною у процесі життя. Причому слід звернути увагу, що інформація особистого несвідомого постійно поповнюється протягом життя. Інформація, що надходить з навколишнього світу, згодом буде перероблена із задіянням глибинних верств несвідомого, а також архетипів і патернів поведінки, що перебувають у несвідомому, і далі ця інформація перейде у свідомість у вигляді виникнення у людини певних думок і як результат — скоєння

відповідних вчинків. По цьому принципу і намагаються впливати засоби масової інформації під час військових конфліктів для досягнення власних (або поставлених певною особою чи державою) цілей.

Саме в несвідомому психіці зосереджені бажання, ініціативна складова вчинків, та й взагалі все, що пізніше перетворюється на свідомість, тобто стає усвідомленим тим чи іншим індивідом. Таким чином, якщо говорити про архетипи несвідомого в факторі впливу на підсвідомість з використанням маніпулятивних методик ЗМІ, ми повинні говорити, що це стає можливим за допомогою певної провокації архетипічних пластів несвідомої психіки. Маніпулятор у цьому разі наповнює таким смисловим значенням інформацію, що надходить у мозок людини, щоб шляхом залучення того чи іншого архетипу викликати у психіці людини відповідні реакції, отже, і спонукати останнього до виконання установок, закладених у його підсвідомість самим маніпулятором.

З іншого боку, архетипи присутні у колективному, а також й у особистому несвідомому. У цьому випадку архетипи складаються з залишків інформації, яка колись потрапила в психіку людини, але не була витіснена у свідомість або в глибини пам'яті, а залишилася в особистому несвідомому, будучи збагаченою раніше напівсформованими домінантами, напівустановками, і напівпатернами; тобто. свого часу така інформація не стала створенням повноцінних домінант, установок чи патернів, але хіба що намітила їх формування; тому при надходженні в подальшому інформації схожого змісту (тобто інформації з схожим кодуванням, або іншими словами, схожими імпульсами від аферентних зв'язків, тобто зв'язків між нейронами мозку), раніше напівсформовані домінанти, установки та патерни доформуються, в результаті чого у мозку з'являється повноцінна домінанта, а в підсвідомості з'являються повноцінні установки і переходять у патерни поведінки; домінанта в корі головного мозку, викликана осередковим збудженням служить причиною надійного закріплення психологічних

установок у підсвідомості, а значить і поява відповідних думок у індивіда, що переходять в подальшому у вчинки внаслідок попереднього переходу установок у підсвідомості в паттерни поведінки у несвідомому [Моррісон, с. 224-229]. Така методика часто поширена у довоєнний період, коли ЗМІ закладають у підсвідомості суспільства готовність до майбутнього збройного конфлікту, щоб у подальшому активувати намічені напівпатерни.

Способом не піддаватися впливу ЗМІ є виховання у собі сили волі. Воля, як відомо, один із найважливіших предикатів свідомості. Без волі немає свідомості. Свідомість - це ліва півкуля мозку. Несвідоме - права півкуля. Несвідоме складається із чуттєвих, низинних бажань людини. Свідомість це розум, несвідоме - інстинкти.

Для того, щоб змусити будь-яку людину виконувати вимоги, необхідно впливати на підсвідомість (несвідоме), і максимально вимкнути свідомість. Між свідомістю і несвідомим знаходиться цензура психіки, що є бар'єром на шляху надходження інформації із зовнішнього світу до психіки людини. Якщо послабити контроль цензури психіки, то вдається відразу переводити інформацію, що надходить із зовнішнього світу, до свідомості; причому принагідно вона все одно відкладається в підсвідомості, тому що в підсвідомості відкладається будь-яка інформація, яка проходить у спектрі дії його трьох репрезентативних (візуальної, аудіальної, кінестетичної), та двох сигнальних систем (почуття, мова). Іншими словами, все, що людина побачила, почула, відчула, все що пройшло біля неї, недалеко від неї, поряд з нею, безпосередньо з її участю або вона тільки знаходилася поблизу і т.д. — все це прямо відкладається в підсвідомості (у несвідомому) [Шоу, с. 169].

Що ж до формування нового патерну поведінки, то подібне стає можливим завдяки тому, що будь-яка інформація, яка знаходиться в зоні сприйняття індивіда (інформація, яка вловлюється його візуальною, аудіальною, кінестетичною репрезентативними системами, а також сигнальними системами психіки) відкладається в підсвідомості, а отже за управління

психікою необхідно враховувати сформованість у несвідомому психіки установок, життєвого досвіду цього індивіда, рівня освіти, виховання, інтелекту та інші індивідуальні особливості.

