

СТРАХ ВІЙНИ В УМОВАХ ІНФОРМАЦІЙНОЇ АГРЕСІЇ: ПОГЛЯД НА ПРОБЛЕМУ І МОЖЛИВОСТІ ЇЇ ВИРІШЕННЯ

Яковенко Сергій Іванович,
доктор психологічних наук, професор,
перший проректор Київського
інституту сучасної психології та психотерапії
м. Київ, Україна

Гурлева Тетяна Степанівна,
кандидат психологічних наук
старший науковий співробітник
Інститут психології імені Г. С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України
м. Київ, Україна

"Війна – це коли за інтереси інших гинуть абсолютно безвинні люди".

/Вінстон Черчилль/

«Ця брехня була потрібна, щоб маніпулювати...»

/Ханна Арендт/

«Недивно, що вам зараз страшно, – адже жертва завжди безпомічна!

Істина у тому, що все у ваших руках – цілком і повністю»

/С'юзен Джефферс /

Вступ./Introduction. В умовах гібридної війни, інформаційної дезінформації населення, надзвичайно важливою проблемою є деструктивний вплив масмедіа на психіку і поведінку громадян. Чи варті сьогодні довіри громадян сучасні політики, юристи, журналісти у своїй більшості? На жаль, ні. Негативними наслідками неправдивої, плутаної, несвоєчасної, залякуючої чи відволікаючої інформації стають тривоги, депресивні стани, невпевненість у завтрашньому дні, побоювання за власне майбутнє і долю своїх дітей.

Причиною стресу і посттравматичного стресового розладу вважається страх, зокрема страх війни. Саботаж і страх є зброєю у кіберепоху (Девід Е. Сенгер «Досконала зброя. Війна, саботаж і страх у кіберепоху») і в сучасній

інформаційній війні. Ця негативна емоція «паралізує» думку людини і її волю до конструктивної поведінки, формує неадекватне сприйняття інформації, нездатність до критичного її засвоєння і застосування у житті.

Попередження чи подолання страху війни, а також розвиток вміння розрізняти правдиву і брехливу інформацію, відноситися до неї критично – з довірою чи недовірою, сприятиме розвитку здатності особистості протистояти ворожим маніпуляціям в текстових матеріалах, агресивним інформаційним атакам, спрямованим на викривлення думок і намірів людини, явищ і подій, які відбуваються в житті суспільства, на параліч прогресивних дій і поведінки людини, натомість – формування байдужості, почуття безвиході, безсилля.

Мета роботи./Aim. – розглянути психологічні аспекти питань, пов'язаних зі страхом війни в умовах інформаційної агресії; окреслити орієнтири психологічної допомоги громадянам у подоланні страху війни, спричиненого масмедіа.

Матеріали і методи./Materials and methods. Дослідження зазначеної теми здійснювалось за допомогою теоретичного аналізу відповідної наукової літератури. Нами пропрацьовано доробки зарубіжних і вітчизняних вчених. Використовувались власні теоретичні та експериментальні дослідження (опитування, тестові методики тощо) проблеми сприйняття медіаінформації, довіри чи недовіри до неї, ставлення читачів до маніпулятивних текстів, впливу деструктивної інформації на психологічне благополуччя громадянина.

Результати та обговорення./Results and discussion. Проблема страху розглядається у контексті негативних почуттів і станів особистості. Страх визначається як емоція, що виникає в ситуаціях загрози біологічному або соціальному існуванню індивіда і направлена на джерело дійсної або уявної небезпек (А.В. Петровський, М.Г. Ярошевський). Як гостра негативна емоція, страх має різні ступені інтенсивності: переляк, афект тощо (Словник психологічних термінів). Залежно від характеру загрози інтенсивність і специфіка переживання страху варіює в досить широкому діапазоні відтінків (побоювання, страх, переляк, жах). У випадку, коли страх досягає сили афекту

(панічний страх, жах), він здатний нав'язати стереотипи поведінки (втеча, заціпеніння, захисна агресія) [3]. Страх спроможний «втопити будь-які зачатки організованого супротиву у морі невимовного жаху» [1, с. 75].

У контексті даної проблематики можна говорити про такі види страху як акрибофобія – нав'язливий страх, побоювання не зрозуміти зміст прочитаного, алодоксафобія – нав'язливий страх думок [3, с. 38], що може впливати на сприйняття і оцінку інформації, отриманої читачем із ЗМІ та Інтернет. Можна пригадати нерозуміння громадян про події аварії на ЧАЕС у квітні 1986 року, коли бракувало знань про радіацію та її вплив на здоров'я населення, насамперед дітей та на їх майбутнє.

