

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису

Кузіна Євгенія Ігорівна

УДК 159.922-053.8:316.776.23(043.3)

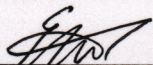
ДИСЕРТАЦІЯ

**«ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ ІНФОРМАЦІЙНОГО ВПЛИВУ
НА ОСОБИСТІТЬ ДОРΟΣЛОЇ ЛЮДИНИ»**

053 – Психологія

05 – Соціальні та поведінкові науки

Подається на здобуття наукового ступеня Доктора філософії

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають покликання на відповідне джерело  Євгенія Кузіна

Науковий керівник

Іванна Шаповал кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології КДПУ

АНОТАЦІЯ

Кузіна Є. І. Психологічні механізми інформаційного впливу на особистість дорослої людини. Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 19.00.07 «Вікова та педагогічна психологія» (053 Психологія). Криворізький Державний Педагогічний Університет, Кривий Ріг, 2023.

В дисертації висвітлено результати наукових пошуків в галузі медіапсихології. Здобувач звернув увагу на ті негативні сторони інформаційного прогресу, які значним чином впливають на людину, створюють дезінформацію та шкодять психологічному здоров'ю. Проаналізовано теоретичні надбання з теми інформаційного суспільства. Виділено такі його характеристики, як мінливість, невизначеність, складність, неоднозначність. Систематизовано знання про інформаційний вплив, спричинений новим суспільним етапом. Узагальнено розуміння особистості як частини соціального середовища.

Мета роботи: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні механізми інформаційного впливу на особистість дорослої людини.

Наукова новизна у роботі полягає в тому, що уперше:

- здійснено узагальнення й систематизацію філософського, соціологічного та психологічного підходів до проблематики інформаційного впливу на особистість;
- визначено та описано психологічні механізми інформаційного впливу як чинника зрілої/незрілої інформаційної поведінки особистості;
- запропоновано параметри інформаційної зрілості.

Поглиблено й розширено:

- наукові уявлення феноменів інформаційного впливу, інформаційної зрілості, інформаційної поведінки;

– розуміння сутності та компетентнісної зумовленості інформаційної зрілості особистості.

Набули подальшого розвитку положення про детермінацію інформаційної поведінки метакогнітивною компетентністю; **удосконалено** методи та інструменти вимірювання інформаційного впливу на особистість; **вперше** запропоновано та описано психологічні механізми інформаційного впливу, трактування концепту «інформаційна зрілість особистості» і його параметричну організацію.

Практичне значення отриманих результатів дослідження полягає в тому, що розроблені авторська анкета «Інформаційна поведінка» та навчально-розвивальна програма «Розвиток інформаційної зрілості» можуть бути використані у психологічній практиці, а також у викладанні навчальних дисциплін «Основи психогігієни», «Основи психосоматики», «Психологія здоров'я», «Медіапсихологія».

Вступ дисертації містить відомості про новизну, актуальність, мету, завдання, практичне та теоретичне значення роботи, про апробацію результатів і методологію дослідження.

Перший розділ окреслює теоретичні засади дослідження явища інформаційного впливу в контексті інформаційного суспільства. Описано соціально-психологічні умови існування особистості в інформаційному суспільстві, а саме: зменшення впливу традиційних соціальних норм і звичаїв на індивідуальну поведінку та взаємовідносини між людьми; доступ до інформації для всіх груп населення; доступність та зрозумілість наукової інформації для широкого загалу людей внаслідок чого підвищується рівень освіченості та наукової грамотності суспільства; залежність від інформації як усвідомлення необхідної умови для успішного функціонування в інформаційному суспільстві; використання досягнень інноваційного розвитку інформаційних технологій що призводить до глобалізації способів комунікації та культурної взаємодії та плюралізму суспільних правил.

Автор запропонував та описав теоретичні положення щодо інтегрального характеру феномену інформаційної зрілості та її зумовленості внутрішніми чинниками особистісного розвитку і зовнішніми чинниками соціалізації, які реалізуються на основі психологічних механізмів інформаційного впливу що розкривають особливості відображення інформації (емоційна залученість, когнітивна процесуальність), соціальної зумовленості інформаційної поведінки (соціальне порівняння, соціальне прийняття, соціальна авторитетність), особистісної зумовленості інформаційної поведінки (диспозиційна вибірковість, диспозиційні викривлення).