Інформація, яка потрапляє в підсвідомість, вступає до корелятив з наявною в психіці інформацією, тобто, вона вступає в асоціативні контакти з інформацією, накопиченими архетипами особистого і колективного несвідомого, і збагачуючись інформацією від них — значно посилюється, формує нові або доформовує, посилюючи, існуючі патерни поведінки, і після певного часу (індивідуального у разі кожної людини) починає впливати на свідомість [Халлін, с. 199], тому що при появі якоїсь нової інформації, психіка починає її несвідомо оцінювати з позиції раніше накопиченої в несвідомому (особистому і колективному), тобто інформації, як набутої у процесі життєдіяльності даного індивіда, і яка перейшла до несвідомого з допомогою генетичних і філогенетичних схем [Халлін, с. 204].

Відсутність у людини волі, нерозвиненість її призводить до найважчих наслідків. Люди зі слабкою волею дозволяють отримати згори зовнішні вказівки, підкоряються їм, і залежать від них. Ліва (словесно-логічна) півкуля їх головного мозку свого часу не отримала належного виховання та освіти, на підсвідомість такої людини не було закладено жодних ідеалів, переконань і знань, а її праву (чуттєво-образну) півкулю мозку не розвинуто почуттям любові до людей та природи, не вихована її чуттєва природа вольовим контролем, музикою, мистецтвом та поезією.

Тому робота над собою та постійне самовдосконалення є важливою складовою як інтелектуального розвитку людини, так і протидії будь-яким прагненням зовнішніх обставин нав'язати свою волю за допомогою маніпулятивних прийомів. Коли людина читає новини, її мозок працює аналітичним чином. Слова складаються у речення. Відбувається синтез. Працює ліва півкуля мозку. Людина розмірковує над прочитаним, і навіть

якщо з якихось причин щось не розуміє одразу — інформація все одно відкладається у підсвідомість і потім переходить до свідомості.

У підсвідомості така інформація формує патерни поведінки та психологічні установки. У мозку у процесі цієї роботи також відбуваються відповідні процеси. За рахунок осередкового збудження кори головного мозку народжуються відповідні домінанти, які потім переходять в установки та патерни поведінки.

Установки і патерни у цьому разі синонімічні явища, які означають запрограмованість психіки людини виконання тих чи інших дій (думок, бажань, вчинків), які керують такою людиною. Тому будь-яка інформація, особливо донесена за допомогою ЗМІ під час війни – це програмування психіки.

Необхідно повністю виключити перегляд будь-яких телепередач або постійний моніторинг новин в інтернеті під час війни. Це єдина можливість вийти з-під впливу маніпуляторів від ЗМІ. Політику пропагандистського телебачення формують спонсори та інші приватні і державні особи. Робиться це з метою підвищення продажу та формування ще більшої залежності від ЗМІ під час війни, а також поширення, потрібної спонсору пропаганди.

Для того, щоб виключити на людину шкідливий вплив ЗМІ, необхідно зменшити моніторинг медіа, особливо новин. Так само як будь-якої залежності можна позбутися тільки силою волі — так і від шкідливого впливу ЗМІ під час війни можна позбутися тільки не беручи участь у моніторингу медіа. Причому саме не вмикати новини. Не можна тішити себе ілюзіями, що, мовляв, телевізор чи радіоприймач включений просто «для фону». Подібний погляд винятково антинауковий [Гоувінг, с. 59-61].

Будь-яка інформація, що потрапляє до спектру дії репрезентативних або сигнальних систем людини, відкладається у підсвідомості. А значить — програмує людину, формуючи патерни та установки. Така людина може не

дивитися передачу, займаючись іншою справою (наприклад, гладити білизну, або готувати обід), але інформація все одно входить до її підсвідомості, до несвідомої психіки. І засвоюється така інформація набагато швидше, тому що цензура психіки у цьому випадку практично безконтрольно слабшає [Ханнерц, с. 101].

Наприклад, якщо ми одночасно займатимемося різними справами (читати, слухати музику, йти або бігти тощо), то інформація в такому випадку практично безперешкодно проникає в підсвідомість, і формує там установки, що в подальшому впливають на наше життя. А людина потім замислюється (а скоріше і не замислюється), чому, мовляв, це так, а не так. Тоді як відомо — будь-який вчинок людини, будь-яка його думка, будь-яке її бажання детерміновано раніше отриманою психологічною установкою.

