

Смульсон М.Л.

<https://orcid.org/0000-0002-9563-3390>

Мещеряков Д.С.

<http://orcid.org/0000-0001-6831-8654>

Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України

Віртуальний простір як джерело психологічної підтримки під час війни

Під час війни гострої актуальності набули проблеми психологічної підтримки суспільства. Про це свідчить, зокрема, утворення 7 квітня 2022 року міжвідомчої координаційної ради, яка займатиметься питаннями охорони психічного здоров'я та надання психологічної допомоги постраждалим внаслідок збройної агресії Росії. Якими ж є психологічні ресурси, що підтримували та підтримують дорослих людей у кризових соціокультурних умовах? Поняттям «кризові соціокультурні умови» ми об'єднуємо тут два часові періоди – з березня 2020 року по лютий 2022 року (пандемія коронавірусу з жорстким карантинном та локдаунами, проблемами вакцинації тощо) і поточний період війни та пандемії, починаючи з 24 лютого 2022 року. Хоча рівень психологічної травматизації суспільства у період війни є очевидно значно вищим за просто коронавірусний, згадаємо, однак, що, коли ми переживали попередній період, більшість дорослих вважала рівень відповідних фізичних, організаційних та психологічних труднощів чи не найвищим у власному житті. Особливо це стосувалось молоді та людей середнього віку, які не мали досвіду переживання складних життєвих обставин - війни, голодування, безробіття та ін.

Серед інших підтримувальних ресурсів ми виділяємо такий системний ресурс, як віртуальний простір. Під віртуальним простором маємо на увазі сконструйований суб'єктом для себе простір Інтернету та соціальних мереж, в якому він існує як «віртуальна» особистість. Маються на увазі ті сайти, групи в соціальних мережах, інші ресурси, з якими суб'єкт постійно працює, на яких навчається, спілкується, грає, новинам з яких віддає перевагу тощо. У цьому зв'язку ми розрізняємо віртуальний простір і віртуальне середовище. Якщо останнє існує незалежно від користувача і виглядає як весь безмежний масив ресурсів Інтернету, то віртуальний простір є тією частиною, ядром середовища, яку людина обрала в якості «своєї», такої, що забезпечує основні його мережеві активності: професійну, навчальну, ігрову, рекреаційну тощо (див. більш докладно Смульсон та ін., 2021). Ми вважаємо при цьому, що, якщо на початку роботи у віртуальному просторі відповідні сайти і групи в соціальних мережах можуть зустрітися користувачу й випадково, однак більш постійний та стабільний вибір доросла людина найчастіше робить усвідомлено.

У квітні 2022 року лабораторією сучасних інформаційних технологій навчання Інституту психології імені Г.С.Костюка почалося опитування дорослих, присвячене, у тому числі, з'ясуванню підтримувального потенціалу віртуального простору у воєнний час (https://docs.google.com/forms/d/194GzLJj2gbhoLfpYEcbCfDVn_kjXzyPB9_akWs2xOJU). Опитувані погоджувались або ні з запропонованими твердженнями (0 – повністю не згоден, 4 – повністю згоден). Для порівняння ми ставили нашим респондентам також і запитання про досвід використання віртуального досвіду для психологічної підтримки себе у період коронавірусу. Наразі маємо 187 відповідей, здебільшого повних, з указаним нижче складом респондентів відповідно до віку та освіти (рис1, 2):

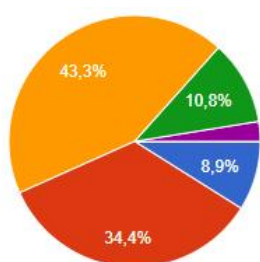


Рис.1. Вік.

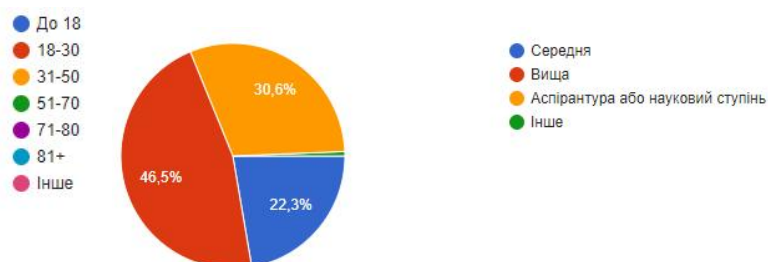


Рис.2. Освіта.

