

Гурлева Тетяна Степанівна
кандидат психологічних наук,
старший науковий співробітник лабораторії
консультативної психології і психотерапії (м. Київ)
t.s.gurleva@gmail.com

ОСОБИСТІСНА ЗРІЛІСТЬ ГРОМАДЯНИНА ЯК ГАРАНТІЯ УСПІШНОГО ПРОТИСТОЯННЯ АГРЕСИВНОМУ МЕДІА-ВПЛИВУ

*«Рабство знищує людину ще до того,
як вона починає любити свої кайдани» /франц. філософ Л. Вовенарг/*

Анотація. У статті обговорюється зв'язок здатності громадянина протистояти агресивному медіа-впливу з особистісною зрілістю людини. Окреслено орієнтири психологічної допомоги громадянину у зміцненні його суб'єктності в умовах дезорієнтуючого інформаційного простору.

Ключові слова: особистісна зрілість, агресивний медіа-вплив, суб'єкт, діалог, ЗМІ, психологічна допомога особистості на шляху до зрілості.

В умовах жорсткого інформаційного протистояння, протиріч і невизначеності у донесенні через ЗМІ значень і смислів, гострою стає потреба у допомозі сучасному громадянину – як споживачу різноманітної медіа-інформації – протистояти негативному, руйнівному, агресивному, маніпулятивному впливу на його свідомість і поведінку, на визначення свого місця в суспільстві, вектору власного життя.

Певною загрозою для психологічного стану сучасного українця, для становлення його внутрішньої картини світу виступають як зовнішні фактори, так і внутрішні. До внутрішніх чинників можна віднести рівень

сформованості психологічної зрілості особи, наскільки цю людину можна назвати психологічно зрілою чи такою, яка вже подорослішала соціально, політично, духовно тощо. Коли «біологічне, і соціальне, і духовне не пригнічують одне одного, а складно і плідно взаємодіють, породжуючи унікальне «диво» (термін О.Ф. Лосєва) — людську особистість» [7].

В цьому контексті говоримо як про окрему особистість – «зріла особистість», так і про суспільство взагалі – «зріле суспільство». Серед зовнішніх факторів можна виділити як досконалі інформаційні технології, які можуть згубно впливати на розвиток особистості, її суб'єктності, так і вплив суспільства, яке саме по собі може характеризуватись як не досить зріле чи навіть незріле, інфантильне, схильне до навіювань, маніпулювань, змін за намірами тих, хто має на меті ціннісно-смыслову дестабілізацію, зневіру, збайдужіння до власної долі і майбутнього своєї країни як окремих людей, так і цілих верств населення.

Мета статті – теоретично обґрунтувати зв'язок здатності протистояти негативним медіа-впливам з психологічною зрілістю людини, сформованості тих якостей і властивостей, які виявляють громадянина як суб'єкта свого і суспільного життя; означити орієнтири психологічної допомоги громадянину у зміцненні його суб'єктності в умовах дезорієнтуючого інформаційного простору.

Перед сучасною людиною на перший план висувається необхідність побудови індивідуальної системи координат, знаходження власних орієнтирів, разом з тим зростає вплив людини на соціум і на світ у цілому [12, с. 144]. Своєчасно говорити про творення суспільства як суб'єкта, про колективну свідомість, яка впливає на індивідуальну. Як зауважував Г.О. Балл, «суб'єкт – людина, що володіє свідомістю або система, що складається з таких людей (колектив, організація й т.д.); будемо розглядати свідомість як атрибут не тільки індивідуальних, але й колективних суб'єктів...» [1, с. 168].

З позицій раціогуманізму, Г.О. Балл писав, що «гуманістична орієнтація в галузі освіти, виховання, психологічної допомоги і т.д. припускає спрямованість:

а) на гармонійне вдосконалювання цілісного індивіда (*особи*);

б) на підвищення рівня його *особистісного* розвитку, що вимагає якомога повнішого й органічного (відповідно до ресурсів і потенцій особи) його «входження в культуру», причому в якості не тільки її носія, але і її творця. Втім, точніше говорити про входження в систему, компоненти якої являють собою репродуктивно-нормативну й діалогово-творчу сторони культури в її загальнолюдському, особливому (національному, професійному, тощо) і індивідуальному (особистісному) модусах» [1, с. 156].