Окреслено вікові відмінності у процесах опрацювання інформації, зокрема обґрунтовано особливості адаптації до сучасних умов інформаційного суспільства молодих та старших людей. Підґрунтям для цього взято вікову періодизацію Erikson E. H., оскільки цей підхід відповідає епігенетичному принципу та критеріям психосоціального розвитку, що є ключовими для визначення фаз життєвого циклу людини. Такий підхід дозволив систематизувати різноманітні аспекти розвитку особистості та виявити особливості сприйняття інформації та соціальної активності на різних етапах життя.

Запропоновано трактування поняття «інформаційної зрілості особистості» для позначення самодетермінованої інформаційної поведінки та виокремлено такі її параметри: особистісна зрілість, інформаційна поведінка, інформаційна компетентність та метакогнітивна компетентність. Було запропоновано припущення, що розвиток інформаційної зрілості сприятиме зниженню вразливості до інформаційного впливу.

Другий розділ репрезентує результати діагностичного дослідження, які дали змогу встановити кореляції між параметрами інформаційної зрілості. Описано результати діагностичного дослідження, які дали змогу встановити кореляції між параметрами інформаційної зрілості. Використовуючи коефіцієнт r_{xy} - Пірсона, було встановлено наявність сильного позитивного зв'язку між ними. Для порівняння параметрів інформаційної зрілості в різних

вікових групах було застосовано *H*-критерій Крускала-Волліса, що показав наявність статистично значущих відмінностей між групами. Застосування методу множинної регресії дозволило підтвердити, що на інформаційну поведінку мають вплив усі параметри інформаційної зрілості, зокрема, особистісна зрілість, інформаційна компетентність та метакогнітивна активність, проте метакогнітивні знання мають зворотну залежність.

У *третьому* розділі висвітлено результати розробки й апробації навчально-розвивальної програми «Розвиток інформаційної зрілості», яка має за мету підвищення рівня інформаційної зрілості дорослої особистості через вміння шукати, аналізувати та оцінювати інформацію, розрізняти факти від дезінформації, розвиток самосвідомості, самодетермінації, саморефлексії, стимулювання творчості, саморозвиток когнітивних здібностей та здатність до прийняття обґрунтованих рішень. НРП складається з 5 блоків: медіагігієна, особистісна зрілість, свідомий вибір, критичне мислення та когнітивні здібності, кожний з яких реалізує мету відповідно до спрямованості на розвиток параметрів інформаційної зрілості. Окрім того, особливу увагу приділено формуванню навичок емоційної саморегуляції, протистоянню інформаційним маніпуляціям та рефлексії індивідуальних особливостей щодо вразливості до емоційних впливів інформаційного середовища.

З метою оцінки ефективності НРП було проведено аналіз результатів діагностичного обстеження до початку і після завершення всіх занять програми. На підставі отриманих даних, з використанням непараметричного критерію *T*-Вілкоксона, було встановлено загальну тенденцію збільшення показників усіх параметрів інформаційної зрілості. Автор вважає, що для розвитку інформаційної зрілості дорослих доцільними є стратегії навчально-розвивального впливу, а засобами реалізації цих стратегій є техніки когнітивно-поведінкової терапії оскільки вони спрямовані на опанування учасниками навичок самодетермінованого регулювання емоцій та раціонального аналізу інформації, свідоме сприйняття та критичне осмислення соціальних впливів на їхнє мислення та поведінку, розпізнавання

і перебудову установок у напрямку гнучкості мислення та відкритості до нової інформації.

Дисертаційна праця є важливим етапом для розуміння і розвитку психологічних механізмів інформаційного впливу на особистість дорослої людини. Вважається, що робота сприятиме розвитку навичок ефективної взаємодії людей з інформацією та зниженню вразливості до інформаційного впливу. Перспективи подальших досліджень вбачаються у вивченні впливу інших факторів на формування інформаційної зрілості та розробку методик для її діагностики, а також аналіз впливу різних типів інформаційних технологій на особистість дорослої людини.