Наші респонденти - дорослі люди, які переважно перебували в Україні з початку війни, тобто з 24 лютого, і мають на момент участі в опитуванні певний досвід специфічної діяльності – бойовий, перебування в зоні бойових дій, волонтерський, евакуації тощо, інакше кажучи, дорослі, постраждали внаслідок збройної агресії Росії (рис.3).

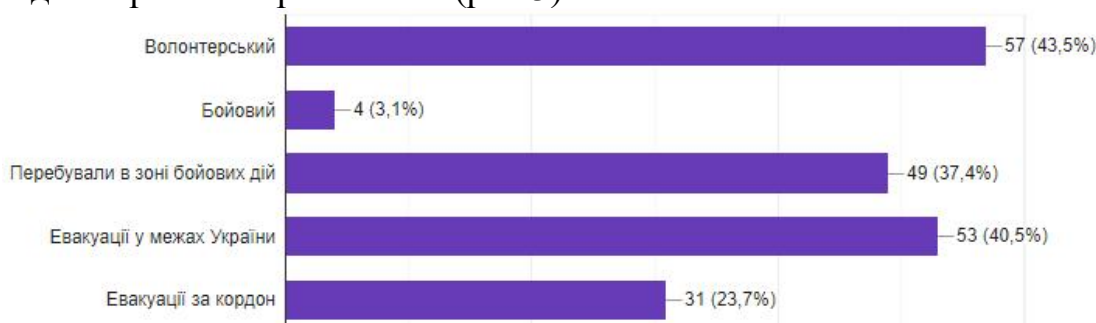


Рис.3. Досвід.

Оскільки опитування триває, отримані результати можна кваліфікувати як попередні. Далі ми коротко розглянемо тільки відповіді на запитання опитувальника, які присвячені аналізованій проблемі.

З'ясувалося, що більшість опитуваних згодна з твердженням щодо того, що «віртуальний простір підтримує мене під час війни» (29,3% згодні повністю, 29,9% майже згодні, загалом, як бачимо, 59,2% - значно більше половини). Це свідчить про дуже серйозне значення віртуального простору в переборенні дорослими в Україні власної психічної травматизації під час війни (див. рис. 4). Очікувано з'ясувалося також, що у специфічний

«карантинний» період коронавірусу віртуальний простір теж психологічно підтримував 54,7% наших респондентів (див. рис. 5).

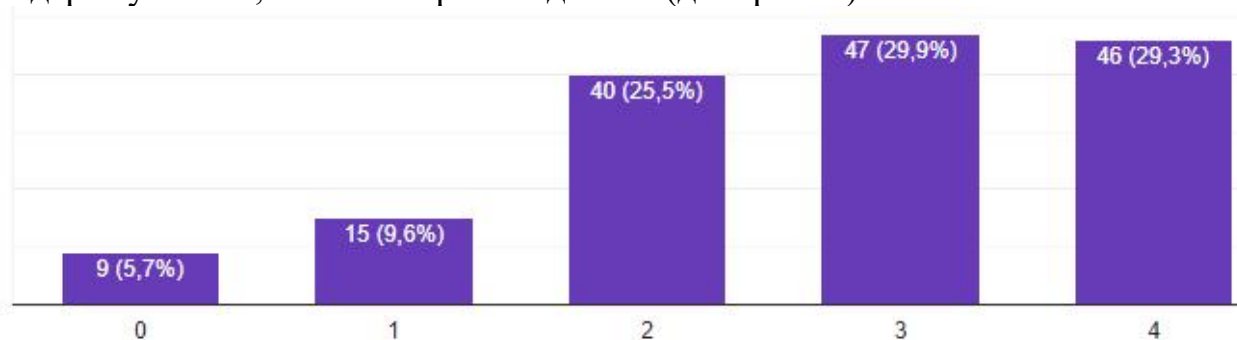


Рис. 4.