Проблема зрілості особистості займає чільне місце в роботах багатьох вчених (Б.Г. Ананьєв, Л.І. Анциферова, М.Й. Боришевський, Г.І. Везенкова, Ю.З. Гільбух, Є.І. Головаха, О.М. Леонтєв, С.Д. Максименко, К.М. Муздибаєв, Г. Олпорт, Ф. Перлз, А.О. Реан, К. Роджерс, В.В. Рибалка, О.В. Темрук, Д.Й. Фельдштейн, О.С. Штепа та ін.). Зазначається, що особистісна зрілість характеризується активною участю людини у житті суспільства, розвиненим почуттям відповідальності, здатністю до ефективного використання своїх знань та здібностей, потребою у піклуванні про оточуючих і психологічній близькості з іншими людьми, сформованістю ієрархічної структури ціннісних орієнтацій, здатністю до конструктивного вирішення різних життєвих проблем на шляху до найповнішої самореалізації.

Вивчаючи поняття особистісної зрілості, Г.І. Меднікова постулює, що зрілість тлумачиться не як даність віку, а як досягнення певного, відповідного до типу особистості способу життя (К.О. Абульханова і Т.М. Березіна). Зауважується, що це поняття описує достатню слабкість взаємозв'язку дорослості як вікового етапу й зрілості як якості особистості: індивід, що не досяг фізичної дорослості, може бути морально зрілим, і навпаки, не всі дорослі досягають повної зрілості. (Е. Еріксон, Г. Олпорт), отже дорослість і

зрілість – ці поняття хоча й близькі, але не тотожні (О.О. Бодальов). Сама вчена розглядає особистісну зрілість як цілісний системний феномен [8].

Заслуговує на увагу дослідження А. Маслоу, на основі якого вчений виділив наступні спільні якості зрілих особистостей: ефективно сприйняття реальності й комфортні взаємини з нею; прийняття себе, інших, природи; спонтанність; зосередженість на проблемі; відстороненість; незалежність від культури й оточення; постійна свіжість оцінок; безмежні обрії; соціальне почуття; глибокі, але виборчі соціальні взаємини; демократичний характер; моральна переконаність; невороже почуття гумору; креативність. Якщо особистість вільна й має можливість прислухатися до себе й опертися на себе, як на цілісну природну істоту, точно й повно відображаючи, що відбувається в ній самій, то «тенденція до актуалізації» діє на повну силу й забезпечує рух людини – незважаючи на можливі помилки й труднощі – до більшої зрілості, до більш повноцінного життя.

Слушним є порівняння Г. Олпорта поняття «зріла особистість» із поняттям «здорова особистість», яка опановує своїм оточенням, демонструє певну єдність особистості й здатна правильно сприймати світ і себе; по-друге, вона не може бути досягнута без міцного почуття ідентичності; здатна до самоактуалізації. Вчений виділив шість критеріїв зрілості особистості: розширення почуття Я; теплота у відношенні до інших; емоційна безпека (прийняття себе); реалістичне сприйняття, уміння й завдання; самооб'єктивація: розуміння й гумор; єдина філософія життя. О.Р. Калітєвська і Д.О. Леонтєв виділяють здатність до самодетермінації, тобто здатність діяти, не піддаючись зовнішнім тискам, відповідно до власних довгострокових інтересів і ціннісно-значенневих орієнтацій. Здатність до самодетермінації виникає в ході індивідуального розвитку на основі інтеграції свободи й відповідальності. Під свободою розуміється вища форма активності, що виражається в здатності ініціювати, припинити або змінити напрямок діяльності в будь-який момент, а під відповідальністю –

вища форма саморегуляції, що виражається в усвідомленні й використанні себе як причини змін у собі й зовнішньому світі [цит. за 8].

Особистісна зрілість є результатом і ресурсом особистісного розвитку, обумовленим активністю особистості, її здатністю до самодетермінації, саморегуляції, потребою в самоактуалізації й саморозвитку, прагненням до смислу як окремих своїх дій, учинків, так і життєвого смислу в цілому. Рівень особистісної зрілості визначається тим, наскільки особистість виступає суб'єктом власних трансформацій, свого саморозвитку. Структурними компонентами особистісної зрілості, за Ю.З. Гільбухом [3], є наступні: мотивація досягнення; ставлення до свого Я (Я-концепція); почуття громадянського обов'язку; життєва установка; здатність до психологічної близькості з іншими людьми.

