

# Медіапсихологія: засоби психосоціальної підтримки комбатантів

**Череповська Наталія Іванівна,**  
старший науковий співробітник Інституту соціальної та політичної психології  
НАПН України, кандидат психологічних наук

В умовах гібридної, інформаційної війни деякі групи суспільства і комбатантів зокрема, потребують психосоціальної підтримки. Психосоціальна підтримка є складовою роботи психологів, соціальних працівників, офіцерів морального і психологічного забезпечення, капеланів і передбачає надання допомоги в матеріальному, інформаційному, емоційному планах. Ми надаємо пріоритет емоційній – психологічній підтримці комбатантів, яка має бути забезпеченою інноваційним методичним інструментарієм.

Одним з багатьох ресурсів надання емоційного благополуччя й зокрема когнітивної, ментальної підтримки ветеранам війни, військовослужбовцям є медіапсихологія – актуальна міждисциплінарна наука, яка вивчає вплив медіа на емоції, свідомість, поведінку, комунікацію, творчість людини, а також вплив людини на створений нею світ медіа як у сфері виробництва медіапристроїв, медіатехнологій, медіаконтенту, так й у практичному споживанні, креативному застосуванні готової медіапродукції. Саме тому медіапсихологія, охоплюючи широкий спектр життя сучасної людини, здатна своїми ресурсами забезпечити оптимальну психологічну підтримку комбатантів. Її ресурсами є: 1) *медіаконтент* як дидактичний матеріал різного формату (від світлин, відео викладених в інтернеті до документальних, ігрових фільмів різного жанру) і 2) психологічний інструментарій як *засоби опрацювання медіаконтенту* (методики, техніки, види групової роботи тощо) [3].

Нами розроблено медіапсихологічну модель психосоціальної підтримки комбатантів (ММППК), яка ґрунтується на таких технологіях як: медіаграмотність, візуалізована психоедукація, ціннісно-сміслова регуляція.

1. Перший напрям психологічної підтримки комбатантів спрямований на розвиток *медіаграмотності* як профілактики деструктивних інформаційних впливів медіа. Її *суть* полягає у запобіганні можливої ретравматизації комбатантів, коли медіа може спрацювати як тригер первинної бойової травми. Крім того, *суть* профілактики деструктивних медіавпливів полягає у запобіганні додаткової, непрямой травми – власне *медіатравми*, яка здатна спричинити руйнацію ідентичності особистості: її цінностей, переконань, автономності, емоційно-когнітивної сфери тощо. *Метою* роботи у напрямку профілактики деструктивних інформаційних впливів медіа є *розвиток особистої медіаграмотності* комбатантів.

(Медіапсихологічні ресурси: за форматом *медіаконтент* має бути коротким (світлина/графіка, відео, рекламні ролики, фрагменти теленовин), а за змістом – бажаний пропагандивний, соціальний, інформативний жанр; *засоби* опрацювання інформації становлять багаторазове повторення вправ, спрямованих на розвиток логічного, критичного мислення.

Очікувані результати: *набуття базових навичок медіаграмотності*: саморегуляції переглядів, переключення уваги, логічне, критичне сприймання, інформації, її творче переосмислення як надання власних смислів тощо.

2. Другий напрям психологічної підтримки полягає у просвітницькій площині і становить *візуалізовану психоедукацію* як поширення знань у візуалізованій формі про емоційні стани, розлади у військових, надання первинної допомоги тощо. *Суть* цього напрямку – візуалізація (як ілюстрація) конкретної інформації, тобто, підсилення знань за допомогою візуального образу. *Метою* є підвищення рівня психологічної культури комбатантів.

Медіапсихологічні ресурси: *медіаконтент* являє собою нарізки з навчальних відео, фільмів, які за змістом ілюструють вияв того чи іншого психологічного стану (флешбекі, алкоголізм, агресія та ін.); *засоби* роботи з медіаконтентом становлять перегляд, ретельний аналіз, спрямований на краще розуміння і своєчасне виявлення психологічних станів та отримання інформації щодо реагування, надання допомоги у кожному, окремо розглянутому, випадку.

Очікувані результати: набуття *нових/додаткових психологічних знань*, та *уміння застосовувати* їх на практиці.

3. Третій напрям психологічної підтримки передбачає покращення ***саморегуляції емоційних станів*** комбатантів, стимулювання розвитку посттравматичного зростання, успішної соціалізації. *Суть* напрямку полягає у поліпшенні психологічного стану комбатантів за допомогою кіно. *Метою* даного напрямку є: навчитися *рефлексії емоцій/почуттів*; розвинути уміння *аналізувати* поведінку кіногероїв; на прикладі внутрішніх проблем кіногероя *аналогізувати* – бачити власні й головне, конструктивно їх *переосмислювати*.

Медіапсихологічні ресурси: *медіаконтент* становить документальний, художній ігровий формат, різний за змістом, проте в якому має бути висвітлена психологічна проблема та її позитивний розв'язок або оптимальне завершення; *засоби* медіапсихології реалізуються за допомогою застосування методики медіаклубу, становлять навчання саморефлексії почуттів, що виникли внаслідок перегляду, аналітичну роботу з образами кіногероїв, встановлення аналогії із власними проблемами, плануванні життєвих цілей [більш детально див. 1; 2].

Очікувані результати: *психологічні зміни* на особистому та груповому рівні завдяки переосмисленню спеціально підібраного медіаконтенту.

Отже, медіапсихологічні технології здатні: 1) озброїти комбатантів інструментальними уміннями і навичками психологічного самозахисту в медіапросторі, 2) надати знання у візуальній формі й підвищити психологічну

культуру, а також 3) вказати шлях забезпечення емоційного комфорту у процесі подолання особистих психологічних проблем.

### **Література**

1. *Череповська Н.І.* Програма психосоціальної підтримки ветеранів війни за допомогою медіапсихологічних ресурсів / Проблеми політичної психології : збірник наукових праць / Асоціація політичних психологів України; [ред. колегія: Л.А. Найдюнова, Л.Г. Чорна, І.Г. Батраченко та ін.]. – Київ : Золоті ворота, 2017. – Вип. 6 (20). – С. 119-132.
2. *Череповська Н.І.* Поглиблення програми розвитку патріотизму молоді: медіаклуб / Проблеми політичної психології: зб. наук. праць / Асоціація політичних психологів України, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України; [редакційна колегія: Л.А. Найдюнова, Л.Г. Чорна, І.Т. Батраченко та ін.]. – Київ : Талком, 2018. – Вип. 7 (21). – С. 150-160.
3. *Череповська Н.І.* Психосоціальна підтримка комбатантів: медіапсихологічні ресурси / Робота з травмами війни. Український досвід : матеріали Першої всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Київ 28-31 березня 2018) / [за наук. ред.. Л.А. Найдюнової, О.Л. Вознесенської, В.В. Савінова] – К.: Вид-во ФОП Назаренко Т.В., 2018. – С. 125-128.