

**ПРОФІЛАКТИКА ПОРУШЕНЬ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я
ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ В УМОВАХ ДІЇ ІНФОРМАЦІЙНО-
ПСИХОЛОГІЧНИХ ВПЛИВІВ**

Колесник Наталія Миколаївна

курсант навчально-наукового інституту №4
Харківського національного університету внутрішніх справ

Ляска Оксана Петрівна

ORCID ID: 0000-0001-6943-8957

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології, соціології та педагогіки,
Харківського національного університету внутрішніх справ

Україна

Актуальність теми, розробка її у науковій вітчизняній та зарубіжній літературі. Психічне здоров'я особистості, шляхи його збереження та відновлення – актуальна соціально-психологічна проблема, яка загострилась останнім часом внаслідок тривалого перебування світової спільноти у стані пермакризи, політичної нестабільності й глобальних подій (наприклад, пандемії COVID-19), але найголовніше, що турбує громадян України, – це життя в умовах війни, яке пов'язане з особистісним переживанням небезпеки й невизначеності. Саме проблема психічного здоров'я є ключовою у визначенні здатності людини сприймати та реагувати на психологічні впливи, оскільки стійкий психічний стан допомагає краще опиратися маніпуляціям і негативному впливу зовнішніх факторів, визначає життєстійкість особистості.

Психологічний вплив найчастіше асоціюється з впливом у широкому розумінні. Головною його метою є зміна поведінки і діяльності суб'єкта, на який спрямована певна інформація чи дія. В цьому плані інформаційно-

психологічний вплив, як підвид психологічного, має свої специфічні ознаки. А саме, автори [1] вважають, що це «організована дія на свідомість та підсвідомість особистості чи суспільства за допомогою слова чи інформації та використанням інформаційних засобів чи технологій для зміни установок, емоцій та поведінки».

Як показують умови сьогодення, в ситуації гібридної війни зусилля агресора спрямовуються не лише на заподіяння реальних втрат супротивнику на полі бою, але й на порушення обміну достовірною інформацією з метою впливу на механізми ухвалення важливих рішень, формування масової свідомості. Тому питання впливовості інформаційної війни в контексті російсько-українського конфлікту та визначення ролі медіа у цих подіях є надзвичайно актуальним.

Інформаційно-психологічні впливи охоплюють різні напрями активності, здійснюються поширенням повідомлень через телеканали, месенджери, соціальні мережі, використанням традиційних друкованих матеріалів у газетах та журналах. Саме медіа є основним інструментом пропаганди у сучасному світі[2].

Інформаційні впливи значно впливають на психіку людини, оскільки вони безпосередньо спрямовані на свідомість та підсвідомість, формуючи або змінюючи уявлення про реальність. Свідомість проявляється через сприйняття інформації, аналіз і прийняття рішень на основі отриманих даних. Під впливом цілеспрямованих інформаційних атак можуть змінюватися переконання, з'являються нові сумніви або упередження, що в кінцевому результаті може призвести до зміни поведінки і вчинків людини. Для ворога важливо вести такий вид війни, оскільки маніпуляція свідомістю дозволяє не тільки посіяти паніку чи зневіру серед населення, але й впливати на бойовий дух військових, що послаблює загальну обороноздатність країни.

Таким чином, для ведення ефективного протистояння та захисту своєї території від зовнішнього ворога важливо приділяти увагу інформаційному супротиву, навчитися володіти прийомами профілактики та психогієни інформаційно-психологічним впливам. У надійно інформаційно-захищеної країни більше шансів не стати жертвою територіального, політичного чи ідеологічного впливу ззовні[2].

Вивчаючи прийоми інформаційних впливів росії на населення України, варто відмітити, що Кремль перейшов від агресивної комунікації до використання комунікації на основі страху, паніки, придушення оптимізму. Замість категоричної тези «України ніколи не існувало» Кремль став просувати меседжі «Слава Україні, Порошенко - зрадник» та «Україна існує, але вона нікому не потрібна. Європа й Америка кинули Україну». Замість малювання радикальних образів «хунти» Кремль почав застосовувати риторику, що «українців мільйонами вбивають на Донбасі, треба зупинити війну».

