

Гурлева Т.С. РОЗДІЛ VII.

ТЕХНОЛОГІЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ГРОМАДЯНАМ У ПОДОЛАННІ ПРОЯВІВ ПТСР ЧЕРЕЗ ТЕКСТ У ДРУКОВАНИХ ЗМІ ТА ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСАХ

Проблема психологічної допомоги населенню, яке є активним читачем сучасної текстової продукції, в кризових умовах є надзвичайно актуальною. Це зумовлено, з одного боку, загостренням інформаційної небезпеки – інформаційні атаки, руйнівні деструктивні впливи, тривалі маніпуляції людьми, які страждають від хронічних стресових чинників і мають виражену посттравматичну симптоматику. У зоні уваги перебувають також ті прояви ПТСР, які не є основними, а які можна віднести до так званих неосновних, вторинних, супутніх. З другого боку, важливість даного дослідження пояснюється тим, що на сьогодні хоч і є напрацювання про необхідність упереджувачих заходів від руйнівного медіавпливу на людей, усе ж відсутні чіткі стратегії і технології подолання негативних наслідків травмівних обставин для громадян, які є читачами ЗМІ.

Психологи безпосередньо, або залучаючи до цього журналістів й інших авторів медіатекстів, можуть допомогти інфоспоживачам в орієнтуванні в медійному просторі, виборі належної інформації, ставленні до різних інформаційних джерел і конкретного матеріалу, а також до себе як відповідального читача. Така стратегія сприятиме громадянинові у тому, аби отримувати із ЗМІ важливі для себе відомості і водночас не потрапити під вплив маніпуляцій. Оволодіння уміннями допомагаючого, розвиваючого тексту сприятиме активізації суб'єктних якостей особистості читача, критичнішому ставленню до медіатекстів, вирізненню ознак їх руйнівного впливу, а, значить, і регуляції та врівноваженню психічного стану, подоланню проявів ПТСР, які, поряд з іншими факторами, спричинені або посилені інформаційним тиском і маніпуляціями.

В сучасній науковій літературі досить вичерпно представлена психологія читача, його ставлення до інформації, у тому числі маніпулятивної, особливості текстів, їх впливу на свідомість людини, питання діалогу, зокрема через текст, як співтворчості, підвищення медіаграмотності, комунікативної, авторської і читацької компетентності громадян [2; 6; 7; 9; 14; 15; 18; 22; 28; 32 та ін.]. Дослідження проблеми розроблення та застосування технології психотерапевтичної допомоги постраждалим з проявами ПТСР базується на принципі «суб'єкт-суб'єктної» взаємодії фахівця з травмованими у стосунках співучасті, співробітництва, діалогової взаємодії [17; 24].

В попередніх дослідженнях нами було з'ясовано коло проблем населення України, які можуть бути обговорені за допомогою друкованих ЗМІ; виявлено особливості діалогічної взаємодії медіа-психолога і населення, окреслено деякі аспекти спілкування «психолог-населення» через друковані засоби масової інформації. Спілкування психолога з населенням через текстові ЗМІ визнається як опосередковане, заочне, непряме; за формою воно може бути: а) інформативне; б) діалогічне, конструктивне, гуманістичне; в) маніпулятивне, деструктивне, негуманістичне. Особливості спілкування психолога з населенням через ЗМІ

розглядаються з позицій гуманістичного напрямку в психології і психотерапії, що зумовлює суб'єкт-суб'єктну взаємодію між комунікантами [9]. Доведена ефективність діалогічного спілкування з громадянами в кризових умовах на противагу маніпулятивному спілкуванню, що має ознаки підкорення, схиляння до некритичного прийняття прямих вказівок на те, що і в який спосіб слід робити, як саме діяти [7; 9; 10]. На часі постає необхідність у наукових розробках технології психологічної допомоги читачеві у подоланні проявів ПТСР через друкований текст у ЗМІ.

Мета дослідження, яке покладено в основу даного розділу, – теоретично обґрунтувати методичні «підмурки» створення технології психологічної допомоги громадянам у подоланні проявів ПТСР через медіатекст. Основним завданням дослідження є визначення особливостей і причин посттравматичних проявів, які властиві сучасному споживачеві медіаінформації і можуть бути враховані при побудові методики їх подолання і попередження. У якості неосновного прояву ПТСР обрана недовіра до себе, яка, гіпотетично, може бути тісно пов'язана з нездатністю протидіяти руйнівному впливу, зокрема через брак розвитку таких якостей, як довіра до себе, відповідальність, автономність, діалогічність.

Методи дослідження: теоретичний аналіз проблеми; метод стандартизованого інтерв'ю; оригінальний метод тематичного малюнка ставлення читача до медіатексту; рефлексивний опитувальник для визначення довіри до себе – Т.П. Скрипкіної (додатково пропонувалось дати відповідь на питання «Довіра до себе в ході ознайомлення з текстами з друкованих ЗМІ та Інтернет», яке не використовувалось у підрахунку рівнів довіри), тести для виявлення інших ознак суб'єктності читача – рівня суб'єктивного контролю (РСК) О. М. Еткінда, О. О. Голинкіної і Е. Ф. Бажина, автономності-залежності («Автономність-Залежність») Г. С. Пригіна; кількісний і якісний аналіз, узагальнення результатів дослідження. Статистичний аналіз даних проводився у програмному середовищі R v4.0.1. Були застосовані методи описової статистики та метод ієрархічної кластеризації кореляційних зв'язків між досліджуваними показниками (метод «ICULST» пакету «psych»). В емпіричному дослідженні загалом брало участь 43 громадянина-читача друкованих, текстових ЗМІ (38 з них опитані за усіма методиками).

7.1. Психологічна характеристика сучасного читача медіатекстів в умовах інформаційного тиску і медійної маніпуляції

Сучасний читач – це поняття, яке об'єднує усіх без винятку громадян, які звертаються до різноманітних інформаційних джерел, до будь-яких текстів, які несуть актуальні і важливі відомості, мають інформаційну, виховну, орієнтуючу, спрямовуючу властивість. Читачем у нинішніх травмивних умовах є окрема людина або група осіб, які отримали психологічні травми, страждають від ПТСР, перебувають на межі захворювань, що спричинені цими травмами, або мають лише певні їх симптоми. Читачем можна вважати загалом населення України, яке перебуває у стані

війни з зовнішнім агресором, у складних політико-економічних умовах, в травмівних обставинах пандемії коронавірусу і карантину.

Будь-який читач потребує інформації, яка загалом має наступні ознаки: є правдивою, сприяє наближенню до істини; відповідає запитам, інтересам і потребам громадян; допомагає розібратися у проблемі, знайти з неї вихід; є своєчасною, доступною, цікавою; має йти від автора, який уже засвідчив себе як професіонал, який може аргументовано і виважено, з повагою до читача, запропонувати варіанти вирішення назрілих питань або постановки нових.

Враховуючи специфіку первинних і вторинних проявів ПТСР у різних груп травмованих осіб (переселенці, ветерани бойових дій, поранені тощо, див. попередні розділи монографії), вітчизняний читач може бути більш або менш критичним до інформації, більш або менш інформованим (обізнаним) з того чи іншого питання, у нього більшою чи меншою мірою можуть бути сформовані якості суб'єкта, які, і ми акцентуємо на цьому, впливають на сприймання інформації, ставлення до неї як до корисної або шкідливої. Читач може довіряти або не довіряти медіаінформації чи окремим її джерелам. Спільним для всіх читачів є те, що кожен, хто звернувся до ЗМІ, має в цьому потребу і прагне її задовольнити. І завдання психолога – сприяти тому, аби читач отримав відомості про те, що його цікавить, і при цьому не зазнав будь-яких психічних ушкоджень чи підсилення тих травм, які в нього є, крім того, отримав допомогу, зміцнивши власні позиції – погляди, переконання, життєві орієнтири, впевненість у завтрашньому дні тощо.

На який текст орієнтований сучасний читач? За теоретичним дослідженням [7; 9], вітчизняний читач розраховує здобути інформацію про те, що його цікавить, а також отримати можливість роздумувати, аналізувати, сперечатися, шукати нових можливостей, висувати власну і приймати іншу точки зору, приходити до певного консенсусу – тобто орієнтується на діалогічне спілкування. Менша частка громадян бажає одержати конкретні поради, рекомендації, але це, зазвичай, у тих випадках, коли вимагаються негайне вирішення проблеми, чіткі виважені дії і т. д. Втім, діалогічна взаємодія є найпріоритетнішою формою комунікації, на що ми зосередили свою увагу в побудові технології консультативної допомоги людині у профілактиці і подоланні проявів ПТСР, а саме – недовіри до себе.

