

можливість їм практично не була надана. У кінцевому випадку це може призвести до нездатності вчителів конструктивно оцінювати та приймати рішення в певних педагогічних ситуаціях, суб'єктивізму, однобокості поглядів та думок без повного та глибокого осмислення власних знань, дій, вмінь та ін.

Отже, на основі аналізу психолого-педагогічних джерел, можна визначити основні внутрішні чинники, які безпосередньо чи опосередковано мають вплив на розвиток особистісної готовності викладача ППО до діяльності в умовах соціальних змін: психологічне благополуччя особистості викладача; рівень самоактуалізації фахівця; здатність до рефлексії власної професійної діяльності. Саме ці чинники ми вважаємо за доцільне покласти в основу подальших емпіричних досліджень задля: встановлення та конкретизації причинно-наслідкових зв'язків «чинник-ефект», рейтингування чинників за значимістю впливу, розподілення за структурними компонентами, оцінок рівня сформованості професійної готовності до діяльності в умовах суспільних змін, створення корекційних програм для розвитку особистісної готовності тощо.

**Лісневська А. О.**

## **ЗМІСТ НОВИН У ЗМІ ЯК ЧИННИК ПІДВИЩЕННЯ ВІДЧУТТЯ НЕБЕЗПЕКИ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

Події останніх років в Україні (військове протистояння на Сході України, поглиблення економічної кризи, зростання соціальної незахищеності громадян тощо) сповнені величезною кількістю психотравмуючих впливів, що призводить до порушення психологічної безпеки особистості. Одним із джерел постійної травматизації громадян України є ЗМІ, які іноді вдаються до надмірної драматизації подій, детального обговорення їх подробиць, демонстрації відвертих відеосюжетів і фотографій.

Зростання ролі ЗМІ в здійсненні деструктивних впливів на психіку громадян України призвело до того, що українські

вчені, передусім співробітники Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, заговорили про таке явище, як медіатравма. Медіатравма розглядається ними як окремий вид психотравматизації в інформаційному суспільстві, джерелом якого є діяльність ЗМІ, внаслідок чого порушуються функції і цілісність психіки, почуття безпеки індивіда і натомість виникають почуття жаху, безсилля (Вознесенська О., 2017; Плетка О., 2017; Федоришин Г., 2017). Якщо говорити про звичайних представників аудиторії, то більшість із них реагують на повідомлення із ЗМІ цілим спектром емоційних переживань. Так, В. Шебанова виявила, що більшість телевізійних програм (новини, соціально-політичні, спеціальні (кримінальні) передачі, навіть деякі розважальні програми й телесеріали) викликають у респондентів ряд негативних емоцій. Зокрема, перегляд новин спочатку викликає інтерес, а потім – байдужість, роздратованість, гнів, тривогу, неповноцінність, сором. Водночас позитивні емоції викликають пізнавальні і музичні передачі, спортивні програми, комедійні телесеріали (Шебанова В., 2017). О. Плетка розкриває механізм травматизації психіки людини повідомленнями із ЗМІ: людина проживає подію, щодо якої ЗМІ надають неповну, мозаїчну інформацію, а її лімбічна система заповнює відсутні логічні ланки фантазійними, ілюзорними елементами, які розпізнаються свідомістю як справжні. Як наслідок, *«внутрішнє промальовування події набагато яскравіше, страшніше, ніж процес проживання самої події, адже подія закінчилася, а в ілюзіях може тривати скільки завгодно часу, обростаючи новими подробицями, що руйнують психіку»* (Плетка О., 2017).

Оскільки формат новин визнано найбільш наближеним до дійсності, а тому здатним змінювати уявлення людини про світ (Харріс Р., 2002), актуальним, на наш погляд, є вивчення того, як відбувається порушення, а то й руйнування психологічної безпеки особистості внаслідок сприймання новин із ЗМІ через усвідомлення людиною тих процесів, що відбуваються в її психіці. Для того щоб розкрити, які саме новини в ЗМІ підвищують відчуття небезпеки, і як представники аудиторії оцінюють їх, було проведене емпіричне дослідження, в якому взяли участь студенти 3-го – 6-го курсів Національного

університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка (n=120).