Взагалі, страх – це реакція організму на можливу загрозу, тому вона допомагає виживати і уникати небезпечних ситуацій. Страх війни, збудований з боку масмедіа, може спричинити психічні розлади, тому про такий негативний ефект населенню має повідомлятися напряду й опосередковано (зокрема, через текстові матеріали); варто проводити спеціальні бесіди і застосовувати методики з протистояння загрозам з боку медіапростору. Слід говорити про різні види інформації – об'єктивну, чесну, правдиву чи маніпулятивну, неправдиву, деструктивну – та їх вплив на функціонування психічного стану людини [2].

Варто зауважити, що маніпулятор, враховуючи (і зловживаючи цим) страх війни, формує таку картину світу читачів, яка йому вигідна, а також спеціально нагнітає цей страх для досягнення своєї руйнівної мети. В епоху цифрових комунікацій та воєн слід переосмислити можливості протистояти систематичній брехні, яка використовується задля маніпулювання свідомістю громадян. В Законі України зауважено, що серед загроз національним інтересам і національній безпеці України в інформаційній сфері зазначається «намагання маніпулювати суспільною свідомістю, зокрема, шляхом поширення недостовірної, неповної або упередженої інформації» (Закон України «Про основи національної безпеки України», стаття 7).

Варто підкреслити в зазначеному в тезах аспекті важливість стану

громадянської зрілості особистості, її суб'єктності, здатності визначати інформаційні загрози і протистояти їм, усвідомлюючи особисту відповідальність і незалежність від думок і закликів агресивних маніпуляторів. Доречно говорити про певний інфантилізм деякої групи користувачів ЗМІ та Інтернет, який можна порівняти зі «шкільними страхами» стихії бурі, повені, урагану, землетрусу, смерті, чинником якої може бути і війна [5, с.100]. У контексті загрозливих для життя і здоров'я громадян обставин доцільно казати про інформаційну війну, про людей (так званих «лідерів» думки), які зацікавлені в дезінформації, як то : відсутність радіації в часи чорнобильської аварії, або на сьогодні – заперечення вірусів і загрози зараження на Covid-19 і його штамами, спрямування на пошук вигаданої дезінформатором шкоди закликів та дій певних політичних або суспільних діячів тощо. Наявність стійких страхів може свідчити про нездатність людини захистити себе, про невпевненість у собі, а також брак розуміння і підтримки з боку оточуючих, коли відсутнє почуття безпеки і впевненості в найближчому соціальному оточенні, у цілому в суспільстві.

Захист інформаційного простору у нинішніх соціально-політичних, економічних, духовних умовах набуває мега-актуального значення для забезпечення національної безпеки нашої країни. Треба активізувати і поширювати психологічну діяльність з розвитку та підвищення медіаграмотності, критичності і особистої відповідальності, читацької компетентності громадян – дорослих, а також молоді і дітей.

Медіаосвіта має проводитися на всіх рівнях, починатися (враховуючи вікові особливості) з сім'ї, дитячого садка і школи, та продовжуватись у вищих навчальних закладах і далі, у тому числі за допомогою ЗМІ, маючи на меті розвиток мислячої особистості, суб'єкта власного життя. Мислити свідомо і критично, протистояти тоталітаризму (а тоталітарні системи перетворюють людей в «деталі механізмів»), не право, а обов'язок людини, зауважує Х. Арендт [1].

Такий обов'язок виступає прерогативою (від лат. *praerogativa* переважне

право) для журналістів, політиків, а також психологів, які виступають у ЗМІ та Інтернет і тією чи іншою мірою впливають на думки читачів, формуючи їх світогляд, ставлення до подій і явищ, усвідомлення своєї ролі на становлення себе, власного оточення і своєї держави. «Ключовий момент у використанні тотальної брехні полягає у тому, – зауважує Х. Арендт, – що вона може працювати лише завдяки терору, тобто через втручання у політичні процеси злочинним чином» [1, с. 339].

Нагальним завданням психолога стає сприяння розвитку «зрілого», «дорослого» читача, споживача медіаінформації, профілактична і корекційна робота зі страхами взагалі, і зі страхом війни зокрема. Важливо акцентувати увагу як на внутрішніх (формування таких якостей особистості, як, наприклад, відповідальність, автономність і критичність; розвиток комунікативної, діалогічної компетентності читачів, вміння розрізняти різні види медіатекстів тощо), так і на зовнішніх умовах (підтримка людини у виявленні власної думки і життєвого орієнтиру, комунікативна грамотність оточуючих, уміння протидіяти маніпуляціям тощо) становлення особистості сучасного читача.