Негуманною формою впливу, що здійснюється шляхом омани, спокушання людини до вигідних ініціаторові дій і вчинків, є маніпулювання [22; 29]. Механізми маніпулятивного впливу ефективно діють там, де вони не зустрічають опору, де людина «дозволяє» маніпулювати собою, покладаючись не на власні переконання, особисту відповідальність, совість, пошук істини, а на зовнішній авторитет. Таке некритичне підпорядкування впливовим людям, чужій думці виявляє брак зрілої суб'єктності, а також провокує деградацію особистості, нівелювання, а то й знищення її здатності бути суб'єктом свого життя. Як свідчать наукові дослідження, у навіюваної людини зменшуються індивідуальні розумові здібності, уніфікуються інтереси, відчуття та мислення, що ще більше уможливорює маніпулювання її свідомістю та поведінкою [29, с. 13].

Недовіра як ознака ПТСР. Психологічний портрет сучасного читача буде не повним, якщо його змалювати без поєднання з рисами, які забезпечують і виявляють

читацьку компетентність громадянина. Наші дослідження засвідчили [9], що така риса особистості, як автономність, пов'язана зі здатністю читача, а також автора тексту, до діалогічної взаємодії. Достатньо високий рівень особистісної автономності громадян вимагає від редакторів видань високого рівня сформованості саме цієї якості, аби досягти діалогічності спілкування автора і читача. У зв'язку з тим, що й опитані редактори, і громадяни України у більшості орієнтовані на діалогічне спілкування через друковані ЗМІ, то від психологів ще дужче очікується діалогічна спрямованість, уміння і навички такої взаємодії, аби надавати якісну психологічну допомогу, сприяти здатності людей орієнтуватися у медіаінформації, протистояти маніпулятивним впливам, які, своєю чергою, можуть викликати і поглиблювати прояви ПТСР.

Така якість суб'єкта, як довіра людини до себе, по-різному може проявлятися у різних сферах діяльності, але вона впевнено характеризує ставлення до себе як до особистості, до інших людей і світу, критичне відношення до власних помилок і досягнень, досвіду, своїх переживань, думок, намірів, планів на майбутнє [8; 9; 11; 13]. Довіра чи недовіра може проявлятися до текстів зі ЗМІ, до себе як споживача медіаінформації. Довіра як психологічне ставлення передбачає готовність здійснювати певні дії, які сприяють активній взаємодії між комунікатором і реципієнтом. Для їх успішної комунікації, вважають учені, необхідне знання форми втілення інформації, яка має бути близькою їм обом, а значення, які входять в цю інформацію, повинні мати схожі особистісні смисли, інакше вона не буде правильно сприйнята і зрозуміла останнім [12, с. 63, 492]. Втім, помічена певна «парадоксальність довіри», яка зумовлюється тенденціями «самопотрапляння в ситуацію ризику та обману», оскільки люди часто приймають рішення на шкоду власним інтересам [1, с. 25]. Це враховується нами під час розгляду особливостей довіри, причин неадекватної довіри чи недовіри до себе і до медіаінформації.

Ми припускали, що подолання недовіри до себе як прояву ПТСР у сучасного читача можливе за умови зміцнення довіри до себе як суб'єктної якості, що сприятиме свідомому ставленню громадянина до маніпулятивних текстів, які, з одного боку, виявляють недовіру до себе і пов'язані з нею такими якостями, як екстернальний локус контролю, несамостійність, недіалогічність, з іншого – провокують появу і загострення цих та інших проявів.

7.2. Діагностика ознак і причин ПТСР у читача: процедура проведення і аналіз результатів емпіричного дослідження

Недовіра до себе й інші, пов'язані з нею, прояви ПТСР. Необхідно наголосити, що для ПТСР характерні як основні [14; 17], так і неосновні, непрямі, другорядні чи додаткові симптоми [5; 14]. Супутніми щодо основних груп симптомів називаються, наприклад, такі: втрата довіри до світу, людей, до самого себе, почуття провини, травмованому не хочеться підтримувати дружні зв'язки з «минулого» життя, заводити нові стосунки, спостерігається певне відчуження від суспільства, втрата сенсу життя. Серед віддалених проявів ПТСР, зокрема у дітей, характерними є напади роздратування, експресивна плаксивість, уникнення контактів, сепараційна тривога, недовіра, почуття безперспективності та імпульсивність [16]. Недовіра як неосновний

прояв ПТСР відображена у складі наступних визначень: «віддалені прояви», «серед наявної симптоматики у дітей» (Ю. С. Бучок); «інші психічні явища» (Р. П. Попелюшко); «компоненти травматичного досвіду» (Л. Г. Матвієць); «інші післястресові явища» (О. Г. Сиропятов, Н. О. Дзеружинська); «недовіра у ветеранів як наслідок зверхпильності, що призводить до депресії і розвитку ПТСР» (Є. В. Підчасов); «залишкові прояви симптомів посттравматичного стресового розладу у підлітків» (І. Д. Поспелова); «інші психічні прояви» (К. Фастовець), «є основні і є інші психічні явища» (В. І. Коростій та ін.), «додаткові симптоми» (О. І. Романчук).

Так, комплекси неосновних симптомів приховують у своєму переліку такий неблагополучний прояв посттравматичного стресового розладу, як недовіра. Сучасні громадяни перебувають у стані недовіри до себе, людей і світу, стосунків, власного майбутнього, а також до інформації, яка надходить з різноманітних джерел масової комунікації, виявляють безвідповідальність і некритичність щодо спожитої медіаінформації, підлеглість зовнішньому впливу, що може викликати стан напруження, тривоги, нестабільності.

Тому найсуттєвішим проявом ПТСР у читача ми розглядаємо саме недовіру до себе.

Причини недовіри до себе: суб'єктна площина. Науковцями дослідження довіри здійснюється у площині вивчення характеристик суб'єктності (К. О. Абульханова-Славська, Б. С. Братусь, Ф. Ю. Василук та ін). Недовіру до себе ми розуміємо як комплексний показник психологічного неблагополуччя особистості – це слабкість, незрілість, загальмованість чи невключеність особистісної активності як суб'єкта. Згадаймо, М. Мамардашвілі зауважував, що «ніяка сила зовнішніх подій не вирішить наших проблем, якщо ми самі не ангажовані на їх вирішення..» [цит. за 27, с. 180]. Принципову роль у процесі становлення суб'єкта відіграє така «інтелектуальна метакогніція, як рефлексія» [28]. Суб'єкт, за В. О. Лефевром, є «істота, яка рефлексує» [20, с. 155]. Рівень довіри до себе, вважає Т. П. Скрипкіна, у загальному підсумку, пов'язаний з індивідуальними можливостями самореалізації, є одним із показників психологічного здоров'я особистості, здатністю самостійно здійснювати вибір і ставити цілі [27, с.139–140]. І ще, довіра до себе – це специфічне суб'єктне новоутворення особистості, яке пов'язане з іншими внутрішньоособистісними новоутвореннями, такими, як самовідношення, локус контролю, рівень самореалізації [27, с.146; 36, с. 216].

До якостей, які виступають ресурсом особистості, необхідним у тому числі для протистояння агресивним медіавпливам, ми відносимо також відповідальність, автономність, діалогічність [11]. Відповідальність, інтернальний локус контролю сприяє пошуку і знаходженню нових сенсів, постановці перспективних життєвих завдань [31]. Внутрішня відповідальність характеризується орієнтацією особистості на власну совість як єдиний авторитет, регулює реалізацію в життя найвищих життєвих смислів [7]. Автономність забезпечує формування власної життєвої позиції і особистої думки щодо себе, інших людей, тієї чи іншої події. Діалогічність є показником і умовою взаємоприйняття, взаємодовіри між партнерами комунікації, виступає антиподом маніпулятивному спілкуванню. Під час діалогічної взаємодії відбувається відкриття індивідом сутнісних смислів, що є важливою умовою для розвитку особистості як суб'єкта, особливо у кризових умовах [9]. Довіра до себе

виявляє здатність людини до діалогу, стримує намагання будь-кого через ЗМІ агресивно і руйнівно впливати на особистість [8; 10; 11].