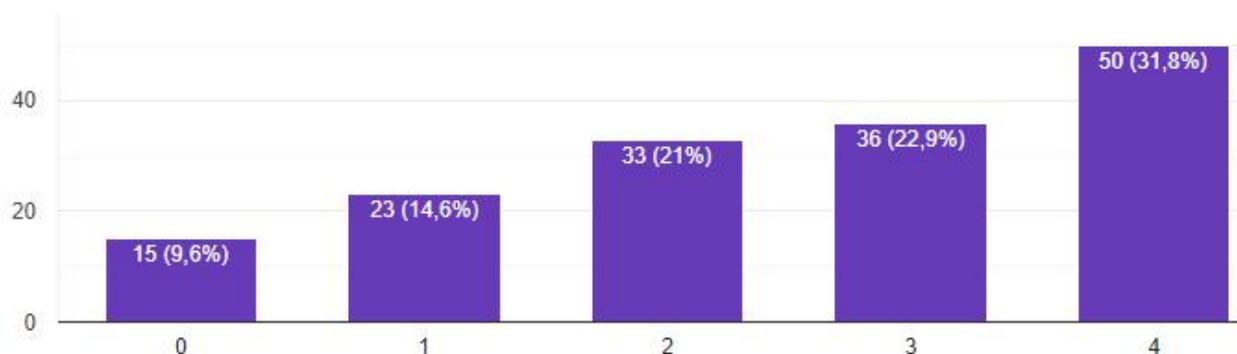


Рис. 5.

У той же час поточна воєнна надскладна ситуація, яка вимагає прийняття серйозних рішень і відповідних дій, пов'язаних з великим ризиком, не може бути повністю «закрита» роботою з віртуальним простором. Слід також зазначити, що йдеться тільки про загальну психологічну підтримку, а поки що не про розвиток, навіть посттравматичний. Так, відповідно до цього опитування, спонтанний ресурс віртуального простору аж ніяк не вирішує всіх або навіть більшості психологічних проблем травматизованої особистості. Зокрема, відповіді на ці запитання (вище) не корелюють, наприклад, з відповідями на питання 18 («Після перебування у віртуальному просторі я стаю зазвичай більш упевненим і цілеспрямованим») - див. рис.6.

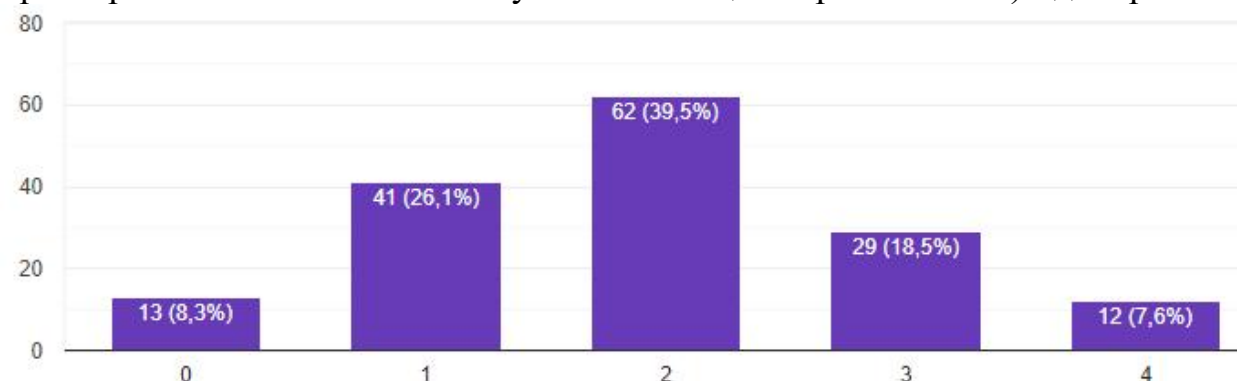


Рис. 6

Тому постає питання дослідження психологічних засад проєктування такого віртуального простору, зокрема освітнього, перебування в якому мало б не тільки підтримувальний, але й розвивальний потенціал, зокрема, потенціал розвитку суб'єктності.

Список використаних джерел

Зливков, В.Л., Лукомська, С.О., & Федан, О.В. (2016). Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. К.: Педагогічна думка. 219 с.

Смульсон, М.Л., & Мещеряков, Д.С. (2021). Суб'єкт і суб'єктність у зарубіжній психології: нюанси термінології та перекладу. Технології розвитку інтелекту, Т.5, 1 (29). <https://doi.org/10.31108/3.2021.5.1.9>

Смульсон, М.Л., Дітюк, П.П., Коваленко-Кобилянська, І.Г., Мещеряков, Д.С., & Назар, М.М. (2021). Психологічні механізми становлення суб'єктності дорослих у віртуальному просторі: монографія. Смульсон М.Л. (Ред.). Київ – Львів : Видавець Вікторія Кундельська.

Смульсон, М.Л., Мещеряков, Д.С., Назар, М.М. (2020). Психологічні засади проєктування інтернет-ресурсів для розвитку суб'єктності дорослих. Технології розвитку інтелекту, Т.4, №3(28). <http://doi.org/10.31108/3.2020.4.3.1>