Досліджуваним була запропонована авторська експрес-анкета, одне із завдань якої передбачало відповідь на запитання «*Чи підвищується у Вас відчуття небезпеки після того, як Ви дізналися про новини із ЗМІ?*» за допомогою 10-бальної оцінної шкали, де 1 – «ні, відчуття небезпеки не змінюється» та 10 – «так, відчуття небезпеки просто зашкалює». Якщо респондент вказував, що його відчуття небезпеки після сприймання новин із ЗМІ підвищується, його просили письмово пояснити, чим це зумовлюється.

Встановлено, що лише 17,5% опитаних респондентів вказали, що в них не підвищується відчуття небезпеки після сприймання новин із ЗМІ. Інші 82,5% зазначили, що в них зростає відчуття небезпеки після того, як вони дізнаються про новини із ЗМІ. 33,4% опитаних респондентів вказали на незначне підвищення відчуття небезпеки (2 та 3 бали за оцінною шкалою), 28,2% – на помірне підвищення (4 та 5 балів), 20,9% – на значне підвищення (від 6 до 9 балів). Отже, як бачимо, новини в ЗМІ є джерелом порушення внутрішньої стійкості особистості, її здатності зберігати внутрішню цілісність, почуватися в безпеці, вироблювати стратегію безпеки власного життя. Більш детальну інформацію про те, які саме новини в ЗМІ підвищують у студентів відчуття небезпеки, дають відповіді на відкрите запитання анкети, в якому респондентів просили дати пояснення, чим це підвищення відчуття небезпеки зумовлене.

Частотний аналіз отриманих відповідей показав, що в 12,3% відповідей респондентів міститься загальна характеристика того, як ЗМІ висвітлюють новини. Студенти відмітили, що ЗМІ подають передусім негативні за змістом новини. Так, типові новини інформують про трагедії (воєнні події на Сході України, різні аварії тощо), демонструють жахливі відео, в яких показують подробиці катастроф, ДТП, жертв агресії (у тому числі – й військової). Як зазначив один із респондентів, *«існує постійний потік негативної інформації, навіть тоді, коли я не хочу знати цю інформацію»*. Як наслідок, дехто із опитаних студентів вказав, що відчуває відразу і

недовіру до вітчизняних ЗМІ.

У 32,3% відповідей респондентів зазначається, які саме новини спричиняють підвищення відчуття небезпеки. Це передусім новини, які повідомляють про політичну та економічну ситуацію, яка склалася в Україні. Студенти вказують, що ця ситуація є нестабільною, напруженою, несприятливою для того, щоб *«жити в спокої і нормально себе почувати»*. Їх турбує війна на Сході України, проведення Антитерористичної операції, впровадження реформ, які є *«недоцільними для економіки країни і лише погіршують матеріальний та моральний стан громадян»*, діяльність Верховної Ради, яка *«приймає нові закони не на користь громадян України»*, коливання курсу долару, зростання цін, проблеми з газопостачанням, малі заробітні плати, кримінальні злочини та вбивства, порушення прав людини, закриття шкіл і вищих навчальних закладів по всій Україні. Розкриваючи, які саме новини зумовлюють у них підвищення відчуття небезпеки, студенти повідомляють і про особисте ставлення до того, що відбувається в країні і що висвітлюється в ЗМІ як новини. Зокрема, вони нарікають на низький професіоналізм українських політиків (*«у нашій країні немає розумного політичного керівництва»*, *«відчувається некомпетентність політичних діячів»*), на їхню нечесність (*«дратують постійні обіцянки, котрі ніколи не будуть втілені в життя»*), корисливість (*«депутати понакрадають грошей і поїдуть за кордон»*). Студенти вказують, що висвітлення новин, яке притаманне для українських ЗМІ, негативно впливає на громадян, оскільки підриває їхню довіру до політиків, підвищує в них тривожність, розгубленість, незахищеність, викликає обурення або неприйняття тих подій, які висвітлюються в ЗМІ як новини.