Психологічний вплив має свої закономірності:

- якщо він спрямований на потребностно-мотиваційну сферу людей, то його результати позначаються на спрямованості та силі спонукань (потягів та бажань) людей;

- якщо він спрямований на емоційну сферу психіки, особливо при формуванні патріотизму під час війни, це відбивається на внутрішніх переживаннях, і навіть на міжособистісних відносинах;

- поєднання впливів на потребностно-мотиваційну та емоційну разом - дозволяє впливати на вольову активність людей і таким чином керувати їх поведінкою;

- вплив на комунікативно-поведінкову сферу (специфіку взаємин і спілкування) дозволяє створювати соціально-психологічний комфорт і дискомфорт, змушувати людей співпрацювати або конфліктувати з оточуючими;

- у результаті психологічного впливу або впливу на інтелектуально-пізнавальну сферу в людини змінюються в потрібну маніпуляторам сторону уявлення людини, характер сприйняття нею нової інформації та, у результаті, його «картина світу» [Мовлана, с. 166].

Професор і генерал спецслужб Е. Жирард'є наводить основні характеристики такої тактики, зазначаючи, що найбільш характерними особливостями її є «високий ступінь вибіркості впливів, швидка перебудова аргументації в залежності від обстановки, що змінюється, комплексне застосування різних методів і прийомів психологічної війни, концентрація зусиль на тому чи іншому об'єкті, конкретній даті, регіоні, соціальній групі тощо». Генерал Е. Жирард'є виділяє три рівні впливу на психіку, які мають використовуватися спецслужбами за допомогою ЗМІ під час війни:

1) Посилення, які у свідомості людей набули установок, ідеалів, пріоритетів, норм. Закріплення цих елементів свідомості у світогляді та життєвих установках.

2) Приватні та малі зміни поглядів на ту чи іншу подію, що впливає на позицію та емоційне ставлення людини до конкретного явища.

3) Корінна, кардинальна зміна життєвих установок на основі повідомлення драматичних відомостей та незвичайних нових даних.

При цьому Е. Жирард'є уточнює, що реалізації перших двох установок досягається за допомогою маніпулювання в швидкий період часу, а третій рівень, що характеризує кардинальну зміну установок у моделях поведінки мас, стає можливим в результаті тривалого впливу на психіку [Жирард'є, с. 155-171].



## ВИСНОВКИ

З вищевикладеного матеріалу можна зробити висновки про те, що розвиток дослідження психічних станів особистості, що перебувають під впливом медіа та інших засобів масової інформації, під час збройного конфлікту почався лише з середини ХХ століття. Незважаючи на те, що вивченням психічного стану людини займалися ще давні вчені та мислителі, але повно вони були відображені та досліджені сучасними психологами, зокрема після завершення В'єтнамської війни та війни в Перській Затоці.

З виконаної роботи можна сказати, що час існує три позиції поняття «психічного стану», кожна з яких визначає саму суть явища.

Недостатня вивченість психічних станів обмежує можливості їхньої діагностики, прогнозу розвитку, мінливості чи стійкості, ускладнює облік впливу станів на поведінку, діяльність та міжособистісні стосунки. Залишаються мало дослідженими соціальні та соціально-психологічні причини сприятливих та несприятливих станів, що викликані впливом засобів масової інформації під час війни, а також потенціали особистості, що дозволяють регулювати стан.

Виникнення різноманітних психологічних симптомів і синдромів у соціальних груп та індивідумів у конфліктних ситуаціях широко задокументовано наявними дослідженнями. Проте дослідження також надають докази стійкості більш ніж половини населення перед лицем найгіршої травми під час війни. Немає сумніву, що населення, яке перебуває у ситуаціях війни та конфлікту, має отримувати психіатричну допомогу в рамках загальної допомоги, реабілітації та процесів реконструкції. Як це сталося в першій половині ХХ століття, коли війна дала великий поштовх розвитку концепцій психічного здоров'я, вивчення психологічних наслідків воєн нинішнього століття та впливу засобів масової інформації на психіку людини могло б додати нове розуміння та рішення проблем психічного здоров'я населення в цілому.

З обширної літератури про поширеність і структуру наслідків війни та конфліктних ситуацій для психічного здоров'я впливає ряд питань. Чи універсальні психологічні ефекти та їх прояв? Яким має бути визначення випадку, що вимагає втручання? Як слід вимірювати психологічні ефекти? Який довгостроковий перебіг симптомів і синдромів, пов'язаних зі стресом? Усі ці питання потребують вирішення майбутніми дослідженнями.

Важливо повідомити, що ВООЗ та деякі інші органи, пов'язані з ООН, нещодавно створили цільову групу з розробки «психічної та психосоціальної підтримки в надзвичайних ситуаціях», яка, як очікується, завершить свою діяльність через один рік.

Протягом останніх вісімдесяти років вплив ЗМІ поступово розвивався разом із технологіями, які передавали масові повідомлення. Приклади світових воєн, війни у В'єтнамі та громадянських та міжнародних війн останнього десятиліття свідчать про значний вплив засобів масової інформації на населення, яке перебуває в конфлікті. З одного боку, цей потужний потенціал пропаганди впливати на розум і дії людей відповідає прогнозам оруеллівського типу суспільства.

