

**Мещеряков Д.С.**  
кандидат психологічних наук,  
науковий співробітник  
лабораторії сучасних інформаційних технологій навчання  
Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України  
meoldom@gmail.com  
<http://orcid.org/0000-0001-6831-8654>

## ПСИХОЛОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ ВПЛИВУ НА СУБ'ЄКТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ У СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖАХ

Сучасна суспільна дійсність не уявляється без соціальних мереж, які стали важливою складовою нашого повсякденного життя. Завдяки цим мережам ми можемо легко знаходити інформацію, спілкуватися з друзями та колегами, висловлювати свої думки та погляди на світові події. Однак, разом із зростанням популярності соціальних мереж з'явилися і психологічні технології впливу на користувачів цих мереж.

Поточні дослідження показують, що типовий користувач соціальних мереж часто не має конкретного плану дій в соціальних мережах, а також оцінює свій вплив на онлайн-оточення як "низький". Це означає, що особистість, заходячи до соціальних мереж, в більшості випадків реагує "по ситуації" та вразлива до впливу та маніпуляцій.

Психологічні технології впливу на суб'єктність особистості у соціальних мережах - це комплекс методів та прийомів, які використовуються для зміни поведінки, думок та емоцій користувачів соціальних мереж з метою досягнення певної мети (наприклад для банального збільшення кількості переглядів чи різноманітного інформаційно-психологічного тиску).

Ці технології можуть бути використані різними джерелами впливу, такими як розробники, рекламодавці, політики, бренди, впливові особистості, комерційні або державні організації тощо. Яскравим прикладом негативного державного впливу є використання подібних технологій з боку держави-агресора у вигляді інформаційно-психологічних операцій [1]. Це може мати великий вплив на користувачів, особливо в контексті соціальних мереж, де вони можуть змінювати сприйняття реальності, формувати нові переконання, впливати на емоційний стан та поведінку користувачів. Таким чином, ці технології потенційно можуть бути як корисними, так і деструктивними для суспільства та особистості.

Наведемо деякі з психологічних технологій впливу, які можуть бути використані в соціальних мережах:

- Персоналізована, алгоритмічно підібрана реклама та контент, що відображається користувачеві відповідно до його інтересів;
- створення "фільтрувальних бульбашок" через алгоритми рекомендацій, що можуть обмежувати варіанти контенту та думок, що користувачі бачать;

- використання "нейромаркетингу" для вивчення та посилення реакцій користувачів на різний контент;
- використання аналітики поведінки користувачів для оптимізації впливу;
- створення "віртуальних ідентичностей", які можуть відрізнитись від реальної особистості;
- використання "інфлюенсерів" для просування певної інформації, продуктів або послуг;
- використання "гейміфікації" для збільшення мотивації користувачів до певних дій на соціальних мережах;
- використання "мемів" та "вірусного" контенту, що можуть збільшувати вплив та популярність контенту;
- створення емоційно забарвлених або виснажливих ситуацій для підвищення уваги користувачів;
- також різноманітні психологічні ефекти, принципи та техніки впливу на групову та індивідуальну поведінку: соціального доказу, авторитетності, когнітивного дисонансу, обмеженості пропозиції, соціального тиску та безліч інших.

Можливість робити індивідуалізоване та водночас адресне поширення інформації як індивідуально, так і масово має великий вплив на суб'єктність особистості. З одного боку, це збільшує якість наданої інформації, контенту та послуг, з іншого - відкриває більші можливості для впливу та обмеженості інформації, попаданню в "фільтрувальну бульбашку", де користувач отримує тільки ту інформацію, яка відповідає його попереднім переглядам і поглядам, що може зменшити розуміння інших поглядів та рівень критичного мислення, зменшити суб'єктність, включити механізми залежності.

Для того, щоб особистості у соціальних мережах залишатися суб'єктною і діяти суб'єктно (тобто слідувати власним усвідомленим цілям), потрібно знати нюанси роботи соціальних мереж, мати розвинену суб'єктність і відповідну мету.