Період переходу від дитинства до дорослості характеризується якісними і кількісними змінами у біологічній, психологічній, особистісній і соціальній сферах людини [2]. У самому широкому розумінні «особистісна зрілість» визначається як вищий рівень розвитку людини, пов'язаний з формуванням і стабілізацією у неї певних якостей [9].

Вчені М. В. Савчин, Л. П. Василенко зазначають, що дорослішання є етапом онтогенезу людини, який триває від 11-12 до 20 років і охоплює підлітковий вік, ранню та зрілу юність [2]. Втім, варто зауважити, що, як зазначає Ю.Г. Долінська, мають місце «прикладні як ранньої зрілості, так і дорослої інфантильності» [цит. за 9, с. 311]. За нашими спостереженнями, соціально інфантильні особи, навіть нормально фізично і психічно розвинені, й можуть ставити перед собою загальнозначущу мету, вчасно і старанно досягати її схваленими спільнотою засобами, але вони не здатні порівнювати, аналізувати вимоги, норми, правила, різні точки зору та явища й події. Це люди без власних принципів, особистої життєвої позиції, з низьким рівнем розвитку внутрішньої, «автономної відповідальності». Соціальна характеристика моральної незрілості виявляється у неправильних формах

поведінки; підвищена навіюваність зумовлює підлегле становище у групі [4, с. 31].

Можна говорити, що дорослість і дитинчатість, особистісну зрілість або, навпаки, незрілість у різних сферах життєдіяльності характерна як для дитячого, підліткового і юнацького віку, так і для людей більш старшого віку. Зрілість-незрілість особистості визначається рівнем зрілості суспільства у цілому і встановлює рівень його розвитку. Доросла людина не завжди є зрілою (соціально, морально, духовно тощо), а значить ще перебуває у процесі дорослішання.

У сучасних соціокультурних умовах, в часи інформаційного протистояння, у період різноманітних реформаційних процесів, які сьогодні відбуваються у суспільстві, з особливою гостротою висувуються вимоги до людини як до соціально зрілої особистості, визнається вирішальна роль суб'єкта, який здатний здійснювати соціальні зміни і змінюватися сам. Чим прогресивнішим є суспільство, вважає С.М. Панченко, тим досконалішу, більш зрілу особистість воно вимагає і формує для здійснення своїх завдань. З іншого боку, чим вища соціальна зрілість людей, тим швидше рухається суспільство у своєму прогресивному розвитку [9].

Психологічна зрілість, дорослість особистості включає сформовані цінності і смисли, світогляд, свідомі переконання, впевненість у собі і своєму оточенні, відповідальність перед собою та іншими людьми, гідність і достоїнство тощо. Ці та інші ознаки і якості в значній мірі виступають запорукою внутрішньої протидії людини агресивним медіа-впливам. Але психологічне дорослішання взагалі є процесом, який характеризується періодами змін, ростом і спадом, прогресивними і регресивними тенденціями. Можна говорити про те, що наше суспільство, або принаймні його частина, певною мірою не є зрілим, переживає фазу дорослішання перед викликом, яким є факт засилля різноманітної, у тому числі ворожої, інформації, виявляючи неготовність її сприймати, певну розгубленість перед

новітніми технологіями тиску, невміння їх розпізнавати і правильно на них реагувати.

На процес дорослішання юних і дорослих громадян нашої країни впливають як внутрішні, так і зовнішні фактори. Серед останніх слід особливо підкреслити складні маніпулятивні технології, які враховують особливості матеріального, суспільного, політичного, духовного тощо життя людей, їх потреби й очікування. Ті, хто створюють маніпулятивні технології, не обходять увагою особливості особистісного дозрівання людини, і, використовуючи їх, гальмують чи спотворюють процес дорослішання і досягнення особистісної зрілості: дехто постає перед загрозою втратити критичність, автономність, відповідальність, минулі здобутки у процесі особистісного розвитку, напрям до власної суб'єктності, і стати керованою, безініціативною людиною, залежною від думки авторитета, легко «заковтувати наживку» стосовно, скажімо, швидких позитивних змін у суспільстві, країні, власному житті.

Психології маніпулювання і особливостям протидії йому в умовах інформаційних протистоянь присвячені праці відомих вчених (В.Л. Зливков, С.Г. Кара-Мурза, Л.А. Найдьонова, Г.Г. Поцепцов, М.Л. Смульсон, Н.В. Чепелєва та ін.).