Нерідко можна знайти висновки, які стверджують, що засоби масової інформації навіть несуть пряму відповідальність за розпалювання насильницьких конфліктів. З іншого боку, деякі практики припускають, що засоби масової інформації повинні мати подібну здатність передавати повідомлення, які надихають на мирне вирішення конфліктів. Передбачається також, що медіа мають потенціал для корисного використання, а не зловживання під час конфлікту, і тому методи, техніки та організація розпалювання війни можуть стати корисним уроком для організації мироорієнтованих медіа під час конфліктів.

Можливо, через новизну практичного використання ЗМІ в мирних умовах, ці теоретичні припущення ще мають бути емпірично перевірені.

Елементарною перешкодою є відсутність академічних досліджень, які об'єднують різні практичні медіапроекти для аналізу та оцінки. Окремі приклади з конфліктів існують лише як окремі звіти практиків.

Крім того, проекти ніколи не порівнювалися, намагаючись виявити подібності чи відмінності, і їхній ефект здебільшого непереконливий. Використання медіа, орієнтованих на мирне врегулювання у конфліктному середовищі практикується протягом останніх п'ятнадцяти років, і в цій галузі існують різноманітні проекти. Відсутня складова – це комплексне вивчення всіх проектів, які б наближалися до загальної ідеї, а не до однієї регіональної заявки.

Наступні критерії використовуються для визначення позитивного застосування медіа в регіонах конфлікту:

1) нещодавня історія або наявність збройного конфлікту/насильства в регіоні - це розрізнення зроблено для того, щоб розрізнити медіа в зонах конфлікту та медіа-проекти, що працюють над демократизацією держав з перехідною економікою (наприклад, Чеська та Словацька Республіки).

2) Період після холодної війни - лише за останні тридцять років засоби масової інформації та технології стали доступними та портативними, дозволяючи створювати нові джерела інформації як негайну відповідь на конфлікт.

3) Залучення третьої сторони - присутність третьої сторони є тим, що відрізняє орієнтовані на мир ЗМІ від витонченої пропаганди (наприклад, зв'язок американських ЗМІ в Іраку).

4) Навмисна мета - щоб зосередитися лише на конкретних програмах, спрямованих на трансформацію конфлікту, він виключає проекти та медіа-канали, які вже діють і виробляють медіа-контент у регіоні конфлікту, але не роблять нічого виняткового у відповідь на насильство/конфлікт.

Таким чином, у цьому дослідженні розглядався вплив засобів масової інформації на психіку людини, деякі з яких були розроблені як пряма відповідь на жорстокі конфлікти, ініційовані стороною, яка не бере участі в конфлікті та мала намір реагувати на неминуче насильство. Дані були зібрані шляхом попередніх проведених інтерв'ю з таргетованими групами індивідів та соціальними групами. Триангуляція трьох джерел даних намалювала найширшу картину практики.

Основною метою дослідження було проаналізувати рівень впливу засобів масової комунікації на обумовлені війною психічні стани дорослих людей. З результатів роботи випливає, що засоби масової інформації мають прямий та безпосередній вплив на формування психіки людей та соціальних груп, їх свідомості та підсвідомості.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ганзен В.А., Юрченко В.М. Систематика психічних станів людини// Вісн. ЛДУ. 1991. Сер. 6. Вип.1 (№6). С.47-55.
2. Данилова Є.А. Особливості поведінки дітей у ситуації фрустрації// Нов. дослід. в психол. і зрост.фізіол. 1989. №2. С.4-43
3. Ільїн Є. П. Психофізіологія станів людини. Москва, 1962 – 416 с.
4. Левітов Н.Д. Про психічні стани людини, Москва, 1964. 342 с.
5. Rathі A. Psychological Impact of Victims of War and Conflict. Columbia University. URL <https://www.apa.org/international/united-nations/un-matters/rathi-war.pdf>
6. Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? American Psychologist, 59(1), 20-28.
7. Slatyer J. (2018). The Humanitarian Impact of War. URL <https://www.redcross.org.au/stories/ihl/the-humanitarian-impact-of-war/>
8. Ukraine Crisis. Ukraine war: What are the impacts on the world today? (2022).URL <https://www.rescue.org/article/ukraine-war-what-are-impacts-world-today>
9. ICRC. Global trends of war and their humanitarian impacts (2018). URL <https://www.icrc.org/en/document/global-trends-war-and-their-humanitarian-impacts-0>
10. Тулул М.(2022) Не у всіх українців буде ПТСР після війни. Чому не варто залякувати психічними розладами. Режим доступу: <https://speka.media/ne-u-vsix-ukrayinciv-bude-ptsr-pislya-viini-pkwger>
11. Суббота С.(2022) Психологія стресу: як війна руйнує нашу психіку. Режим доступу: <https://mind.ua/openmind/20243779-psihologiya-stresu-yak-vijna-rujnue-nashu-psihiku>