Дослідження ставлення читачів до діалогічного і маніпулятивного текстів, довіри/недовіри до себе як до читача і до особистості в цілому, було доповнено і частково порівняно з результатами вивчення довіри до себе й інших якостей особистості, які характеризують її суб'єктність, а саме: автономність, інтернальний локус контролю, діалогічність.

Діагностичне дослідження, основні результати. Процедура авторського інтерв'ю містила знайомство, визначення мети, низку запитань, представлених блоками, а саме:

Перший блок

1. Як часто Ви звертаєтесь до друкованих (текстових, буквених) джерел для отримання інформації (Інтернет, газети, журнали, т. ін.)? Відповідь: завжди, часто, рідко, ніколи.

1а) Які джерела чи джерело є пріоритетними особисто для Вас?

2. Відмітьте на лінійці цифру, що відповідає тому, наскільки Ви довіряєте отриманій інформації від 0 (не довіряю) до 10 (повністю або абсолютно довіряю):

0---1---2---3---4---5---6---7---8---9---10

Другий блок

3. Чи відчуваєте Ви, що текст, який Ви читаєте, справляє діалогічний або маніпулятивний вплив? Так. Ні. Не завжди.

4. На окремому аркуші паперу намалюйте кольоровими олівцями (чи фломастерами) «Діалогічний текст», на другому – «Маніпулятивний текст».

Поясніть два зображення за пунктами, а саме:

1 етап.

1) Що, по-Вашому, означає діалогічний текст? Його ознаки.

2) Що отримуєте через діалогічний текст? Виберіть чи назвіть потрібне: знання; очікувану інформацію; конкретні вказівки; інше.

3) Що Ви відчуваєте, коли читаєте діалогічний текст? Які переживання він викликає?

4) На які дії Вас спонукає діалогічний текст? (що хочеться зробити, як діяти?) 5) Що означає колір чи кольори, яким (якими) зображено діалогічний текст?

2 етап.

1) Що, по-Вашому, означає маніпулятивний текст? Назвіть його ознаки.

2) Що отримуєте через маніпулятивний текст? Виберіть чи назвіть потрібне: знання; очікувану інформацію; конкретні вказівки; інше.

3) Що Ви відчуваєте, коли читаєте маніпулятивний текст? Які переживання він викликає? 4) На які дії Вас спонукає маніпулятивний текст? (що хочеться зробити, як діяти?) 5) Що означає колір чи кольори, яким (якими) зображено маніпулятивний текст?

Третій блок

5. Порівняйте два тексти – діалогічний і маніпулятивний – і відмітьте на лінійці від 0 до 10 рівень довіри:

1) до діалогічного тексту: 0---1---2---3---4---5---6---7---8---9---10

Поясніть, чому Ви поставили саме таку позначку

2) до *маніпулятивного* тексту: 0---1---2---3---4---5---6---7---8---9---10 Поясність, чому Ви поставили саме таку позначку.

6. Опишіть текст, якому б Ви довіряли абсолютно.

Четвертий блок

Тепер зосередьтесь, будь ласка, на своїй особистості.

7. Наскільки Ви *довіряєте собі як особистості*? Поставте позначку на лінійці: 0---1---2---3---4---5---6---7---8---9---10

1) Поясність, чому Ви поставили саме таку позначку.

2) Чого саме бракує, щоб довіряти собі як особистості абсолютно?

8. Наскільки Ви *довіряєте собі як читачеві* будь-якого друкованого тексту? Поставте позначку на лінійці: 0---1---2---3---4---5---6---7---8---9---

10 1) Поясність, чому Ви поставили саме таку позначку?

2) Чого саме бракує, щоб довіряти собі як читачеві абсолютно?

9. Якщо у Вас виникли думки чи побажання щодо проблеми, яка розглядалася нами в інтерв'ю (ставлення до себе як до читача, особливості маніпулятивного і діалогічного тексту, хто або що стоїть за текстом та ін.), та її вирішення, поділіться, будь ласка.

У дослідженні брали участь 34 жінки і 9 чоловіків, від 18 до 70 років (середній вік 46 років), різної освіти, в основному міські жителі. За даними інтерв'ю, респонденти звертаються до джерел текстової інформації: «завжди» – 15 %, «часто» – 63 %, «рідко» – 22 % ; серед найбільш популярних джерел виявився Інтернет – 75 %, все інше – 25 % – паперові носії.

На Рис. 1 показаний емпіричний розподіл рівнів довіри до ЗМІ (Рис.1, діаграма а)). Пунктирна вертикальна лінія відповідає загальному середньому значенню за трьома змінними. З рисунку видно, що розподіл довіри до маніпулятивного тексту вирізняється з-поміж інших. Більшість опитаних суттєво менше довіряє маніпулятивному тексту (Третій блок, питання 5).

До себе як до особистості (питання 7) відповіді опитаних розділились таким чином (Рис.1, діаграма б)): до себе як до особистості показники вищі, ніж до себе як до читача, що пояснюється респондентами як: недостатність джерел, мало часу на порівняння інформації, нетерпимість до протилежних думок, брак досвіду, низький рівень довіри до ЗМІ.

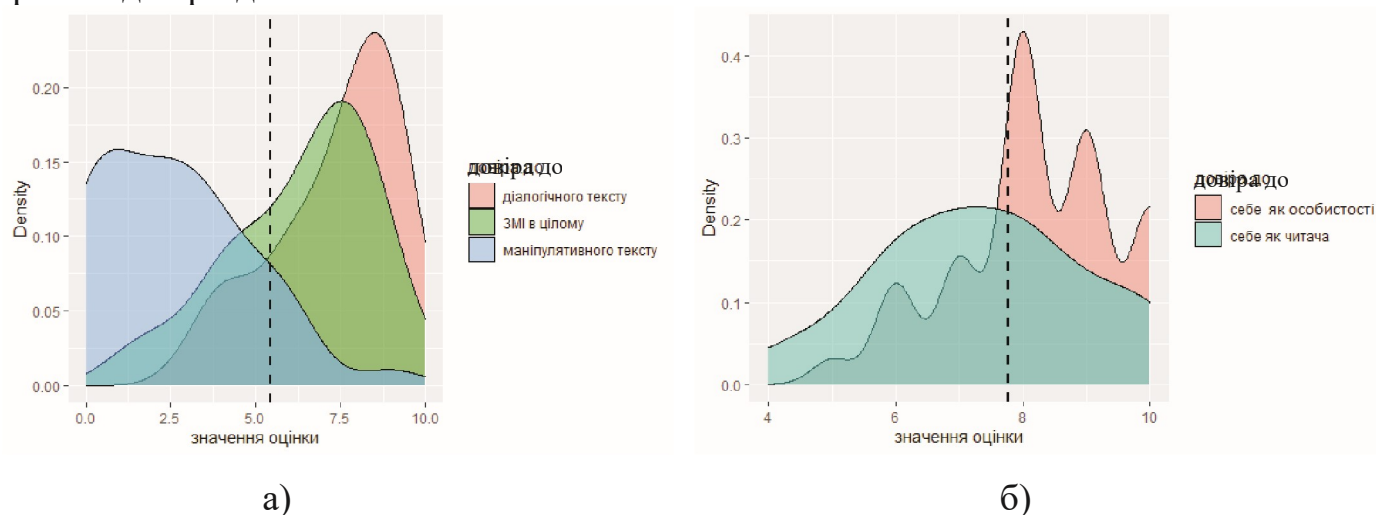


Рис. 7.1. Діаграми функцій розподілу показників довіри до:

а) медіатекстів; б) до себе.

Отримані емпіричні дані засвідчують: медіаінформація, інформаційні джерела не користуються абсолютною довірою більшості опитаних читачів; більшість досліджуваних «відчувають» діалогічний чи маніпулятивний вплив тексту (відповідь «Так» дали 46 %, «Не завжди» – 54 %, «Ні» – 0 %).

Процедура інтерв'ю (Другий блок запитань) включала також авторську *проективну методикау* «Діалогічний і маніпулятивний текст зі ЗМІ: моє ставлення», пропозицію висловити власну думку щодо розглянутої проблеми (питання 9). Доведено, що проєктивні методики посіли надійне місце в науці і діагностико-корекційному процесі, застосовуються до дітей і дорослих [11; 25].