Розвиток суб'єктності, як властивості суб'єкта та динамічної структури, включає в себе побудову ментальної моделі світу, оволодіння психологічними механізмами, усвідомлення своєї діяльності та досягнення самостійно встановлених задач [2;3;4].

В наших дослідженнях ми довели можливість ефективного розвитку суб'єктної активності у соціальних мережах і віртуальному освітньому просторі, дослідили механізми становлення суб'єктності та взаємозв'язок між ними [2;3;5].

Значимими для особистості механізми суб'єктності в контексті соціальних мереж є наступні: рефлексія, самоідентифікація, критичне мислення, прогнозування, цілепокладання, проектування власної активності та самопроектування, ієрархізація стратегій та пріоритизація, самонавчання, індивідуалізація, персоналізація, гумор, мотиваційні. Окремо слід виділити механізми впливу (зараження, переконання, навіювання, маніпуляція тощо),

оскільки без оволодіння ними бути суб'єктом та впливати на оточення буде неефективно.

За наявності відповідної мотивації та мети діяльність особистості стає суб'єктною активністю. Розвинувши власну суб'єктність та оволодівши знаннями про технології психологічного впливу і особливості функціонування соціальних мереж, особистість може покращити ефективність в соціальному оточенні, протидіяти можливому шкідливому впливу, впливати суб'єктно на свою соціальну бульбашку. Соціальні мережі є важливим засобом комунікації та інформаційної взаємодії, але не слід забувати про особистісний контроль та самокерування. Відповідальне використання соціальних мереж допоможе зберегти психологічну стійкість та досягнути особистих цілей [1].

Таким чином, суб'єктно розвинена особистість, перебуваючи в соціальних мережах має можливість свідомо або через задіяні механізми суб'єктності нівелювати психологічні технології впливу та ефективно досягати власних задач. Загалом, суб'єктно розвинена особистість може успішно користуватися соціальними мережами, зберігаючи свою автономію та контроль над власним життям і рішеннями. Якщо особистість розуміє та контролює свої реакції на психологічні технології впливу, вона може ефективно протистояти їх негативному впливу та зберігати свою автономію та самостійність в прийнятті рішень. Суб'єктно розвинена особистість може бути відкритою до нових джерел інформації та різноманітних поглядів, має здатність до аналізу, фактчекінгу та критичної оцінки інформації, здатна до саморозвитку та зміни власних поглядів.

## Література

1. Мещеряков Д.С. Психологічний захист особистості від інформаційного тиску під час війни: аспекти суб'єктності. Технології розвитку інтелекту. 2022. Т.6, 1 (31). URL: [http://psytir.org.ua/index.php/technology\\_intellect\\_develop/article/view/594](http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/article/view/594)
2. Мещеряков Д.С. Розвиток суб'єктної активності дорослих користувачів соціальних мереж: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Ін-т психології імені Г. С. Костюка НАПН України. К., 2019. 261 с.
3. Психологічні механізми становлення суб'єктності дорослих у віртуальному просторі: монографія / М.Л. Смульсон, П.П. Дітюк, І.Г. Коваленко-Кобилянська, Д.С. Мещеряков, М.М. Назар [та ін.]; за ред. М. Л. Смульсон. К., 2021. 280 с.
4. Смульсон М.Л., Мещеряков Д.С. Суб'єкт і суб'єктність у зарубіжній психології: нюанси термінології та перекладу. Технології розвитку інтелекту. 2021. Т.5, 1 (29). DOI: <https://doi.org/10.31108/3.2021.5.1.9>
5. Смульсон М.Л., Мещеряков Д.С., Назар М.М. Психологічні засади проєктування інтернет-ресурсів для розвитку суб'єктності дорослих. Технології розвитку інтелекту. 2020. Т.4, № 3(28). DOI: <http://doi.org/10.31108/3.2020.4.3.1>.