Ключові слова: *медіапсихологія, інформаційне суспільство, інформаційний вплив, інформаційна зрілість, особистісна зрілість, усвідомлена інформаційна поведінка, особистість, дорослість, вік, метакогнітивна компетентність, резильєнтність, когнітивно-поведінкова терапія.*

ABSTRACT

Yevheniia Kuzina. Psychological mechanisms of information influence on adult personality. – Qualifying scientific work on the rights of the manuscript.

Thesis paper for obtaining of the academic degree of Ph.D. on Psychology by specialty 053 – Psychology. – Kryvyi Rih State Pedagogical University. – Kryvyi Rih, 2023.

The dissertation highlights the results of scientific research in the field of media psychology. The applicant drew attention to the negative aspects of information progress that significantly affect people, create misinformation and harm psychological health. The author analyzed theoretical achievements on the topic of the information society. Its characteristics, such as variability, uncertainty, complexity, and ambiguity, are highlighted. The knowledge about the information impact caused by the new social stage is systematized. The understanding of the individual as part of the social environment is generalized.

The purpose of the dissertation is to theoretically substantiate and empirically investigate the psychological mechanisms of information influence on the personality of an adult.

The scientific novelty of the work is that for the first time

- the philosophical, sociological, and psychological approaches to the problem of information influence on personality are generalized and systematized;
- the psychological mechanisms of information influence as a factor of mature/immature information behavior of the individual are identified and described;
- parameters of information maturity are proposed.

Deepened and expanded:

- scientific concepts of the phenomena of information influence, information maturity, and information behavior;

– understanding of the essence and competence-based determination of information maturity of a personality.

The provisions on the determination of information behavior by metacognitive competence have been further developed; methods and tools for measuring information influence on the individual have been improved; psychological mechanisms of information influence, interpretation of the concept of "information maturity of the individual" and its parametric organization have been proposed and described for the first time.

The practical significance of the research results is that the author's questionnaire "Information Behavior" and the educational and developmental program "Development of Information Maturity" can be used in psychological practice, as well as in teaching the disciplines "Fundamentals of Psychohygiene", "Fundamentals of Psychosomatics", "Health Psychology", "Media psychology".

The introduction of the dissertation contains information about the novelty, relevance, purpose, objectives, practical and theoretical significance of the work, the testing of the results and the research methodology.

The first chapter outlines the theoretical foundations of the study of the phenomenon of information influence in the context of the information society. The author describes the socio-psychological conditions of an individual's existence in the information society, namely: a decrease in the influence of traditional social norms and customs on individual behavior and relationships between people; access to information for all groups of the population; accessibility and comprehensibility of scientific information for the general public, resulting in an increase in the level of education and scientific literacy of society; dependence on information as an awareness of the necessary condition for successful functioning in the information society; use of up-to-date information.

The author proposes and describes theoretical provisions on the integral nature of the phenomenon of information maturity and its conditionality by internal factors of personal development and external factors of socialization, which are realized on

the basis of psychological mechanisms of information influence that reveal the peculiarities of information reflection (emotional involvement, cognitive processes), social conditionality of information behavior (social comparison, social acceptance, social authority), personal conditionality of information and knowledge.

Age differences in the processes of information processing are outlined, in particular, the peculiarities of adaptation to the modern conditions of the information society of young and older people are substantiated. The basis for this is the age periodization of Erikson E. H., since this approach is consistent with the epigenetic principle and criteria of psychosocial development, which are key to determining the phases of the human life cycle. This approach made it possible to systematize various aspects of personality development and identify the peculiarities of information perception and social activity at different stages of life.

The author proposes an interpretation of the concept of "information maturity of a personality" to denote self-determined information behavior and identifies the following parameters: personal maturity, information behavior, information competence and metacognitive competence. It is suggested that the development of information maturity will help reduce vulnerability to information influence.

The second section presents the results of the diagnostic study, which allowed to establish correlations between the parameters of information maturity. The article describes the results of the diagnostic study, which allowed to establish correlations between the parameters of information maturity. Using the Pearson's r_{xy} coefficient, a strong positive relationship between them was found. To compare the parameters of information maturity in different age groups, the Kruskal-Wallis H -criterion was applied, which showed the presence of statistically significant differences between the groups. The application of the multiple regression method allowed us to confirm that all parameters of information maturity, in particular, personal maturity, information competence and metacognitive activity, have an impact on information behavior, but metacognitive knowledge has an inverse relationship.