Процедура проведення малюнкової методики. Респонденту пропонувалось намалювати діалогічний і маніпулятивний текст, з якими доводиться стикатися у ЗМІ та Інтернет-виданнях, і відповісти на низку запитань (Другий блок, питання 4). Матеріали для роботи: кольорові олівці або фломастери, два аркуші паперу А-4. Повністю інтерв'ю з малюнковою методикою займає 45-60 хвилин часу. Метою застосування тематичного малюнка було: 1) отримати розуміння певних видів медіатекстів, а саме – діалогічного і маніпулятивного тексту; 2) дослідити причини позитивного чи негативного ставлення до кожного з таких текстів, що уточнювалося в процесі інтерв'ю; 3) виявити почуття, переживання щодо прочитаного тексту, конкретні наміри чи дії після взаємодії з текстом. Тобто розглянути ставлення до текстів за когнітивним, емоційним (або емоційно-почуттєвим) і поведінковим компонентами. Відповіді на питання 1-го і 2-го етапу додатково характеризували ставлення читача до діалогічного та маніпулятивного текстів за цими складовими. Ми припускали, що чим більш чітка різниця є між різними видами текстів у кольорі, формі і за змістом, тим більша ймовірність читача не потрапити «на гачок» маніпулятора, виявити недовіру до його інформації.

Серед опорних елементів аналізу інтерпретацій досліджуваними своїх малюнків були задіяні щонайменше наступні: зміст, форма, колір.

За змістом. Маніпулятивність тексту пояснюється як: «тиск на свідомість», «рамки, які встановлює маніпулятор», включення певних слів і висловів (на кшталт «треба», «повинні»), намагання отримати «владу над читачем». Маніпулятивний текст характеризується як такий, що «заплутує», має декілька тем, що не дає змогу зосередитися на якійсь одній, розібратися у своїх думках. Діалогічність визначалась через такі показники: текст цікавий, зрозумілий, логічний, викладені послідовні думки, текст «не набридає», залишає простір для власних умовиводів, свободи у думках, не порушує власних кордонів, автор «не заграє, а спілкується на рівних», «присутня одна конкретна думка, на якій слід зосередитися, все компактно». Діалогічний текст несе правдиву інформацію, сприймається як «свій», він допомагає, заспокоює.

За кольором. Зображення тексту у темному (чорному, коричневому тощо) кольорі трактується як трудність розуміння та небажання прислухатися і читати такий текст, коли «хочеться забути» (вказує на наявність маніпуляції). Переважання в малюнку темних кольорів інтерпретувалося опитаними як бажання відторгнути інформацію, почуття приниження і тиску. Зображення ж у світлих і яскравих (що виявляє

діалогічне спілкування між автором і читачем) трактується як бажання читати текст, прислухатися до думки автора, коли текст є зрозумілим, наснажує, а автор «поважає читача», хочеться читати подібні тексти і конкретного автора (чи певне видання). Переважанням у малюнку світлих кольорів (жовтого, голубого тощо) читачі пояснюють своє спокійне і доброзичливе ставлення, позитивне сприйняття тексту.

За формою зображення діалогічних текстів представляють собою «рівних за позицією людей», упорядковані кольорові рядки або сходинки, сонце, щирі очі, голубе небо, що асоціюється з простором думки, «відчуттям того, що ти сам вирішуєш, як думати і діяти» тощо. Діалогічний текст – це «чистота – вода, зелень, повітря; свобода, усмішка, викликана прочитаним». Маніпулятивний текст зображується таким, який відштовхує, «трощить мізки», колючим кущем, гнівним оком, масною чорною крапкою, ґратами, які «сковують думку і волю». Трактується як небажання взаємодіяти з текстом (його автором).

Інтерпретація малюнків свідчить, що процес «перетравлення» інформації іде не через самі факти, конкретну інформацію, а скоріш через емоційне сприйняття матеріалу «як він до мене доноситься», «може насторожити й озлобити», або «викликати довіру». Важливо: під час пояснення малюнків опитані часто називали такі переживання від стикання з маніпулятивним текстом, як гнів, напруження, почуття неприязні, роздратування (про це свідчить також натиск олівця, товщина ліній на малюнку). Це співвідноситься з даними про супутні поряд з недовірою, віддалені прояви ПТСР [4; 5; 11; 14; 16; 19 та ін.]. Такі пояснення, як то: «Маніпулятивний текст вживлюється і травмує мізки», наводять на думку, що маніпуляції через ЗМІ можуть загострювати або навіть викликати окремі прояви. І навпаки, діалогічні тексти здатні допомогти читачеві «вийти» з невпевненості і заплутаності, зрозуміти власні потреби, інтереси, очікування і проблеми, замислитись про шляхи їх вирішення, укріпити довіру до себе як до читача і як до особистості. Опитані фіксували увагу на тому, що такий текст заспокоює, врівноважує думки і почуття. Значить, *діалогічний медіатекст може впливати психотерапевтично на людину, яка перебуває у посттравматичному стресовому стані, а також попереджувати його негативні прояви.*

Прикметно, що взаємодія з медіатекстом сприймається більшістю читачів як спілкування саме з людиною, автором тексту (діалогічний текст як спілкування «однакових за розміром осіб на певній дистанції», маніпулятивний текст, коли «той, хто більший за розміром, намагається домінувати, тиснути»). Тобто діалог відбувається з автором тексту, який має певну мету, обирає той чи інший стиль спілкування, форму подачі інформації (маніпуляція, діалог, інформування). Той, хто веде діалог, – «чесний, доносить правду, допомагає тобі міркувати», маніпулятор же намагається «відвернути від справжнього», «бреше і лукавить». Ідеальний текст у цілому схожий на діалогічний, але має ще такі характеристики, як, наприклад: «текст, якому б я повністю довіряв, дає свободу для розвитку власної думки, але не змушує до спілкування».

Цікаво розглянути і пояснити деякі помічені нами суперечності. Так, маніпулятивний текст майже завжди виступає зі знаком «–», у той же час діалогічний – інколи уступає місце інформативному тексту, недіалогічному. Втім, дехто з читачів

сприймає діалогічний текст як «примушення до діалогу», що викликає бажання усамітнитися («краще просто дати інформацію, дані, цифри, статистику»). А маніпулятивний текст не завжди такий, що явно тисне, але який «потихеньку підштовхує». Не завжди настійні поради і вказівки сприймаються читачами як маніпуляції, особливо без долі критичності до змісту повідомлення, що деколи пояснюється рівнем довіри до автора текстового продукту чи інформаційного джерела. Буває, зауважує читач, «гарна стаття, але за нею – неправда», що може свідчити про маніпулятивну статтю, вибудовану за принципами діалогу. Тож факт зловживання діалогічними прийомами доречно розглядати як певну маніпуляцію.

Помічена певна особливість зображень, що вказує на специфічний підхід читача до оцінки текстів. Виділено такі *групи зображень*: а) як *текст чи рядки* – зображено текст і особливості його передачі (малюнки, що відтворюють рядки, – рівні, зрозумілі, чи, навпаки – криві, ламані); б) як *образи живої і неживої природи*, що пов'язано скоріш з переживаннями тексту, його впливу на читача (непосильний тягар, грати, що тиснуть, закручений клубок ниток, машинний пристрій, або ж квіточки з метеликами, сонечко, вітерець, що освіжає, промениста зірка); в) як *спосіб взаємодії* – спілкування двох людей чи будь-яких істот, одні з них зберігають дистанцію і виглядають рівними, спокійними, другі – вказують на нерівність – один вище за іншого, чи давить на партнера, вживлює важкі думки. Виявлено також наступне: одні читачі зображують і діалогічний, і маніпулятивний тексти в якийсь один із описаних способів (чи текст, чи елементи природи, чи спосіб спілкування) (Рис. 7.2, 7.3, 7.4).



Рис. 7.2. Малюнок діалогічного (ліворуч) і маніпулятивного (праворуч) тексту (Наталія, 42 роки, вища освіта, менеджер).