Дорослу інфантильність часто-густо виявляє сучасний громадянин, зокрема стосовно здатності протидіяти агресивному медіа-середовищу і споживання величезного масиву інформації в нинішніх складних та вкрай суперечливих політичних, соціокультурних умовах. Тому постає питання психологічної допомоги у процесі особистісного дорослішання як молоді, так і дорослого населення, досягнення психологічної зрілості українця, який перебуває у новітньому інформаційному медіа-просторі. Оскільки психологічна зрілість забезпечується і формується сукупністю і рівнем певних якостей і властивостей особистості, розглянемо деякі з них, а саме: відповідальність, автономність, сформована смислова сфера, здатність до встановлення діалогу. Ці та інші якості та властивості є характеристиками

суб'єкта, для якого «Я» – причина того, що відбувається у мені самому і навколо мене, у світі, «Я» як «джерело психічної причинності», за виразом В.В. Зеньківського, як творча основа індивідуальності, як центр, що інтегрує психічне життя людини [цит. за 11].

У наукових працях у єдності розглядаються особистісна зрілість, довіра до себе і відповідальність (С.Л. Братченко, О.Р. Калітєвська, Д.О. Леонтєв, В. Франкл, О.С. Штепа), особистісна зрілість і суб'єктність (Н.М. Дідик, А.В. Роменець, В.О. Татенко та ін.).

Основним показником зрілості особистості визнається *відповідальність*, та якщо людина підпорядкована лише соціальним інститутам, її відповідальність можна вважати незрілою. Визначальною є орієнтація особистості на себе, власну совість, закон, «виплеканий» усередині себе, зведення правил і вимог, за якими живе людина. Творче здійснення себе, орієнтація на власну совість, глибоке почуття внутрішньої відповідальності в пошуку вищих смислів, що формують життєвий задум і сприяють конструктивному перегляду власних життєвих орієнтирів і намірів, – усе це сприяє розвитку особистості «по висхідній» і забезпечує повноцінне становлення особистості як суб'єкта [4, с. 8, 39].

Важливою якістю особистості виступає *довіра до себе*, а також до інших людей, до світу у цілому, оскільки ці речі взаємопов'язані і взаємозалежні. Довіряючи собі (як особистості, суб'єкту), людина може активно і критично виділяти корисну і відсіювати шкідливу інформацію із ЗМІ, стверджуючи і зміцнюючи тим самим довіру до власних зусиль щодо дій і вчинків, подальших планів та їх здійснення. Самодовіра підсилюється, коли психолог підтримує людину у її прагненні особистісного росту, її впевненість у майбутньому, реальних діях і намірах сьогодні, враховуючи досягнуті успіхи у минулому. Про відсутність довіри можна говорити тоді, коли читач/глядач/слухач, орієнтуючись на поради і пропозиції, які лунають із медіа-джерел, «виключає власну суб'єктність», авторство свого життя і своєї життєвої ситуації.

Переважна більшість вітчизняних вчених вказують на надзвичайну актуальність довіри до себе як стрижневої характеристики особистості, вони виявили, що нестабільність довіри до себе викликає невпевненість, позбавляє рівноваги і веде до глибоких психологічних порушень (З.С. Карпенко, С.О. Ніколаєнко, Г.В. Циганенко та ін.). Водночас, «посилення довіри до себе у громадян позитивно вплине на зростання у них впевненості як особистісної риси і в цілому зробить можливим одужання українського суспільства від «хвороб» перехідного періоду» [6, с. 242].

За даними досліджень, довіра до себе пов'язана з *автономністю* особистості і *здатністю її до діалогічної взаємодії*, що забезпечує і виявляє взаємну довіру партнерів по спілкуванню і зміцнює довіру людини до себе (Т.С. Гурлева, О.В. Заверуха, Т.П. Скрипкіна та ін.).

Автономність – це самозаконність, самостійне буття, яке визначається власним розумом і совістю. Це – свобода, яка криється у самодетермінації і незалежності від зовнішніх впливів (Див. Енциклопед. словник, Тлумачний словник та ін.). Для автономних особистостей (за Г.С. Пригінім) характерні такі риси, як наполегливість, цілеспрямованість, впевненість у собі, розвинутий самоконтроль, схильність до самостійного виконання робіт та ін. За нашим визначенням, автономність особистості означає її самостійність, незалежність, є показником особистісної зрілості, індикатором позитивного спрямування особистісного розвитку, умовою й ознакою становлення внутрішнього морального закону людини (Т.С. Гурлева, 2011).