Слід наголосити, що кожна конкретна людина, споживач різноманітної медіаінформації, який переживає страх можливої війни з боку агресора, здатен відновлювати власні ресурси, підтримувати особистісну силу і міць аби долати страх і побоювання, підходити до будь-якої інформації свідомо, через призму власних переконань, з довірою до себе та своєї країни, і бути спроможним відповідально діяти.

Можна скористатися порадами, описаними у книзі американської психологині С'юзен Джефферс «Бійся... але дій! Як перетворити страх із ворога на союзника», щоб подолати страхи, які паралізують, стримують, не дають змоги вільно і самостійно думати та приймати вірні рішення, а сказати «так» новим обставинам, зробити своє життя більш осмисленим. Автор пропонує, у результаті власного експерименту, можливість перевести уявлення про страх зі сфери психотерапії у сферу освіти та навчання, що сприяє мисленню по-новому [4]. Свідомо мислити, бути критичним і відповідальним є внутрішнім

обов'язком сучасного громадянина, здатного оцінювати будь-яку медіаінформацію, долати страх і відчай, породжені війною або можливістю її здійснення.

Висновки./Conclusions. Страх війни призводить до викривленого сприйняття громадянином медіаінформації, що негативно впливає на розвиток особистості, її світобачення, успішну адаптацію у суспільстві, плани на майбутнє.

Страх війни є психологічною проблемою, яку треба і можна вирішувати. Важливо проводити професійну психологічну допомогу громадянам у подоланні страху війни, який нерідко породжується засобами масової інформації, підігривається дезінформаторами, які надають брехливі, руйнуючі відомості, підриваючи стабільні основи особистості і країни, демократичного суспільства як складного, багатогранного цілого.

Формування свідомого читача сприятиме підвищенню його здатності протистояти медіаатакам, які відіграють роль «важкої артилерії» в умовах інформаційної війни проти особистості, демократії і свободи як окремої людини, так і країни у цілому. Не нагнітати страх війни через засоби масової інформації і проводити упереджуючу діяльність щодо появи і розвитку тривоги і страхів у людини, сприяти нарощуванню її суб'єктної сили у протистоянні часто-густо деструктивному, руйнівному, маніпулятивному впливу сучасного інфопростору.

Правдива, достовірна, вчасна інформація, яка покликана організувати діяльність людей, здатна понизити ризики виникнення і підсилення страху і спрямувати людей на конструктивне та дієве вирішення актуальних проблем і завдань, пов'язаних з забезпеченням особистої і суспільної безпеки.

ВИКОРИСТАНА ЛІТЕРАТУРА./ REFERENCES:.

1. Арендт Х. Ответственность и суждение. М.: Изд-во Института Гайдара, 2013. 352 с. URL: [http://kyiv-heritage-guide.com/sites/default/files/АРЕНДТ-9 - Ответственность и суждение сборн \(2003\) 2013.pdf](http://kyiv-heritage-guide.com/sites/default/files/АРЕНДТ-9 - Ответственность и суждение сборн (2003) 2013.pdf)

2. Гурлєва Т.С., Яковенко С.І. Дистанційне психологічне консультування в період пандемії: особливості і перспективи. *Актуальні проблеми психології*: Том: Методологія і теорія психології, 4 (14). 2020. С. 66-80. ULR: https://lib.iitta.gov.ua/723577/1/Yakovenko%20_Hurlieva_2020_Mozhlyvosti_dystantsiinoho_konsultuvannia.pdf

3. Екстремальна та кризова психологія: термінологічний словник / Ю.В. Александров, І. Є. Богданова, Ю. В. Воронова та ін. ; за заг. ред. О.В. Тімченко. Харків: ХНАДУ НУЦЗУ, 2010. 291 с. ULR: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/4139/1/%D1%81%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%80%D1%8C.pdf>

4. Сьюзен Джефферс. Бойся... но действуй! Как превратить страх из врага в союзника. Издательство: Альпина Паблишер, 2013, 238 с.

5. Томчук С. М., Томчук М. І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі: монографія. Вінниця: КВНЗ «ВАНО», 2018. 200 с. ULR: http://umo.edu.ua/images/content/depozitar/monografii/Монографія_Томчук.pdf