Отже у час військової агресії рф проти України важливою є проблема психологічної профілактики інформаційної впливовості медіа на свідомість громадян. Психологічна профілактика - це комплекс організаційних, службових, правових, просвітницьких, соціально-економічних, психологічних та медичних заходів, спрямованих на підвищення рівня психологічної безпеки особистості, попередження виникнення та розвитку психічних розладів, негативних психічних станів за допомогою створення сприятливих психологічних умов для навчання, виконання завдань, попередження психологічного виснаження, професійного вигорання, надання психологічної підтримки.

Первинна психопрофілактика включає систему заходів, що передбачають зменшення шкідливих впливів на організм людини, на її психічний стан, попередження можливих психічних порушень. Такі заходи мають на меті підвищення опірності психіки до негативних чинників

середовища, а тому попередження факту виникнення хвороби. Очевидно, що вирішальне значення в цьому процесі мають соціально-економічні умови та раціональна організація професійної діяльності, побуту, відпочинку людини та інше. Також важливо адекватно оцінити й прогнозувати можливості психічного здоров'я. Йдеться про визначення ймовірності розвитку психічного розладу і про оцінку якості психічного функціонування та перспектив поведінки людей в різних умовах їх життєдіяльності [4].

Суть вторинної психопрофілактики полягає у реалізації сукупності заходів, спрямованих на попередження несприятливих наслідків вже розвиненого психічного розладу або психосоматичного захворювання. Мається на увазі активне виявлення осіб з початковими проявами хворобливих станів, ранній початок лікування, що сприяє сприятливому перебігу хвороби, призводить до швидшого одужання, перешкоджає затяжному перебігу хворобливого процесу. Важливе місце у вторинній психопрофілактиці приділяється заходам з попередження рецидивів і досягнення найбільш повної ремісії хвороби [4].

Третинна психопрофілактика сприяє попередженню несприятливих соціальних наслідків захворювання, рецидивів і дефектів, що перешкоджають професійній діяльності. Це поняття практично відповідає змісту соціально-психологічної реабілітації, яка проводиться з урахуванням соціальних, професійних, психологічних, медичних чинників і базується на інтегративному підході до організації життєдіяльності особистості [4].

З психопрофілактикою тісно пов'язана психогігієна. Головною метою психогігієни є збереження, зміцнення і поліпшення здоров'я шляхом відповідної організації природного і соціального середовища, способу життя, трудової діяльності. Для психопрофілактики ж основним є попередження психічних розладів. Це дозволяє визначити, що психогігієна піклується про запобігання психічним розладам в цілому, а

психопрофілактика прагне позбавити людей від конкретних порушень, виявляючи і блокуючи чинники ризику.

Висновки. Інформаційно-психологічний вплив як мета інформаційної війни – це складова ідеологічної боротьби, метою якої є послаблення моральних і матеріальних сил супротивника або конкурента й зміцнення власних. Профілактика порушень психологічного здоров'я під час військових інформаційних операцій є надзвичайно важливою для підтримання морального стану військовослужбовців та цивільного населення.

Список використаної літератури

1. Ділай А., Кротченко В. Війна за Україну: від інформаційних операцій до прямого вторгнення . Військовий інститут Київського національного університету імені Тараса Шевченка. URL : <http://surl.li/capdpo>
2. Легкодух В. В. Роль інформаційної війни у Російсько-Українському конфлікті: аналіз впливу медіа. Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного. URL: <blob:https://www.academia.edu/f400e47a-8ff6-4682-a02f-1ae514b2e138>
3. Яковець А. В. Інтернет медіа у інформаційному протиборстві України-РФ під час війни на сході. Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Інститут міжнародних відносин. URL : <http://surl.li/lpieso>
4. Кокун О.М., Мороз В.М., Лозінська Н.С., Пішко І. О. Психологічна профілактика психотравматизації військовослужбовців Збройних Сил України: метод. посіб. К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2021. 301 с. URL : <http://surl.li/isyreh> .