Питання діалогу вивчались багатьма вченими (М.М. Бахтін, І.В. Виселко, Л.І. Мамчур, Н.В. Чепелева та ін.). На сьогодні вміння особистості вести міжособистісний діалог (а також внутрішній діалог як звернення до самого себе) розглядається як умова протидії впливу медіа-технологій. Діалогічне спілкування, яке будується і здійснюється безпосередньо через ЗМІ, здатне допомогти людині правильно, критично і зацікавлено сприймати і розуміти медійну інформацію, довіряти собі, бути толерантним до інших думок, формувати і зміцнювати власну життєву

позицію, психологічно зростати, ставати по-справжньому зрілою особистістю, яка здатна з позиції «дорослого» творити власне життя і майбутнє своєї країни, гармонізувати зовнішній і внутрішній світи.

На думку М.В. Папучі, внутрішній світ представляє собою «цілісну психологічну систему, що самоорганізовується, охоплює і упорядковує всю психіку людини», а діалогізм є механізмом і обов'язковою умовою структурування внутрішнього світу. Оскільки внутрішній світ – форма світу в цілому, то він, звичайно, виявляє собою структуровану цілісність, що, однак, залишається відкритою для впливів і змін [10, с. 83].

С.Л. Рубінштейн зазначає: «В силу того, що зовнішні причини діють лише через внутрішні умови, зовнішня обумовленість розвитку особистості закономірно поєднується із „спонтанністю” її розвитку.. Закони зовнішньо обумовленого розвитку особистості – це внутрішні закони». За В. Франклом, «повноцінно існуюча особистість» (термін К. Роджерса) не та, що зосереджена лише на актуалізації самості або підвищенні конгруентності внутрішнього досвіду, а та, у якій ці процеси відбуваються самі собою, коли вона, спираючись на духовність, «відповідає на запити» життя [цит. за 10, с. 86, 106].

За даними нашого дослідження, сучасний громадянин як споживач, зокрема, текстової інформації (періодична преса, Інтернет) схильний до такого спілкування з автором тексту, яке характеризується діалогічністю. Причому, такі опитані демонструють рівень автономності, у той час, як ті, хто користуються матеріалами, які містять елементи тиску і прямих настанов, виявляють залежність (Т.С. Гурлева, 2015-2018). Діалогічність, діалогічна позиція особистості свідчить про повагу людини до себе та інших людей, до ставлення до іншого як до рівного, такого ж само суб'єкта, – тоді людина розпізнає і відхиляє маніпуляції, сприймає подібне спілкування як неповагу і умисне приниження.

Просіювання і критичне використання медіа-інформації залежить також від *сформованої системи цінностей і смислів*: якщо людина

орієнтована, скажімо, на вищі смисли, такі як, честь, гідність, справедливість, правда, то повідомлення, які містять смислову розбіжність автора, виправдання неправдивої чи явно брехливої і агресивної інформації, дає підставу громадянину з сумнівом поставитись то того, що він читає чи слухає. І, навпаки, ціннісно-смілова дезорієнтованість, невизначеність людини, а ще і залежність (неавтономність) стають сприятливою умовою для того, щоб піддатися зовнішньому впливу.

Важливо підкреслити, що у свідомості людей має місце образ маніпулятора, як такого собі невидимки, який наділений нелюдськими можливостями, який усе знає, розуміє і маніпулює вашою свідомістю на свій розсуд. Незважаючи, безсумнівно, на певну майстерність такої людини, її рафіновані засоби впливу, не можна не зважати на те, що така особистість сама може бути не зрілою особистісно (бо є підлеглою тому, хто стоїть над нею і чиї завдання виконує, а значить є залежною, несамостійною), виявляючи безвідповідальність (бо нехтує нормами суб'єкт-суб'єктного спілкування, повагою до іншої людини, її довірою).