The third section highlights the results of the development and testing of the educational and developmental program "Development of Information Maturity", which aims to increase the level of information maturity of an adult through the ability to search, analyze and evaluate information, distinguish facts from misinformation, develop self-awareness, self-determination, self-reflection, stimulate creativity, self-development of cognitive abilities and the ability to make informed decisions. The program consists of 5 blocks: media hygiene, personal maturity, conscious choice, critical thinking, and cognitive abilities, each of which implements the goal in accordance with the focus on the development of information maturity parameters. In addition, special attention is paid to the formation of emotional self-regulation skills, resistance to information manipulation, and reflection on individual characteristics regarding vulnerability to the emotional effects of the information environment.

In order to assess the effectiveness of the program, the results of the diagnostic examination were analyzed before and after the completion of all program classes. Based on the data obtained, using the non-parametric *T*-Wilcoxon test, a general trend of increasing indicators of all parameters of information maturity was established. The author believes that strategies of educational and developmental influence are appropriate for the development of adult information maturity, and the means of implementing these strategies are cognitive behavioral therapy techniques, as they are aimed at mastering the skills of self-determined regulation of emotions and rational analysis of information, conscious perception and critical reflection of social influences on their thinking and behavior, recognition and restructuring of attitudes towards flexibility of thinking and openness to new information.

The dissertation is an important step in understanding and developing the psychological mechanisms of information influence on the personality of an adult. It is believed that the work will contribute to the development of skills for effective interaction of people with information and reduce vulnerability to information influence. Prospects for further research are seen in the study of the influence of

other factors on the formation of information maturity and the development of methods for its diagnosis, as well as the analysis of the impact of different types of information technologies on the personality of an adult.

Keywords: *media psychology, information society, information influence, information maturity, personal maturity, conscious information behavior, personality, adulthood, age, metacognitive competence, resilience, cognitive behavioral therapy.*

Список публікацій здобувача за темою дисертації

1. Кузіна Є. І. Взаємодія суб'єктів інформаційного простору. *Молодь у психології: етнічна самосвідомість та міжетнічна взаємодія*: зб. наук. праць, Суми: СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2021. С. 98–100.
2. Кузіна Є. І. Вікові особливості інформаційної компетентності в умовах інформаційного суспільства. *Наукові праці МАУП. Психологія*. 2021. №3(52). С. 63-67. DOI: 10.32689/maup.psych.2021.3.9
3. Кузіна Є. І. Інформаційна залежність в реаліях сучасного українського суспільства. *Ключові питання наукових досліджень у сфері педагогіки та психології у XXI ст.*: зб. тез наук. робіт учасн. міжнар. наук.-практ. конф., Львів: ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2021. С. 191–194.
4. Кузіна Є. І. Інформаційне здоров'я населення під час карантину для запобігання поширенню на території України коронавірусу COVID-19. *Соціально-психологічні технології розвитку особистості*: зб. матеріалів V Міжнар. наук.-практ. конф. Херсон, 2020. С.196–199.
5. Кузіна Є. І. Інформаційне здоров'я та гігієна під час карантину для запобігання поширенню на території України коронавірусу COVID-19. О. С. Шило (упор.), *COVID-19: Психоедукаційні нотатки. Пам'ятка-дорадник*. Кривий Ріг: Гельветика, 2020.
6. Кузіна Є. І. Інформаційне суспільство як чинник формування особистості. *Габітус*. 2021. № 25. С. 97–101. DOI: 10.32843/2663-5208.2021.25.16
7. Кузіна Є. І. Інформаційний вплив як об'єкт наукового дослідження. *Педагогіка, психологія та методика навчання: міжнародний досвід*: зб. тез допов. міжнар. наук.-практ. конф. Рига, Латвія, 2021. С. 253–256. DOI: 10.30525/978-9934-26-114-5-65
8. Кузіна Є. І. Інформація як об'єкт психологічного аналізу. *Психологія в контексті сучасних досліджень проблем розвитку особистості*: мат. міжнар. наук.-практ. конф., Запоріжжя. 2021. С. 43–44.