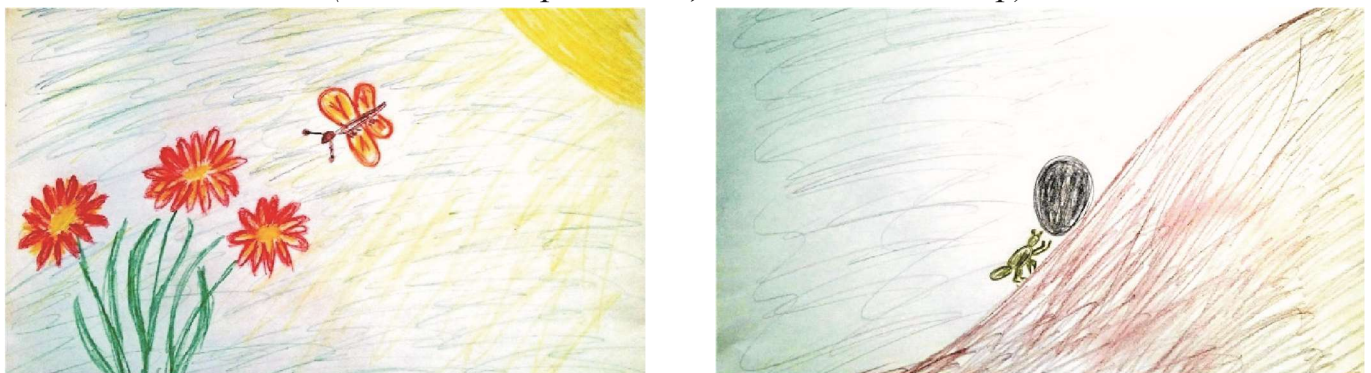


Рис. 7.3. Малюнок діалогічного (ліворуч) і маніпулятивного (праворуч) тексту
(Наталія, 58 років, вища освіта, освітянка).

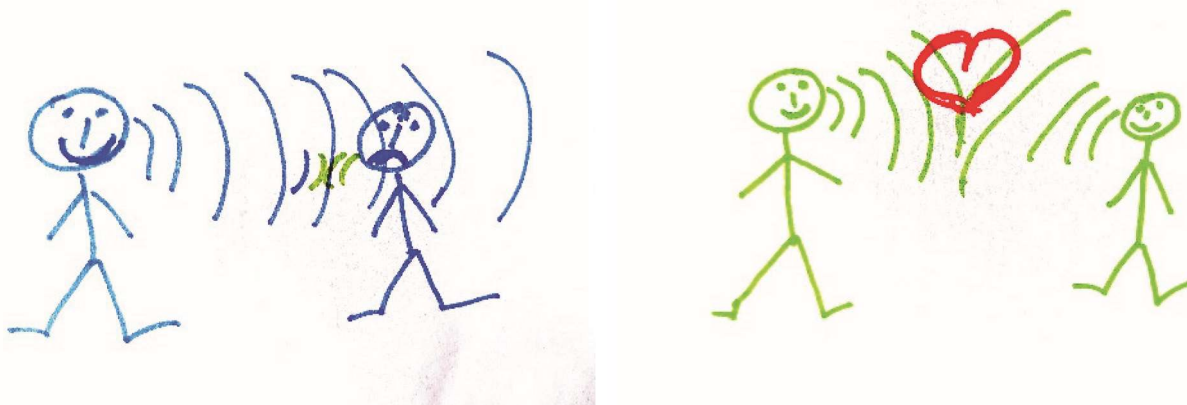


Рис. 7.4. Малюнок діалогічного (ліворуч) і маніпулятивного (праворуч) тексту
(Володимир, 70 р., вища освіта, працюючий пенсіонер).

Рідше – один текст зображено одним чином, другий – будь-яким іншим [11, с. 237]. Зображення вказують на те, що саме для читача є пріоритетним у сприйнятті тексту і також доводять доцільність виділених нами структурних складових ставлення до нього (когнітивна, емоційна, поведінкова складова).

Малюнкova методика дозволяє психологу встановити, на що орієнтований читач в момент ознайомлення з медіатекстом, і те, що саме можна йому запропонувати, на чому варто зосередитись. Наприклад, якщо людина цілком або здебільшого емоційно сприймає текст, то варто звернути її увагу на можливий вплив інформації на її розуміння змісту тексту, на наміри та поведінку після прочитаного, щоб більш об'єктивно оцінити своє ставлення до тексту і його можливий вплив на себе.

Згідно з відповідями на інтерв'ю (питання 4: етап 1, 2); етап 2, 2)) більшість респондентів від маніпулятивного тексту отримують конкретні вказівки, а від діалогічного – знання й очікувану інформацію, або й інше, що підтверджує дані нашого більш раннього дослідження щодо причин вибору текстів діалогічного або маніпулятивного спрямування [9]. На 9 питання відповіли лише кілька чоловік, але воно було поставлене, по-перше, для відчуття читачем рівності спілкування, підтвердження того, що діалог, не лише через текст, а й у безпосередньому спілкуванні, є не фарсом, а необхідною умовою розкриття своїх думок, формування власної точки зору на проблему, повага до співбесідника. По-друге, ця інформація виявилась корисною для визначення форми корекційної роботи, яка може бути прийнятною для читача ЗМІ. Зокрема, ми отримали такі поради від наших партнерів по комунікації: «Добре було б вчити людей розрізняти ці тексти, щоб тобою не маніпулювали», «Доречно розглянути конкретний маніпулятивний і діалогічний тексти».

Одне з наших припущень полягало у тому, що низька довіра до маніпулятивного тексту виявить високий рівень довіри до себе, а також до себе як до особистості й – до читача. І, відповідно, висока довіра до себе покаже певну недовіру людини до того, що вона читає. Важливим було довести також зв'язки між довірою до себе й іншими

якостями суб'єкта, що впливає на ставлення до медіатекстів. Дані у цілому підтвердили ці припущення. Розглянемо кореляційні зв'язки між показниками використаних методик. На основі кореляційних зв'язків показників інтерв'ю, опитувальника «Довіри до себе» [27], тесту вивчення РСК [23] і рівня автономності за тестом «Автономність-залежність» [26] за допомогою методу ICUST пакету «psych» побудовано ієрархічну кластерну модель – дендрограму, на якій виокремлені кластери та «факторні» навантаження на них (Рис. 7.5).

Для кластерів наведені рівні внутрішньої надійності (альфа Кронбах) та показник бета (найнижче значення показника надійності при найбільш невдалому розділенні кластеру навпіл). На дугах вказані «факторні» навантаження складових кластерів. Від'ємні навантаження позначено червоним кольором. Кластер вищого рівня об'єднує усі залучені змінні та його можна розглядати як нову шкалу з достатньо високою внутрішньою надійністю (альфа = 0.76). Дані показують позитивні кореляційні зв'язки між довірою до себе, інтернальним локусом контролю і автономністю особистості. Встановлено негативну кореляцію між довірою до себе і довірою до маніпулятивного тексту, а також позитивний зв'язок між довірою до себе як читача і довірою до діалогічного тексту, тобто діалогічністю (Рис. 7.6).

Отримані дані показують, що неприйняття маніпуляцій пов'язане з почуттям довіри до себе, яка є умовою свідомого ставлення людини до інформації зі ЗМІ, її споживання як суб'єктом, а не об'єктом впливу. Та інколи людина виявляє нездатність протистояти агресивному тиску, розпізнавати тонку, майже непомітну і невідчутну маніпуляцію. За даними рефлексивного опитувальника Т. П. Скрипкіної, серед опитаних нами читачів (41 чол.) – 39 % мають високий, 56 % – середній і 5 % – низький рівень довіри до себе. Значна кількість громадян, які продемонстрували середній і низький рівні довіри до себе, свідчить про наявність, по-перше, певних вад суб'єктності, по-друге, ознак травми, що може впливати на сприйняття медіатекстів або підсилюватись останніми, якщо вони мають маніпулятивну спрямованість. Висока довіра до себе, а також до себе як читача-споживача ЗМІ мають позитивну кореляцію з довірою до діалогічних текстів (див. Рис. 7.5, 7.6).

За кореляційними зв'язками (Рис. 7.6) видно, що недовіра до себе найбільше виявляє себе у сфері взаємостосунків з підлеглими і тими, що стоять вище, а довіра до себе – у професійній сфері (де людина, напевно, досягла певних успіхів, набула знань і вмінь, які сприяють розвитку цієї якості).

Відмінною від суб'єктної довіри до себе пропонуємо вважати так звану несправжню, «вдавану довіру до себе» [8], за якої людина може неправильно трактувати медіаінформацію, легко, без сумніву і перевірки своїх знань і відчуттів, піддаватися маніпуляціям, некритично засвоювати насаджувані цінності і зразки поведінки. Джерелом вдаваної довіри до себе може бути зовнішній авторитет, залежність від нього, навіювані ним норми і уявлення, а не власні переконання, відповідальність, автономність та інші якості, які визначають людину-суб'єкта. Читачі, які виявляють вдавану довіру до себе, часто маніпулятивними («брехливими») вважають дійсно правдиві тексти і їх джерело, бо вони, на думку авторитетів, «не гідні уваги», а діалогічними вбачають ті, які насправді є маніпулятивними, але яким читач вже довіряє.