Цікавими у цьому сенсі є міркування сучасних учених Н.О. Євдокимової, В.Л. Зливкова і С.О. Лукомської: «Дивно, – пишуть вони, – але успішне маніпулювання розцінюється багатьма людьми як ознака сили і могутності. Тоді як сама потреба у такому впливі (і це підтверджують психологічні дослідження) породжена слабкістю – невірою в свої сили і можливості, нездатністю довіряти іншим людям та патологічною потребою їх контролювати» [5, с. 36]. Способом захисту від маніпуляції, є, на їхню думку «те, що будь-яку інформацію необхідно перевіряти на основі різних джерел. Аналіз і зіставлення допоможуть Вам правильно розставити акценти і вибудувати реальну картину того, що відбувається» [Там само, с. 55].

Певно, важливо не «боятися» маніпулятора і його впливу (часто невидимого, невізанованого) і перетворюватись у його жертву, а, розуміючи усі вади (а не лише достоїнства) цієї людини, *протиставляти його натиску власну міць* – поміркованість, логіку, критичність, відповідальність за свої

думки і вчинки, особистий досвід відстоювання принципів і переконань, силу високих людських цінностей і смислів, які виявляються значно сильнішими, ніж спроби маніпулятора змістити або спотворити ваше уявлення про події, себе, світ, інших людей і стосунки між людьми, почуття до того, що є для вас беззаперечною цінністю. Такою «відповіддю» маніпулятору людина лише виявить і підтвердить власну особистісну зрілість.

Психологічна допомога громадянину у зміцненні його суб'єктності в умовах дезорієнтуючого інформаційного простору може здійснюватись принаймні двома шляхами. Перший шлях – безпосередній, прямий – у процесі психологічних консультацій та психотерапії. Другий шлях – опосередкований, непрямий – через засоби масової інформації: телебачення, преса, радіо, Інтернет тощо.

Непряме спілкування може мати характер: а) інформування з психологічних проблем і шляхів їх вирішення, б) діалогу з людиною з метою активізації її суб'єктних якостей, формування власної позиції щодо предмету обговорення. А от, скажімо, подання інформації як спонукування до озвученого чи написаного у ЗМІ розуміння явищ, подій чи обставин, конкретних способів вирішення життєвих ситуацій не сприятиме розвитку людини як суб'єкта, гальмуватиме становленню і вдосконаленню таких якостей, як внутрішня відповідальність, орієнтація на власну совість, пошук життєвих смислів, що вивищують особистість, а не залишають її на рівні задоволення нижчих потреб, таких як виживання, досягнення матеріального благополуччя тощо. Така психологічна допомога може бути ситуативною, на кшталт «швидкої допомоги» або психологічного «лікнепу» (наприклад, конкретні дії під час шоку, в якому опиняється людина), в іншому випадку є деструктивним, спрямованим на підпорядкування людини ініціатору такого спілкування.

Постійне вживання інформації, яка не формує думку і світогляд, може привчити людину до некритичного запозичення норм і цінностей, привласнення «чужих» зразків поведінки, зняття з себе відповідальності за

власне життя і свої вчинки, коли безвідповідальність стає бажаною, приємною, комфортною. Така «бажана безвідповідальність» можлива і в тому випадку, коли людині несила справлятися з тягарем відповідальності, приймати власні рішення, здійснювати особистий виражений вибір.

Висновки. Особистісна зрілість характеризується щонайменше такими якостями, як відповідальність, автономність, довіра до себе, сформована системи цінностей і смислів, діалогічна позиція, які є виразниками і складовими її суб'єктності. Вкрай важливим є звернення до свідомості людини, активізація її суб'єктної активності, особистісної відповідальності за споживання і творче осмислення отриманої медіа-інформації, створення психотерапевтичних технологій на принципі “суб'єкт-суб'єктної” взаємодії психолога з громадянами: ті, хто доносять інформацію, і ті, хто її сприймають, мають бути рівноправними суб'єктами взаємодії.

Суб'єкт-суб'єктне, діалогічне спілкування з людиною через різні ЗМІ є запорукою психологічної рівноваги отримувачів психологічної допомоги, свідомого розуміння ними конкретної життєвої проблеми, власних можливостей у її конструктивному вирішенні й у власному особистісному розвитку. У просторі ЗМІ необхідно надавати психологічну допомогу українцям у переживанні, пропрацюванні, подоланні та попередженні тих психологічних травм, які пов'язані з кризовою життєвою ситуацією, у протидії часто-густо деструктивної, дезорієнтуючої інформації. ЗМІ мають сприяти розвитку громадянина, патріота своєї країни, а також унікальної особистості, котра здатна змінювати і вдосконалювати себе саму і світ навколо.

