Волочай Поліна Михайлівна,
студентка 1 курсу бакалаврату, «Правоохоронна діяльність»,
навчально-наукового інституту права та психології
Національна академія внутрішніх справ
Науковий керівник:
Влад Вадим Федорович,
старший викладач кафедри конституційного права
навчально-наукового інституту права та психології
Національної академії внутрішніх справ
доктор філософії у галузі права

ВПЛИВ ІНФОРМАЦІЙНОГО СЕРЕДОВИЩА НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ГРОМАДЯН

У сучасних умовах інформаційне середовище стало одним із ключових чинників, що впливають на психологічний стан людини та суспільства загалом. Особливо актуальною ця проблема є в умовах воєнного стану, коли населення постійно перебуває під впливом значного інформаційного потоку, пов'язаного з бойовими діями, ракетними обстрілами, людськими втратами та соціальною нестабільністю. Щоденне споживання великої кількості новин, повідомлень у соціальних мережах та медіаматеріалів може спричиняти підвищений рівень тривожності, емоційне виснаження, страх і психологічне напруження. У зв'язку з цим важливого значення набувають питання інформаційної безпеки, медіаграмотності та психологічної стійкості населення [1].

У науковій літературі інформаційно-психологічний вплив визначається як вплив на свідомість та поведінку людини або суспільства шляхом використання інформаційних засобів з метою зміни поглядів, переконань, мотивації чи моделей поведінки [2, с. 212]. Основними методами такого впливу є переконання та навіювання. Переконання ґрунтується на логічному обґрунтуванні інформації, зверненні до критичного мислення особи та використанні аргументованих фактів. Навіювання, навпаки, орієнтоване переважно на емоційне сприйняття інформації без її критичного аналізу, що може сприяти формуванню панічних настроїв, страху або некритичного ставлення до отриманих повідомлень.

Інформаційно-психологічний вплив активно використовується в умовах гібридної війни та інформаційного протистояння. Поширення дезінформації, фейкових повідомлень, маніпулятивного контенту та психологічного тиску є одним із засобів впливу на суспільні настрої й емоційний стан населення. Особливо небезпечним є швидке поширення неперевіреної інформації через соціальні мережі та цифрові платформи, де повідомлення часто розповсюджуються без належної перевірки достовірності. Унаслідок цього у громадян можуть формуватися почуття безпорадності, недовіри до державних інституцій, емоційної нестабільності та соціальної напруги [3].

Значну увагу проблемі впливу медіа на психічний стан населення приділяють сучасні дослідники. Зокрема, Н. Карпчук зазначає, що тривале перебування людини в негативному інформаційному просторі сприяє формуванню психологічної втоми, емоційного виснаження та хронічного стресу. Велика кількість повідомлень про воєнні дії, насильство, загибель людей та руйнування цивільної інфраструктури здатна викликати почуття тривоги, пригніченості та страху за власне майбутнє [3, с. 45]. Особливо сильний вплив здійснюють медіа, що використовують емоційно забарвлену інформацію або маніпулятивні способи подання новин.

Водночас інформаційне середовище може виконувати не лише деструктивну, а й позитивну функцію. Завдяки офіційним джерелам інформації населення отримує попередження про небезпеку, рекомендації щодо безпеки, відомості про евакуацію та психологічну підтримку. У кризових ситуаціях важливе значення має оперативне інформування громадян, що сприяє зниженню рівня паніки та забезпечує координацію дій населення [4]. Саме тому особливої актуальності набувають розвиток медіаграмотності, критичного мислення та навичок аналізу інформації.

Важливим чинником збереження психологічного здоров'я людини є інформаційна гігієна та психологічна саморегуляція. У монографії «Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика» наголошується, що в умовах кризових подій людині важливо контролювати власний емоційний стан, обмежувати надмірне споживання негативного контенту та підтримувати стабільний режим повсякденного життя [5]. Дослідники також підкреслюють важливість соціальної підтримки, спілкування з близькими людьми, дотримання режиму праці та відпочинку, а також здатності критично оцінювати отриману інформацію.

Окремої уваги потребує проблема психологічної стійкості населення в умовах війни. Психологічна стійкість розглядається як здатність людини адаптуватися до стресових ситуацій, зберігати емоційну рівновагу та ефективно реагувати на кризові події. Її формуванню сприяють підтримка соціального оточення, довіра до офіційних джерел інформації, наявність психологічної допомоги та розвиток навичок емоційної саморегуляції [6].

Отже, інформаційне середовище здійснює суттєвий вплив на психологічний стан громадян, особливо в умовах воєнного стану та суспільної нестабільності. Надмірний потік негативної інформації, поширення фейків і маніпуляцій здатні викликати тривожність, страх, емоційне виснаження та соціальну напругу. Водночас розвиток медіаграмотності, критичного мислення, інформаційної гігієни та психологічної стійкості є важливими умовами збереження психічного здоров'я населення та протидії негативному інформаційному впливу.

Список використаних джерел:

1. Всесвітня організація охорони здоров'я. Mental health and psychosocial support in emergencies (дата звернення: 07.05.2026).

2. Діденко М., Зелінська О. Інформаційно-психологічний вплив на людей під час війни. *Вісник студентського наукового товариства ДонНУ імені Василя Стуса*. 2022. Том 1. № 14. С. 211–214.

3. Карпчук Н. Медіа як невоєнний метод впливу в гібридній війні. *Міжнародні відносини, суспільні комунікації та регіональні студії*. 2018. № 2. С. 41–49.

4. UNICEF Ukraine. Psychological support and information safety during war.

5. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика : монографія / за ред. С. Д. Максименка. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2017. 540 с.

6. American Psychological Association. Building resilience in difficult times.

Гуменюк Вікторія Олегівна,
студент 1 курсу бакалаврату, «Психологія»
навчально-наукового інституту права та психології
Національна академія внутрішніх справ
Науковий керівник:
Бортун Каріна Олександрівна,
доцент кафедри ділової української та іноземних мов
навчально-наукового інституту права та психології
Національної академії внутрішніх справ,
кандидат філологічних наук, доцент

УКРАЇНСЬКА МОВА ЯК ІНСТРУМЕНТ ІДЕНТИЧНОЧТІ В МЕДІАПРОСТОРІ

Українська мова в сучасному медіапросторі є значно більшим явищем, ніж лише засобом передачі інформації. Вона формує спосіб мислення, впливає на самоусвідомлення суспільства та виступає важливим маркером національної ідентичності. Через новини, публіцистику, соціальні мережі, цифрові платформи та розважальний контент українська мова стає інструментом самоідентифікації, що об'єднує людей навколо спільних цінностей, історичної пам'яті та культурного досвіду.

Особливість медіапростору полягає в його здатності оперативно реагувати на суспільні зміни й одночасно впливати на них. Саме тому мова, яка функціонує в медіа, набуває символічного значення: вона відображає не лише актуальні події, а й глибші процеси становлення громадянської свідомості, переосмислення історичного минулого та культурної спадщини [1]. У цьому контексті українська мова постає як важливий засіб утвердження культурної автономії та протидії знеособленню в глобалізованому інформаційному просторі.

Питання мови як інструменту національної ідентичності та суспільної єдності посідає важливе місце в сучасних публічних дискусіях. Мова не лише відображає культурно-історичні особливості народу, а й виступає чинником державотворення, формування спільних цінностей і консолідації суспільства. Саме тому мовна політика держави потребує системного підходу, чіткого бачення та врахування попереднього досвіду [2-3].