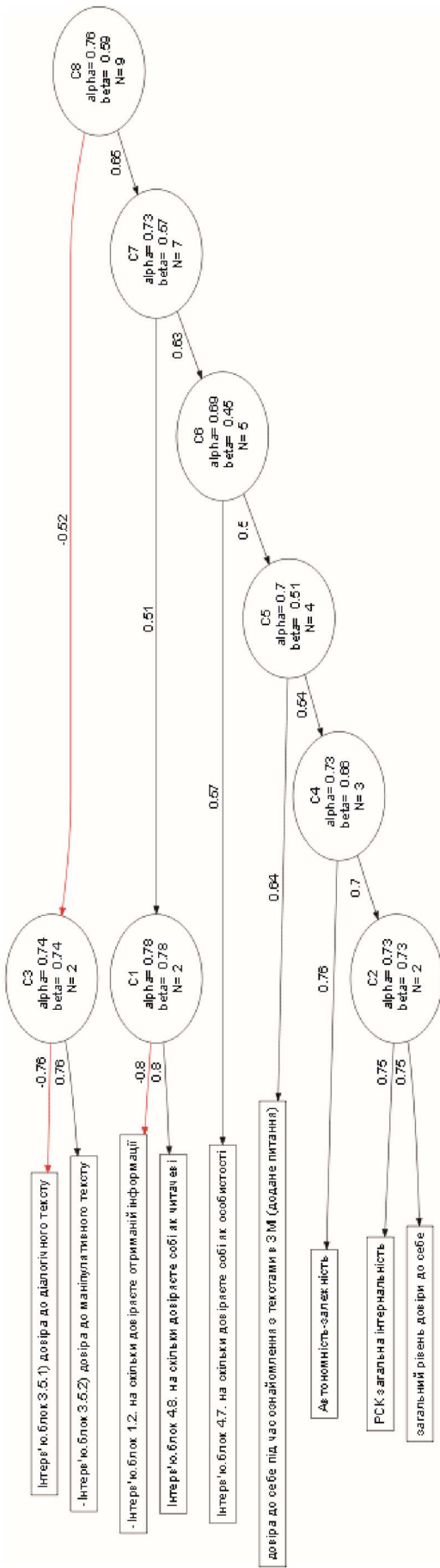


Рис. 7.5. Дендрограма. Кластеризація змінних за кореляційними зв'язками.

Інтер'ю.блок 3.5.1) довіра до діалогічного тексту
 - Інтер'ю.блок 3.5.2) довіра до маніпулятивного тексту
 - Інтер'ю.блок 1.2. на скільки довіряєте отриманій інформації
 Інтер'ю.блок 4.8. на скільки довіряєте собі як читачеві
 Інтер'ю.блок 4.7. на скільки довіряєте собі як особистості
 довіра до себе під час ознайомлення з текстами в ЗМІ (додане питання)
 Автономність-залежність
 РСК: загальна інтернальність
 загальний рівень довіри до себе

Інтер'ю.блок 3.5.1) довіра до діалогічного тексту
 Інтер'ю.блок 3.5.2) довіра до маніпулятивного тексту
 Інтер'ю.блок 4.7. на скільки довіряєте собі як особистості
 Інтер'ю.блок 4.8. на скільки довіряєте собі як читачеві
 РСК загальна інтернальність
 РСК у сфері досягнень
 РСК у сімейних відносинах
 РСК у сфері виробничих відносин
 РСК у сфері міжособистісних відносин
 РСК щодо здоров'я та захворювань
 довіра до себе у професійній діяльності
 довіра до себе у вирішенні побутових проблем
 довіра до себе у вмінні будувати взаємостосунки з близькими людьми (друзями)
 довіра до себе у вмінні будувати взаємостосунки з підлеглими
 довіра до себе у вмінні будувати взаємостосунки з тими, хто стоїть вище
 довіра до себе у вмінні будувати взаємостосунки з дітьми
 довіра до себе у вмінні будувати взаємостосунки з батьками
 довіра до себе у вмінні поділитися предстваникам протилежної статі
 довіра до себе у вмінні цікаво проводити дозвілля
 довіра до себе під час ознайомлення з текстами в ЗМІ (додане питання)
 загальний рівень довіри до себе
 Автономність-залежність

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26									
1	6.39	7.29	2.50	8.13	7.26	5.24	6.11	4.29	2.50	5.00	5.82	6.03	3.66	4.11	3.74	3.71	3.05	3.00	3.74	3.76	3.76	3.39	3.58	4.21	39.50	9.29	7								
2	2.16	1.86	1.98	1.30	1.64	2.47	2.24	2.75	3.20	2.25	1.94	1.24	1.05	0.92	1.20	1.23	1.37	1.23	1.16	1.13	0.91	1.48	1.55	0.87	8.89	3.24	σ								
3	-0.58																																		
4	-0.37																																		
5	0.86	0.75	0.70	0.89	0.46	0.55	0.51																												
6	0.64	0.56	0.78	0.54	0.46	0.53																													
7	0.36	0.43	0.38	0.43	0.38	0.51																													
8	0.39	0.37	0.33	0.37	0.44																														
9	0.54																																		
10	0.54																																		
11	0.51																																		
12	0.46	0.43	0.38	0.40	0.46	0.43	0.40																												
13	0.44	0.57	0.33	0.36	0.44	0.57	0.63	0.49																											
14	0.51	0.41	0.34	0.42	0.39	0.37	0.34	0.37	0.55	0.37																									
15	0.46	0.43	0.38	0.40	0.46	0.46	0.43	0.44	0.37	0.54	0.59																								
16	0.44	0.57	0.33	0.36	0.44	0.57	0.63	0.49	0.75	0.69	0.70	0.61	0.35	0.34	0.69	0.70																			
17	0.53	0.47	0.43	0.40	0.43	0.40	0.40	0.43	0.53	0.45	0.43	0.53	0.35	0.43	0.63	0.46																			
18	0.39	0.66	0.50	0.57	0.57	0.57	0.57	0.57	0.39	0.39	0.49	0.50	0.76	0.39	0.76	0.39	0.43	0.75	0.50																
19	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	
20	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	0.39	
21	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	
22	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	
23	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	
24	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	
25	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	0.44	
26	0.48																																		

Рис. 7.6. Описові статистики досліджуваних змінних та кореляційні зв'язки між ними. (n=38)

Занадто емоційне ставлення читача до інформації може впливати на сприйняття, на недостатньо об'єктивний аналіз текстів. Тому, на нашу думку, почуття і емоції в ході ознайомлення з текстом мають бути врівноважені перевіркою інформації, переконаннями у її правдивості і неупередженості – тільки тоді нові знання можуть бути прийнятими, аргументовано визнаними корисними і за бажання втіленими у життя. Гнів, роздратування, неприємні почуття від спілкування з маніпулятивним текстом, сильне психоемоційне збудження, спровоковані ним, можуть викликати ілюзорну довіру до тексту і його автора, але при цьому пригнічувати розвиток довіри до себе як суб'єкта, розсудливого і відповідального читача, здатного керувати власними емоціями.

Справний маніпулятор вміє використовувати мовленнєві і писемні засоби, які властиві діалогічному спілкуванню через текст, але при цьому передає оманливу, брехливу інформацію, перекручуючи знання людини, дезорієнтуючи її, схиляє до виконання запропонованих ним дій. Тому завдання психолога – формувати і зміцнювати саме суб'єктні якості громадянина, його вміння не лише розпізнавати маніпулятивний вплив, але й порівнювати нові знання зі вже набутими, з інформацією, яку можна отримати з інших ресурсів, зіставляти з власними переконаннями, цінностями і смислами.

7.3. Психологічна допомога громадянам у ставленні до текстової медіаінформації в контексті подолання проявів ПТСР

Принципи і напрямки психологічної допомоги. На основі інтерпретації емпіричних даних розроблено проєкт технології психологічної допомоги читачеві у подоланні недовіри до себе, що включає певні принципи і напрямки. На основі гуманістичного підходу в психології і психотерапії, можна виділити такі *принципи* у побудові технології психологічної допомоги читачеві: діалогічність; суб'єктність, підхід до клієнта як до суб'єкта, а не об'єкта впливу; значимість й активізація суб'єктних властивостей людини; принцип взаємовідповідальності автора тексту і читача.