9. Кузіна Є. І. Психологічні механізми інформаційного впливу на особистість дорослої людини. *Психологічні перспективи*. 2022. №40. С. 75–86. DOI: 10.29038/2227-1376-2022-40-kyz
10. Кузіна Є. І. Психологічні механізми нудьги та інформаційної залежності. *Knowledge, Education, Law, Management*. 2020. № 1(36). С. 117–124. DOI: 10.51647/kelm.2020.8.1.17
11. Шаповал І., Кузіна Є. Рольова зрілість як чинник становлення професійної ідентичності психолога-практика. *Перспективи та інновації науки*. 2022. № 5(10). С. 170–187. DOI:10.52058/2786-4952-2022-5(10)-170-187

ЗМІСТ

АНОТАЦІЯ.....	2
ABSTRACT.....	7
Список публікацій здобувача за темою дисертації	12
ЗМІСТ	14
ВСТУП.....	16
ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ	22
РОЗДІЛ 1. МЕТОДОЛОГІЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ПРОБЛЕМИ ІНФОРМАЦІЙНОГО ВПЛИВУ НА ОСОБИСТІТЬ ДОРΟΣЛОЇ ЛЮДИНИ	23
1.1. Соціально-психологічні умови існування особистості в інформаційному суспільстві	23
1.2. Особистість як суб'єкт інформаційного впливу.....	34
1.3. Психологічні механізми інформаційного впливу.....	48
1.4. Інформаційна зрілість особистості: вікова та особистісна предикція	62
1.4.1. Вікові закономірності формування зрілості	63
1.4.2. Особистісна зрілість: сутнісний та компонентний аналіз	72
1.4.3. Інформаційна зрілість: психологічна феноменологія.....	77
Висновки до розділу 1	87
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕХАНІЗМІВ ІНФОРМАЦІЙНОГО ВПЛИВУ	90
2.1. Обґрунтування програми та методів дослідження	90
2.2. Аналіз результатів дослідження	105
Висновки до розділу 2.....	122
РОЗДІЛ 3. РОЗВИТОК ІНФОРМАЦІЙНОЇ ЗРІЛОСТІ ОСОБИСТОСТІ: ЗАГАЛЬНІ ТЕНДЕНЦІЇ ТА ЗАКОНОМІРНОСТІ.....	124

3.1. Розробка та апробація навчально-розвивальної програми «Розвиток інформаційної зрілості»	124
3.2. Оцінка ефективності впровадження навчально-розвивальної програми	134
Висновки до розділу 3	143
ВИСНОВКИ	145
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	148
ДОДАТКИ	165
Додаток А	165
Додаток Б	168
Додаток В	169
Додаток Г	170
Додаток Д	171
Додаток Е	199

ВСТУП

Актуальність дослідження. На цей момент в Україні введено воєнний стан через загарбницькі дії країни-агресора, і відомо що війна відбувається зокрема і на віртуальному фронті. Зростаюча кількість інформації, яка надходить до людини через різні канали комунікації, зумовлює потребу у вивченні механізмів її обробки і сприйняття. Результати попередніх досліджень свідчать про те, що інформаційний вплив може завдавати значних змін у психологічному стані людини, її настрої, думках та поведінці. Проте поки що існує багато нерозв'язаних питань щодо того, як саме інформаційний вплив діє на особистість, які механізми полягають в його основі та які фактори сприяють чи заважають впливу на особистість. Важливість дослідження полягає в тому, що результати можуть поглибити розуміння та спрогнозувати характер та наслідки впливу інформації на особистість людини, а також створити ефективні стратегії опору до негативного інформаційного впливу. Актуальність роботи обумовлена нагальною потребою в удосконаленні методів протидії негативному інформаційному впливу.

Обґрунтування вибору теми дослідження. Інформаційний вплив є складним і багатоаспектним феноменом, який постійно знаходиться в центрі уваги вчених із різних галузей. На сьогодні існує багато досліджень, присвячених ІВ на людину, однак, можемо констатувати, що існують значні прогалини в знаннях про те, як медіа-інформація впливає на психічний стан та поведінку саме дорослих людей. Наше дослідження спрямовано на визначення психологічних механізмів інформаційного впливу, зовнішніх чинників, які зумовлюють цей вплив, та внутрішніх чинників, які сприяють підвищенню чи зниженню вразливості особистості до інформаційного впливу.