12. Гаврилова Л. (2022) Психологія воєнного часу. Режим доступу: <https://www.ukrinform.ua/rubric-ato/3421115-psihologia-voennogo-casu-so-robiti-z-vijnou-vseredini-nas.html>
13. Ващенко І. В., Іваненко Б. Б. Психологічні ресурси особистості в подоланні складних життєвих ситуацій. Проблеми сучасної психології, 2018, 40: 33-49.
14. Шевченко Х. (2022) Психологічне здоров'я українців під час війни і як його врятувати. Режим доступу: <https://ukrainian.voanews.com/a/vijna-ukraina-dopomoha-psuxolog-psuxolohichnapidtrumka-mentalnezdorovja/6715242.html>
15. Асонов Д., Хаустова О. (2019) Розвиток концепції резилієнсу в науковій літературі протягом останніх років. Psychosom.
16. Марута Н.О., Маркова М.В. (2015) Інформаційно-психологічна війна як новий виклик сучасності: стан проблеми та напрямки її подолання. Укр. вісн. психоневрол., 23, вип. 3(84): 21–28.
17. Prorokovic A., Cavka M., Cubela Adoric V. (2005) Psychosomatic and depressive symptoms in civilians, refugees, and soldiers: 1993–2004 longitudinal study in Croatia. Croat. Med. J., 46(2): 275–281.
18. Мачульська В. (2022). Психологічний стан українців в умовах війни: результати дослідження. Режим доступу: <https://informer.ua/uk/psihologichniy-stan-ukrajinciv-v-umovah-viyni-rezultati-doslidzhennya>
19. Любченко О. Вчимося жити у війні (2022). Режим доступу: <https://osvitoria.media/experience/vchimosya-zhyty-u-vijni-porady-psyhologa-oleny-lyubchenko/>
20. Finger, Stanley, (2010) 'Hippocrates: The Brain as the Organ of Mind', Minds Behind the Brain: A history of the pioneers and their discoveries (New York, 2005; online edn, Oxford Academic)
21. Selye, H., Szabo, S.: Experimental model for production of perforating duodenal ulcers by cysteamine in the rats. Nature, 1973; 244:458.

22. Selye, H., Dosne, C., Bassett, I., Whittaker, J.: On the therapeutic value of adrenal cortical hormones in traumatic shock and allied conditions. *Canad. Med. Ass. J.*, 1940; 43:1.
23. Taché, Y., Perdue, M.H.: Role of peripheral CRF signalling pathways in stress-related alterations of gut motility and mucosal function. *Neurogastroenterol. Motil.* 2004;16 (Suppl. 1):137.
24. Kenneally, C.: *The Invisible History of the Human Race. How the DNA and History Shape our Identities and our Futures.* New York, Penguin Books, 2014
25. Ilyin, E.P. (2001) *Emotions and Feelings.* Saint - Petersburg: Peter, p. 242-244. URL: [https://www.docme.su/doc/1766792/il\\_in-e.p---e-mocii-i-chuvstva--2001-.pdf](https://www.docme.su/doc/1766792/il_in-e.p---e-mocii-i-chuvstva--2001-.pdf)
26. Slaski, M., & Cartwright, S. (2002). Health, performance and emotional intelligence: An exploratory study of retail managers. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 18(2), 63–68. URL: <https://doi.org/10.1002/smi.926>
27. McFarland, R. G., Rode, J. C., & Shervani, T. A. (2016). A contingency model of emotional intelligence in professional selling. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 44(1), 108–118. URL: <https://doi.org/10.1007/s11747-015-0435-8>
28. Waterhouse, L. (2006). Multiple intelligences, the Mozart effect, and emotional intelligence: A critical review. *Educational Psychologist*, 41, 207-225. DOI: 10.1207/s15326985ep4104\_1
29. Костина Л.М. Адаптация путём снижения уровня их тревожности // *Вопросы психологии.* – 2014. – №1. – С. 133 – 140.
30. Фрейд З. *Психология бессознательного.* - М., 1989. - С.33-36, 67-82.
31. Ilyin, E. P. (2001), *Emotions and feelings,* Peter, St. Petersburg. Loseva, S. N. (2017), *Psychology of musical endowments,* University book.