Докладніше щодо принципів психологічної роботи з громадянином-читачем медіатекстів. Технологія психологічної допомоги читачеві у подоланні недовіри до себе, яка базується на принципі суб'єкт-суб'єктної взаємодії комунікатора і реципієнта через текст, спирається на такі суб'єктні якості особистості, як відповідальність, автономність, діалогічність, її здатність протистояти деструктивному медіавпливу. Технологія спрямована на формування критичного, оцінювального ставлення людини до медіатекстів, аби бути суб'єктом, а не ставати легкою здобиччю на теренах часто-густо агресивного, деструктивно діючого інформаційного простору. Діалог між автором і читачем можливий за умови, коли не лише той, хто написав текст, а і той, хто його читає, відчував і брав відповідальність перед собою – за сприйняття інформації, щоб її «почути», за власний розвиток, моральність, суб'єктність, – а також перед людиною, яка вступає у діалог, за зворотний зв'язок: адже автор спрямований на спілкування, він з повагою і розумінням вибудовує комунікацію і, зі свого боку, очікує на взаємність, тобто надіється на відповідь (на свої сподівання, почуття, а не тільки на змістовну частину

повідомлення, її розуміння). Відповідальність є суб'єктною якістю особистості, а взаємовідповідальність – основою суб'єкт-суб'єктних, діалогічних стосунків між людьми. Такі стосунки є дієвими та розвиваючими між автором писемного, буквеного, друкованого тексту і читачем, через слово. «Почутість як така, – акцентує М. М. Бахтін, – вже діалогічне відношення. Слово хоче бути почутим, мати відповідь і знову відповідати на відповідь, і так ad infinitum» [3, с. 322].

В часи інформаційної війни, явної і прихованої дезінформації населення, важливо роз'яснювати читачам особливості опосередкованого спілкування, маніпулятивних загроз і пасток, аби убезпечити особистість від непроханого, ворожого втручання у її свідомість. Важливим є знання і розпізнавання читачами технік і ознак тонкого, непомітного, завуальованого, пролонгованого, але чітко зрежисованого маніпулювання [1; 8; 10; 11; 21; 28; 29], яке діє «проти суб'єктності» особистості. Коли, як пише В. О. Татенко, суб'єкт впливу ніби вдається до пропозитивних механізмів, а насправді намагається обмежити свободу об'єкта чи підпорядкувати його своїй волі [30]. Варто не зачаровуватись будь-якими принадами тексту (привабливе оформлення, якісь «цікавинки» тощо), а бути критичними до нього. Натомість, діалогічна взаємодія через текст виявляє і зміцнює у читача довіру як до тексту і його автора, так і до самого себе як читача і особистості.

Врахування особливостей ставлення читачів до медіатекстів може допомогти психологу, який виступає у друкованих засобах масової інформації і в мережі Інтернет, створювати діалогічні тексти, які сприятимуть розвитку особистості сучасного українця, а також критичності до «слова і букви» в інформаційному просторі. Адже грамотність читання й переосмислення медіатекстів допомагає, зауважує W. J. Potter, відповісти на запитання: «Ким я стаю, коли я бачу це?» [33]. Психолог може запропонувати читачеві навчитися аналізувати текст, співвідносити його зміст із власними внутрішніми переконаннями, а форму подачі – зі своїми поглядами на прийнятну комунікацію з дотриманням інформаційної безпеки. Психологу в ході спілкування важливо звертатися до свідомості громадянина, активізації його суб'єктної активності, особистої відповідальності за споживання, творче осмислення і розповсюдження отриманої інформації. Необхідним є не тільки доводити до відома громадян особливості, певні тонкощі, так би мовити, «чистого» діалогічного і маніпулятивного тексту. Важливо створювати внутрішні умови для зміцнення суб'єктності особистості, спроможності сучасного громадянина критично і відповідально ставитись до інформації. Головним в оцінці того чи іншого виду впливу має виступати користь чи шкода для особистості, її розвитку і особистісного самовдосконалення.

Технологія психологічної допомоги читачеві містить такі напрямки.

1. Пропрацювання питання про недовіру до себе як неосновний прояв ПТСР. Попередження недовіри до себе включає: діагностику рівня довіри до себе та інших суб'єктних якостей читача; допомогу людині в усвідомленні своїх характеристик і особливостей орієнтування у текстах різної спрямованості; розширення усвідомлення клієнтом власних можливостей як особистості, суб'єкта життя, а також як «думаючого» читача сучасних ЗМІ; розвиток розуміння, вмінь і навичок діалогічного спілкування через текст.

2. Допомога читачеві у розвитку критичного мислення, вміння відрізнити маніпулятивний текст від діалогічного: бачити причинно-наслідкові зв'язки; відрізнити емоції від фактів та більш спиратися на останні; аналізувати джерело інформації і т. д. Технічними засобами набуття цих навичок можуть бути: аналіз власного досвіду читачів щодо випадків довіри-недовіри до себе і ставлення до текстів у ЗМІ; вправлення у розпізнаванні текстів різних видів. Передбачається як індивідуальна, так і групова робота (взаємообмін досвідом довіри/недовіри до себе і медіатекстів розширює можливості кожного учасника краще розуміти тексти і реагувати на способи взаємодії автора з читачем).

3. У зв'язку з тим, що, на нашу думку, діалогічний медіатекст може впливати психотерапевтично на людину, яка перебуває у посттравматичному стресовому стані, попереджувати його негативні прояви, у перспективі передбачена робота з підвищення діалогічної, текстової компетенції психологів та ін. (форма: семінари, тренінги, лекції).

Апробація запропонованої моделі здійснювалась через надання психологічної допомоги десяти громадянам, що є читачами друкованих ЗМІ (із загальної кількості опитаних, що повністю пройшли процедуру психодіагностики), які погодились на виявлення і зміцнення особистісної і читацької довіри до себе. З кожним громадянином було проведено від п'яти до шести зустрічей, завдяки яким ця процедура була піддана деякій корекції. На етапі апробації спостерігались певні позитивні зрушення у рівні довіри до себе як особистості й до читача, у ставленні до різних медіатекстів, у розумінні особливостей діалогічного і маніпулятивного впливу через текст, що дозволяє зробити висновок про відповідність даного проекту завданням дослідження.

Висновки. Ключовою і визначальною характеристикою особистості, джерелом її саморозвитку є суб'єктність. Серед суб'єктних якостей у даному розділі зроблено акцент на довірі до себе, яка має властивість впливати на свідомість і поведінку людини, а також виявляється у довірі/недовірі читача до медіатексту. Брак довіри до себе розглядається як непрямий прояв ПТСР. Стандартизоване інтерв'ю виявляє зв'язки між довірою до себе, довірою до себе як до особистості і читача, а також вибором людиною маніпулятивного чи діалогічного тексту для отримання інформації. Малюнкova методика вивчення ставлення громадян до маніпулятивних і діалогічних медіатекстів допомагає отримати: розуміння обстежуваними читачами діалогічного і маніпулятивного текстів; дослідити особливості і причини позитивного чи негативного ставлення до кожного з таких текстів, що уточнювалося в процесі інтерв'ю; виявити почуття, переживання щодо діалогічного і маніпулятивного тексту, а також конкретні наміри чи дії після взаємодії з текстом. Встановлено позитивні кореляційні зв'язки між довірою до себе, інтернальним локусом контролю і автономністю особистості. Показана негативна кореляція між довірою до себе і довірою до маніпулятивного тексту, а також позитивний зв'язок між довірою до себе як читача і довірою до діалогічного тексту. Підкреслено значення діалогічної взаємодії через текст для подолання у читача недовіри до себе як неосновного прояву ПТСР, а також супутніх йому негативних станів, для зміцнення у громадянина довіри до себе як суб'єктної якості. Результати теоретичного дослідження й апробації

діагностичних методів покладено в основу проєкту технології психологічної допомоги читачеві у зміцненні довіри до себе.