У 9,2% відповідей респондентів міститься зауваження про те, що відчуття небезпеки зростає в них лише тоді, коли подія, яку висвітлюють ЗМІ, сталася в їхній області, їхньому місті, селищі, на їхній або сусідній вулиці. Тоді ця подія сприймаються як загроза власній безпеці та безпеці близьких (родичів, друзів). У 33,8% відповідей респондентів зазначається, що негативна за змістом новина спричиняє підвищення відчуття

небезпеки передусім тоді, коли студенти переносять її на власне життя або на життя своїх близьких (*«це може статися зі мною чи з моїми рідними»*), *«це може позначитись на моєму житті, і тоді зміниться мій звичний спосіб життя або те, до чого я звикла»*, *«це може позначитись на моєму здоров'ї, соціальному чи матеріальному становищі, благополуччі»*, *«я починаю перейматися за своє життя та життя своїх родичів»*). Один з респондентів навіть вказав на екзистенційні переживання, які виникають у нього після сприймання новин із ЗМІ: *«У світі дуже багато хвороб, терористів, нещасних випадків. Виникає усвідомлення того, що ти не вічний, і що твоє життя може обірватися в будь-яку секунду»*. Отже, студенти прямо вказують, що відчують стривоженість за себе та за своїх близьких, розмірковують про те, що очікує їх у майбутньому. Один із студентів доволі чітко пояснив, що відбувається з ним, коли він «приміряє» на себе якесь неприємне повідомлення: *«З'являється тривога, погані думки про майбутнє. У голові відбувається побудова плану дії, як можна відвернути від себе погану ситуацію»*.

Дехто із студентів (4,7% відповідей) прямо зазначив, що незалежно від того, де і з ким сталася вражаюча подія, вона все одно переноситься на власне життя, викликаючи відповідні фантазії щодо себе (*«Я думаю, що можу потрапити в будь-яку подібну ситуацію»*), *«У мене складається враження, що десь поряд зі мною таке саме відбувається»*, *«Я досить часто «накручую» себе на погане»*). Нарешті, у 7,7% відповідей респондентів міститься співчуття до жертв події, бажання щось зробити, щоб подібне більше не повторювалося.

На підставі результатів емпіричного дослідження можна зробити висновок, що після сприймання новин із ЗМІ психологічна безпека особистості порушується внаслідок двох основних чинників. Перший – оцінка отриманої інформації як такої, що несе в собі невизначеність, загрозу, небезпеку. Це спричиняє неможливість передбачити хід подій, виробити стратегію поведінки, спланувати життєві плани на близьке майбутнє. Другий – перенесення отриманої інформації на власне життя та на життя близьких, фантазії щодо того, що подібне може статися як з самою людиною, так і з кимось із її оточення.

Сюди ж можна віднести й співчуття жертвам події, оскільки воно також пов'язане з фантазуванням щодо того, що насправді відчували або відчувають постраждалі. Загалом близькість висвітлюваної в ЗМІ події до місцевості, де проживає людина, збільшує ймовірність того, що в неї підвищиться відчуття небезпеки, оскільки вона оцінює цю подію як пряму загрозу своєму благополуччю. Оскільки частина опитаних респондентів прямо вказувала на свою стривоженість після сприймання новин, на схильність переносити події із ЗМІ на власне життя, на емпатійні почуття до жертв подій, перспективою подальших досліджень може бути вивчення особистісних характеристик представників аудиторії, які зумовлюють підвищення в них відчуття небезпеки після сприймання новин із ЗМІ.

Лукашенко М. Ю.

## **ЕКСТРЕМАЛЬНІ СИТУАЦІЇ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ**

Надмірна увага до вивчення посттравматичних стресових розладів (ПТСР), гострих стресових реакцій підвищується зі збільшенням кризових ситуацій у житті людини, таких як: стихійні лиха, землетруси, локальні конфлікти, теракти, техногенні катастрофи. Екстремальні події, які пов'язані з ризиком для життя, травмують психічне здоров'я, стан і поведінку учасників, ускладнюють міжособистісні стосунки і соціалізацію в суспільстві. Особливий вплив на особистість мають військові конфлікти, під час яких військовослужбовець перебуває в перманентному стані психофізичної напруги, відчуває на собі вплив низки патогенних факторів. Участь у військових діях можна розглядати як стресогенний фактор виняткового характеру, який, частіше за все, викликає загальний дистрес практично у будь-якої людини. Причому, на відміну від багатьох інших стресових ситуацій, участь у бойових діях формує психічні травми з віддаленими наслідками, що обумовлює необхідність проведення відповідних досліджень.

Різні аспекти, що пов'язані з вивченням