32. Abrams Z.(2022) The rule of psychological warfare in the battle for Ukraine. URL <https://www.apa.org/monitor/2022/06/news-psychological-warfare>
33. Sandole, D. and H. van der Merwe (1993). Conflict Resolution: Theory and Practice. New York: Manchester University Press.
34. Razmyslov, P. (2000). On Vygotsky's and Luria's Cultural-Historical Theory of Psychology. *Journal of Russian and East European Psychology* 6(38), 45–58.
35. P. Virilio, War and Cinema: The Logistics of Perception (London: Sage, 1989) p. 7.
36. Cited by H. Lasswell, Propaganda Technique in the World War (London: Kegan Paul, 1927) p. 192.
37. E. Waugh, Scoop: A Novel About Journalists, p. 42 (Harmondsworth: Penguin, 1943).
38. M. Ignatieff, The Warrior's Honor: Ethnic War and the Modern Conscience (London: Chatto & Windus, 1998).
39. N. Postman, Amusing Ourselves to Death: Public Discourse in the Age of Show Business (London: Methuen, 1987).
40. G. Tuchman, Making News: A Study in the Construction of Reality (New York: Free Press, 1978).
41. A. Ponsonby, Falsehood in Wartime, 1928 (London: George Allen & Unwin, 1928) p. 26.
42. J. Simpson (1991b), From the House of War: John Simpson in the Gulf (London: Arrow, February, 1991).
43. D. Morrison and H. Tumbler, Journalists at War: The Dynamics of News Reporting (London: Sage, 1988).
44. M. Bell, In Harm's Way: Reflections of a War Zone Thug (London: Hamish and Hamilton, 1995) p. 10.
45. Van Ginneken, Understanding Global News: A Critical Introduction (London: Sage, 1998).



- 46.D. Berkowitz, *Social Meaning of News: A Text Reader* (London: Sage, 1997).
- 47.T. Cook, 1994, 'Washington Newsbeats and Network News after the Iraq invasion in Kuwait' in Bennett and Pletz.
- 48.Morrison and Tumbler.
- 49.P. Taylor, *War and the Media: Propaganda and Persuasion in the Gulf War* (Manchester: University Press, 1992) pp. 274-5.
- 50.D. Morrison, *Television and the Gulf War* (London: John Libbey, 1992).
- 51.M. Shaw and R. Carr-Hill, *Public Opinion and Media War Coverage in Britain* (Britain: Gerbner and Schiller, 1992) p. 25..
- 52.M. Herr, *Dispatches*, (London: Pan, 1978).
- 53.G. Howard, 'A speech given to the Chartered Building Societies Institute, May 6, 1982', BBC Press Release.
- 54.S. Aubin, "Bashing the Media: Why the Public Outrage" in Smith, 1992, pp. 359-61.
- 55.D. Hallin and T. Gitlin, "The Gulf War as Popular Culture and Television Drama" in Bennett and Paletz, 1994.
- 56.S. Sontag, *On Photography* (Harmondsworth: Penguin, 1979).
- 57.Cited by F. Stech, "Preparing for More CNN Wars" in Petrie 1994. p. 236.
- 58.N. Gowing, "Real Time TV Coverage from War: Does it Make or Break Government Policy" in Gow, Paterson and Preston 1996 p. 83.
- 59.M. Bell, p. 142.
- 60.Cited in M. Alleyne, *News Revolution: Political and Economic Decisions About Global Information*, (London: Macmillan, 1997) pp. 10-11.
- 61.U. Hannerz, *Transnational Connections: Culture, People, Places*, p. 121 (London: Routledge, 1996).
- 62.R. Parker, "The Future of Global Television News: An Economic Perspective", *Political Communication (Journal)*, 12, iv, 1995 pp.431-46,.
- 63.H. Mowlana, *Global Communication in Transition: The End of Diversity?*, (London: Sage, 1996) p. 199.

64. E. Girardet, "Reporting Humanitarianism: Are the New Electronic Media Making a Difference?" in Rotberg and Weiss, 1996, p. 45.
65. J. Mueller, *Retreat from Doomsday: The Obsolescence of Major War* (New York: Basic Books, 1989).
66. Фрейд З. *Масова психологія та аналіз людського «Я»*. // Фрейд З. *Вибране*. Т. 1. L: Academic Press, 1969.
67. Ortega y Gasset J. *Der Aufstan der Massen*. Ст: Folk Verlag, 1959.
68. Нуржан Б. Г. *Культурологія*. - Алмати, 1994.
69. Frank R. There is no business like show business // *Fortune*. N. Y., 1998. – № 12. – P. 42-54.
70. Wheatley G. F., Hayes R. E. *Information warfare and deterrence*. - Washington, 1996.
71. Пірущий О.І. *Телебачення та Інтернет як засоби політичної маніпуляції: дисертація*.
72. Toffler A. and H. *War та anti-war. 21st century*. - L., 1993.
73. Lopez-Ibor JJ, Christodoulou G, Maj M, et al., editors. *Disasters and mental health*. Chichester: Wiley; 2005.
74. Baingana F. Fannon I. Thomas R. *Mental health and conflicts - Conceptual framework and approaches*. Washington: World Bank; 2005.
75. Green BL, Friedman MJ, de Jong JTVM, et al., editors. *Trauma interventions in war and peace: prevention, practice and policy*. New York: Kluwer/Plenum; 2003.
76. United Nations Children's Fund (UNICEF) *The state of the world's children - Childhood under threat*. New York: UNICEF; 2005.
77. Mollica RF, Guerra R, Bhasin R, et al. *Trauma and the role of mental health in the post-conflict recovery. Book of best practices*. Boston: Harvard Programme in Refugee Trauma; 2004.
78. Musisi S. *War and mental health in Africa*. In: Njenga F, Acuda W, Patel V, editors. *Essentials of clinical psychiatry for sub-Saharan Africa*. Milan: Masson; 2005. pp. 216–220.