Список використаних джерел

1. Акерлоф Дж. Охота на простака. Экономика манипуляций и обмана / Джордж Акерлоф, Роберт Шиллер; [пер. с англ. Э. Кондуковой]. М. : Манн, Иванов и Фербер, 2017. 320 с.
2. Балл Г. О. Раціогуманістична орієнтація в методології людинознавства / Г. О. Балл. К. : Видавництво ПП «СКД», 2017. 204 с.
3. Бахтін М. Проблема тексту в лінгвістиці, філології та інших гуманітарних науках. Слово. Знак. Дискурс / М. М. Бахтін: Антологія світової літературно-критичної думки ХХ ст. / За ред. М. Зубрицької. Львів : Літопис, 1996. С. 318–323.
4. Бондаревська І. О. Феномен довіри в економічних та міжетнічних відносинах (аналіз зарубіжних досліджень) / І. О. Бондаревська // Актуальні проблеми психології: Зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. К. : Фенікс, 2015. Т. 11, Вип. 12. С. 42–50.
5. Бучок Ю. С. Віддалені прояви посттравматичного стресового розладу: особливості клініки, формування та комплексного лікування / Ю. С. Бучок // Український вісник психоневрології. Т. 22, вип. 3 (80), 2014. С. 42–47.
6. Громова Н. М. Психологія діалогічної взаємодії автора газетного тексту і читача / Н. М. Громова // Проблеми сучасної психології : зб. наук. пр. Кам'янець-Подільського нац. ун-ту імені Івана Огієнка, Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / за ред. : С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. Вип. 13. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2011. С. 48–58.
7. Гурлева Т. С. Діалогічне спілкування психолога у просторі друкованих ЗМІ у відновленні та розвитку особистості в кризових умовах / Т. С. Гурлева : Актуальні проблеми психології Т. 3: Консультативна психологія і психотерапія, 12, 2016. С. 61–74. Електронний ресурс: <https://lib.iitta.gov.ua/708478/>
8. Гурлева Т. С. Довіра в опосередкованому спілкуванні: психологічна допомога особистості в кризових умовах / Т. С. Гурлева // Актуальні проблеми психології. Консультативна психологія і психотерапія, 14 (3), 2018. С. 191–213. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/716097/>
9. Гурлева Т. С. Особливості спілкування психолога з населенням через друковані засоби масової інформації у кризових соціокультурних умовах / Т. С. Гурлева: Видавничий Дім «Слово», Київ, Україна, 2017, С. 193–221. Електронний ресурс: <https://lib.iitta.gov.ua/709806/>
10. Гурлева Т. С. «Розкритий маніпулятивний текст» в умовах інформаційної війни / Т. С. Гурлева // Соціально-психологічні проблеми суспільства: мат-ли міжнародн. наук.-практ. конф., м. Київ, 10 квітня 2020 р. К. : Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського, 2020. С. 148–151.
11. Гурлева Т. С. Ставлення читача до медіатексту через призму довіри до себе як суб'єктної якості / Т. С. Гурлева // Актуальні проблеми психології. Т. III : Консультативна психологія і психотерапія: Зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / За ред. Максименка С. Д. Ін-ту психології імені Г. С.

Костюка НАПН України; К. : Логос, 2019. Вип. 15. Консультативна психологія і психотерапія. С. 227–250.

12. Доверие и недоверие в условиях развития гражданского общества / отв. ред. А. Б. Купрейченко, И. В. Мерсияновой. М. : Издательский дом НИУ ВШЭ, 2013. 564 с.

13. Доверие в социально-психологическом взаимодействии: коллективная монография / Под ред. Т. П. Скрипкиной. Ростов-на-Дону, 2006. 356 с.

14. Допомога дітям, постраждалим внаслідок воєнного конфлікту: Довідник вихователя дошкільного навчального закладу / Н. В. Пророк, С. А. Гончаренко, Л. О. Кондратенко та ін., за ред. Н.В. Пророк. Слов'янськ : ПП «Канцлер», 2015. 84 с.

15. 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.

16. Журавльова Н. Ю. Прояви ПТСР і вторинна травматизація: психотерапевтична допомога сім'ям ветеранів бойових дій / Н. Ю. Журавльова, Т. С. Гурлева // Психологія та педагогіка: необхідність впливу науки на розвиток практики в Україні: Збірник тез наукових робіт учасників міжнародної науково-практичної конференції (м. Львів, 21–22 лютого 2020 р.). Львів : ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2020. Ч. 2. С. 113–117.

17. Кісарчук З. Г. Поняття «криза», «стрес», «психотравма», «посттравматичний стресовий розлад» / Зоя Кісарчук // Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос та ін.; за ред. З. Г. Кісарчук. – К. : ТОВ «Видавництво «Логос»., 2015. С. 8–11.

18. Ковтика Т. Я. Мовленнєвий етикет – показник загальної та професійної культури / Т. Я. Ковтика, М. О. Стахів // Філософсько-психологічні аспекти духовності: довіра як основа змін в економіці та суспільстві : Зб. тез II Всеукр. наук.-практ. конференції з міжнародною участю «Філософсько-психологічні аспекти духовності: довіра як основа змін в економіці та суспільстві», 19 лютого 2016 р. [Текст] / за ред. В. П. Мельник; відповід. за вип. В. В. Яцура, Н. І. Жигайло. Львів : СПОЛОМ, 2016. С. 116–118.

19. Коростій В. І. Психофармакотерапія в комплексному лікуванні та реабілітації посттравматичного стресового розладу / В. І. Коростій, В. Т. Поліщук, В. І. Заворотний // Міжнародний неврологічний журнал. 2015. № 6 (76). С. 59–71.

20. Лефевр В. А. Высшие ценности и формальная теория выбора / В. А. Лефевр // Вопросы философии, 2012, № 4. С. 154–157.

21. Луман Н. Реальность массмедиа / Н. Луман; [пер. с нем. А. Ю. Антоновского].

М. : Праксис, 2005. 256 с.

22. Методы деятельности СМИ в условиях становления гражданского общества : монография / И. М. Дзялошинский. М. : Пульс, 2001. 279 с.

23. Опросник уровня субъективного контроля УСК / Е. Ф. Бажин, Е. А. Голынкина, А. М. Эткинд. М., 1993.
24. Особливості стосунків «психотерапевт-клієнт» у сучасному соціокультурному середовищі: монографія / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос [та ін.] ; за ред. З. Г. Кісарчук. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2017. 225 с.
25. Підготовка психолога-практика до використання малюнка в діагностико-корекційному процесі (психодинамічний підхід) : навч. посібн. / уклад. Н. В. Гриньова. Умань : Візаві, 2014. 174 с.
26. Прыгин Г. С. Психология самостоятельности: Монография / Г. С. Прыгин. Ижевск, Набережные Челны: Изд-во Института управления, 2009. 408 с.
27. Скрипкина Т. П. Психология доверия : Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Т. П. Скрипкина. М. : Издательский центр «Академия», 2000. 264 с.
28. Смутьсон М. Л., Мещеряков Д. С., Назар М. М. Розвиток інтелекту і суб'єктності дорослих у віртуальному просторі // Професійна педагогіка і андрагогіка: актуальні питання, досягнення та інновації: мат-ли міжнародн. наук.-практ. конф. (м. Кривий Ріг, 20–21 листопада 2017р.) / [за ред. О. О. Лаврентьевої, Т. М. Мішеніної]. Кривий Ріг, 2017. С. 113–115.
29. Сугестивні технології маніпулятивного впливу: навч. посіб. / [В. М. Петрик, М. М. Присяжнюк, Л. Ф. Компанцева, Є. Д. Скулиш, О. Д. Бойко, В. В. Остроухов] ; за заг. ред. Є. Д. Скулиша. 2-ге вид. К. : ЗАТ «ВІПОЛ», 2011. 248 с.
30. Татенко В. Соціально-психологічні механізми впливу людини на людину / В. Татенко // Соціальна психологія. 2003. № 1. С. 60–72.
31. Титаренко Т. М. Способи підвищення психологічного благополуччя особистості, що пережила травму / Т. М. Титаренко. URL: <https://msu.edu.ua/psixologiya-teoriyai-praktika/titarenko-t-m-sposobi-pidvishhennya-psixologichnogo-blagopoluchchyaosobistosti-shho-perezkhila-travmu/>
32. Чепелева Н. В. Текст і читач: посібник / Н. В. Чепелева. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 124 с. Електронний ресурс: <https://lib.iitta.gov.ua/10285/>
33. Potter W. J. Media Literacy. Thousand Oaks / W. J. Potter. London : Sage Publication, 2001. 423 p.