Необхідні фахові, психотерапевтичні заходи (тренінги, заняття тощо), які мають бути спрямовані на формування адекватної самооцінки, позитивного ставлення до себе, формування довіри до себе та інших, розвиток емпатії, розширення поля цінностей і смислів, розвиток відповідальності й орієнтації на власну совість за їх самостійне і творче втілення в життя. Все це забезпечить успішне, а значить таке, що відповідає

збереженню цілісності особистості, її психологічному здоров'ю, протистояння агресивному медіа-впливу. *Перспективним* вбачається розробка технології психологічної допомоги сучасному громадянину на шляху до психологічної зрілості, особистісної цілісності і гармонії, аби бути здатним протистояти руйнівному медіа-впливу в кризових умовах життя.

Література:

1. Балл Г.О. Раціогуманістична орієнтація в методології людинознавства / Г.О. Балл. – К.: Видавництво ПП «СКД», 2017. – 204 с.
2. Вікова психологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / М. В. Савчин, Л. П. Василенко. – К. : Академвидав, 2005. – 359 с. – (Альма-матер).
3. Гильбух Ю.З. Тест-опросник личностной зрелости / Ю.З. Гильбух. – К.: Научно-практический центр «Психодиагностика и дифференцированное обучение», 1994. – 23 с.
4. Гурлева Т. Підліток: становлення відповідальності / Тетяна Гурлева. – К. : Шк. світ, 2010. – 128 с.
5. Євдокимова Н.О. Дорога змін: ефективне спілкування у кризових умовах життя: посібник із психології для «чайників» / Н.О. Євдокимова, В.Л. Зливков, С.О. Лукомська. – Миколаїв, 2016. – 116 с.
6. Єрмакова Н. О. Довіра до себе як особистісна детермінанта професійного зростання студентів юнацького віку / Н.О. Єрмакова // Вісник післядипломної освіти. – 2012. – Вип. 6. – С. 241-249. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vpro_2012_6_30
7. Максименко С.Д. Психологія особистості / С.Д. Максименко, К.С. Максименко, М.В. Папуча. – К.: ТОВ «КММ», 2007. – С. 25-36.
8. Меднікова Г. І. Особистісна зрілість: сутність та критерії [Електр. ресурс] / Г. І. Меднікова // Вісник Харківського нац. пед. Ун-ту імені Г. С. Сковороди. Психологія. – 2012. – Вип. 43(2). – С. 179-186. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2012_43\(2\)_22](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2012_43(2)_22)
9. Панченко С. М. Особистісна зрілість: сутність і перспективи актуалізації в умовах післядипломної освіти / С. М. Панченко // Вісник післядипломної освіти. – 2010. – Вип. 1(2). – С. 308-316. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vpro_2010_1%282%29_37
10. Папуча М.В. Внутрішній світ людини та його становлення: Наукова монографія / М.В. Папуча. – Ніжин: Видавець Лисенко М.М., 2011. – 656 с.
11. Татенко В.О. До питання про соціально-психологічний потенціал суб'єктно-вчинкового підходу / В.О. Татенко // Психологічні науки: проблеми і здобутки. – 2013. – Вип. 4. – С. 204-225. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pnpz_2013_4_18
12. Черноиваненко В.Д. Образ мира и потенциал самореализации личности: к вопросу о соотношении понятий / В.Д. Черноиваненко // Вісник

Одеського нац. ун-ту. Психологія. – Издательство: Одесский нац. ун-т им. И. И. Мечникова, 2011. – Том: 16, № 11. – С. 144-150.

Summary. The article discusses the connection of the ability of a citizen to resist the aggressive media influence with the personality maturity of a person. The guidelines of psychological assistance to the citizen in strengthening his subjectivity in conditions of disorienting information space are outlined.

Key words: personality maturity, aggressive media influence, subject, dialogue, mass media, psychological help of the person on the way to maturity.

Аннотация. В статье обсуждается связь способности гражданина противостоять агрессивному медиа-влиянию с личностной зрелостью человека. Очерчены ориентиры психологической помощи гражданину в укреплении его субъектности в условиях дезориентирующего информационного пространства.

Ключевые слова: личностная зрелость, агрессивное влияние медиа, субъект, диалог, СМИ, психологическая помощь личности на пути к зрелости.