79. Ghosh N. Mohit A. Murthy SR. Mental health promotion in post-conflict countries. *J Roy Soc Promot Health*. 2004;124:268–270.
80. World Health Organization. Resolution on health action in crises and disasters. Geneva: World Health Organization; 2005.
81. World Health Organization. World health report 2001 - Mental health: new understanding, new hope. Geneva: Switzerland; 2001.
82. Cardozo BL. Bilukha OO. Gotway Crawford CA, et al. Mental health, social functioning, and disability in postwar Afghanistan. *JAMA*. 2004;292:575–584.
83. Scholte WF. Olf M. Ventevogel P, et al. Mental health symptoms following war and repression in Eastern Afghanistan. *JAMA*. 2004;292:585–593.
84. Di Giovanni J. *Madness visible: a memoir of war*. London: Bloomsbury; 2004.
85. Rose M. *Fighting for peace: Bosnia*. New York: Time Warner Paperbacks; 1994.
86. Beloff N. *Yugoslavia: an avoidable war*. London: New European Publications; 1997.
87. Westermeyer J. Health of Albanians and Serbians following the war in Kosovo: studying the survivors of both sides of armed conflict. *JAMA*. 2000;284:615–616.
88. Mollica R. McInnes K. Sarajlic N. Disability associated with psychiatric comorbidity and health status in Bosnian refugees living in Croatia. *JAMA*. 1999;282:433–439.
89. Mollica RF. Sarajlic N. Chernoff M, et al. Longitudinal study of psychiatric symptoms, disability, mortality, and emigration among Bosnian refugees. *JAMA*. 2001;286:546–554.
90. Lopes Cardozo B. Vergara A. Agani F, et al. Mental health, social functioning, and attitudes of Kosovar Albanians following the war in Kosovo. *JAMA*. 2000;284:569–577.

91. Salama P. Spiegel P. Van Dyke M, et al. Mental health and nutritional status among the adult Serbian minority in Kosovo. *JAMA*. 2000;284:578–584.
92. Smith P. Perrin S. Yule W, et al. War exposure and children from Bosnia-Herzegovina: psychological adjustment in a community sample. *J Traum Stress*. 2002;15:147–156.
93. Boehnlein JK. Kinzie JD. Sekiya U, et al. A ten-year treatment outcome study of traumatized Cambodian refugees. *J Nerv Ment Dis*. 2004;192:658–663.
94. Mollica RF. Donelena K. Tor S, et al. The effect of trauma and confinement on functional health and mental health status of Cambodians living in Thailand-Cambodia border camps. *JAMA*. 1993;270:581–586.
95. Mollica RF. McInnes K. Poole C, et al. Dose effect relationships of trauma to symptoms of depression and post-traumatic stress disorder among Cambodian survivors of mass violence. *Br J Psychiatry*. 1998;173:482–488.
96. De Jong JTVM. Komproe IH. Van Ommeren M, et al. Lifetime events and posttraumatic stress disorder in 4 post conflict settings. *JAMA*. 2001;286:555–562.
97. Van de Put W. Eisenbruch M. The Cambodian experience. In: De Jong JTVM, editor. *Trauma, war and violence: public mental health in socio-cultural context*. New York: Plenum; 2002. pp. 93–156.
98. Eisenbruch M. De Jong JTVM. Van de Put W. Bringing order out of chaos: a culturally competent approach to managing the problems of refugees and victims of organized violence. *J Traum Stress*. 2004;17:123–131.
99. Kinzie JD. Sack WH. Angell RH, et al. Three-year follow-up of Cambodian young people traumatized as children. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. 1989;28:501–504.
100. Human Rights Watch. Into harm's way: forced return of displaced people to Chechnya. <http://hrw.org/reports/2003/russia0103>.

101. Granville-Chapman C. Rape and other torture in the Chechnya conflict: documented evidence from asylum seekers arriving in the United Kingdom. <http://www.torturecare.org.uk/publications/reportChech.htm>.
102. De Jong K. Van de Kam S. Ford N, et al. The trauma of ongoing war in Chechnya: quantitative assessment of living conditions, and psychosocial and general health status among war displaced in Chechnya and Ingushetia. <http://www.uk2.msf.org/reports/chechnya.htm>.
103. De Jong K. Van der Kam S. Ford N, et al. Trauma of Chechnya's ongoing war on internally displaced people. *Lancet*. 2004;364:1008.
104. Amowitz LL. Kim G. Reis C, et al. Human rights abuses and concerns about women's health and human rights in southern Iraq. *JAMA*. 2004;291:1505–1506.
105. Ahmad A. Sofi MA. Sundelin-Wahlsten V, et al. Posttraumatic stress disorder in children after the military operation "Anfal" in Iraqi Kurdistan. *Eur J Child Adolesc Psychiatry*. 2000;9:235–243.
106. Gorst-Unsworth C. Goldenberg E. Psychological sequelae of torture and organised violence suffered by refugees from Iraq. Trauma-related factors compared with social factors in exile. *Br J Psychiatry*. 1998;172:90–94.
107. Bleich A. Gelkopf M. Solomon Z. Exposure to terrorism, stress related mental health symptoms, and coping behaviours among a nationally representative sample in Israel. *JAMA*. 2003;290:612–620.
108. Benyamini Y. Solomon Z. Combat stress reactions, posttraumatic stress disorder, cumulative life stress, and physical health among Israeli veterans twenty years after exposure to combat. *Soc Sci Med*. 2005;61:1267–1277.
109. Karam EG. Howard DB. Karam AN, et al. Major depression and external stressors: the Lebanon wars. *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci*. 1998;248:225–230.

110. Bryce JW. Walker N. Ghorayeb F, et al. Life experiences, response styles and mental health among mothers and children in Beirut, Lebanon. *Soc Sci Med*. 1989;28:685–695.
111. Macksoud MS. Aber JL. The war experiences and psychosocial development of children in Lebanon. *Child Develop*. 1996;67:70–88.
112. Saab BR. Chaaya M. Doumit M, et al. Predictors of psychological distress in Lebanese hostages of war. *Soc Sci Med*. 2003;57:1249–1257.
113. Sarraj EE. Qouta S. The Palestinian experience. In: Lopez-Ibor JJ, Christodoulou G, Maj M, editors. *Disasters and mental health*. Chichester: Wiley; 2005. pp. 229–238.
114. Mousa F. Madi H. Impact of the humanitarian crisis in the occupied Palestinian territory on people and services. Gaza: United Nations Relief and Works Agency for Palestinian Refugees in the Near East (UNRWA); 2003.
115. Qouta S. Trauma, violence and mental health: the Palestinian experience. Doctoral dissertation; 2003; Amsterdam: Vrije Universiteit;
116. Gourevitch P. *We wish to inform you that tomorrow we will be killed with our families: stories from Rwanda*. New York: Picador; 1999.
117. Pham PN. Weinstein HM. Longman T. Trauma and PTSD symptoms in Rwanda: implications for attitudes toward justice and reconciliation. *JAMA*. 2004;292:602–612.
118. Somasundaram D. Jamunanatha CS. Psychosocial consequences of war: northern Sri Lankan experience. In: De Jong JTVM, editor. *Trauma, war and violence: public mental health in socio-cultural context*. New York: Plenum; 2002. pp. 205–258.
119. Steel Z. Silove D. Bird K, et al. Pathways from war trauma to posttraumatic stress symptoms among Tamil asylum seekers, refugees and immigrants. *J Traum Stress*. 1999;12:421–435.
120. Somasundaram DJ. Sivayokan S. War trauma in a civilian population. *Br J Psychiatry*. 1994;165:524–527.

121. Gesellschaft für Technische Zusammenarbeit (GTZ) Psycho-social assessment of ex-combatants of the DRP in Somaliland. <http://www.vivofoundation.net/index.ph>.
122. United Nations Children's Fund (UNICEF) From perception to reality - A study of child protection in Somalia. Nairobi: UNICEF; 2004.
123. Paardekooper B. de Jong JT. Hermanns JM. The psychosocial impact of war and the refugee situation on south Sudanese children in refugee camps in northern Uganda: an exploratory study. *J Child Psychol Psychiatry All Discipl.* 1999;40:529–536.
124. Kroll J. Posttraumatic symptoms and the complexity of response to trauma. *JAMA.* 2003;290:667–670.
125. Van Ommeren M. Saxena S. Saraceno B. Mental and social health during and after acute emergencies: emerging consensus? *WHO Bull.* 2005;83:71–76.