Питання інформаційного суспільства та процесів що відбуваються в українському медіапросторі досліджують: Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології «Лабораторія психології масової комунікації та медіаосвіти»: Баришполец О. Т.,

Вознесенська О. Л., Голубєва О. Є., Мироненко Г. В., Найдьонова Л. А., Обухова Н. О. та Череповська Н. І.; Національний інститут стратегічних досліджень, Центр безпекових досліджень, Школа політичної аналітики НАУКМА: Дубов Д. В., Корецька І. О., Баровська А. В., Гнатюк С. Л., Ожеван М. А., Ісакова Т. О., Черненко Т. В., Ковальова О. І., Яковлев М. В., Шулімов С. Ф. та Суслов А. І.; а також дослідники Жарков Я. М., Захаренко К., Старіш О. Г., Холод О. М., Шишкіна Х. Ю., Левківський К. М. та Іванов В. Ф., Матохнюк Л. О., Голобородько В., Петрик В. М., Жарков Я. М., Присяжнюк М. М., Бакалинський О. О., Уфімцева О. С., Остроухов В. та багато інших.

Зарубіжні дослідження з проблематики ІВ досліджують: Kress G. A., Gunther R.; Landrum A. R., Olshansky A., Richards O., Kahan D. M., Akin H., Raney A. A. Hallman W. K., Jamieson K. H., Boraе J., Sungeun C., Sangho B., Jowett G. S., O'Donnell V., Kowalski R., Limber S., Agatston P., Marshall M., Pariser E.

Дослідження в галузі когнітивної психології дозволяють встановити, що інформаційний вплив відбивається на когнітивних процесах та відображається на знання та переконаннях особистості. Вважає, що людина сприймає та обробляє інформацію через когнітивні структури, а сприйняття та розуміння інформації залежить від контексту, в якому вона подається, та від попередніх знань та досвіду. Найбільш визначними дослідниками в цій парадигмі є Kelly G. A., Kettell R., Rogers C., Bandura A., Allport G. W., Pervin L. A. та John O. P.

Оскільки ІВ є неодмінною складовою повсякденного життя людини, розуміння механізмів цього впливу дозволяє визначити сутність, чинники та суб'єктивні й об'єктивні наслідки інформаційної поведінки особистості.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Дисертаційна робота пов'язана з комплексною науково-дослідною темою кафедри практичної психології Криворізького педагогічного університету «*Теорія і практика становлення особистісної зрілості майбутнього психолога*» (I-й етап) Державний реєстраційний номер 0121U111336 від 04.06.2021 р. Тема дослідження затверджена на засіданні Вченої ради КДПУ (протокол №6 від 19 грудня 2019 р.)

Мета роботи: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні механізми інформаційного впливу на особистість дорослої людини.

Відповідно до мети поставлені такі **завдання дослідження:**

- 1) проаналізувати характеристики ІС, що є чинниками умов існування людини;
- 2) описати психологічну сутність, механізми та чинники інформаційного впливу;
- 3) обґрунтувати зумовленість інформаційного впливу інформаційною зрілістю особистості;
- 4) здійснити емпіричне дослідження інформаційної зрілості особистості;
- 5) створити та впровадити навчально-розвивальну програму, спрямовану на розвиток інформаційної зрілості.

Об'єкт дослідження: особистість дорослої людини.

Предмет дослідження: психологічні механізми інформаційного впливу на особистість дорослої людини.

Методи дослідження.

У дисертації використовується комплекс наступних методів та методик:
 – теоретичні: аналіз, синтез, порівняння, абстрагування, узагальнення, систематизація наукових фактів з питань інформаційного впливу на особистість;

– емпіричні: авторська анкета «Інформаційна поведінка», Методика «Самооцінка метакогнітивних знань та метакогнітивної активності» Скворцова Ю. В., Кашапов М. М. (2011), Опитувальник особистісної зрілості Штепа О. С. (2008), Тест-опитувальник «Інформаційна компетентність особистості» Матохнюк Л. О. (2019);

– методи математичної статистики: коефіцієнт лінійної кореляції r_{xy} - Пірсона для визначення кореляційних зв'язків, H -критерій Крускала-Волліса для оцінювання міжгрупових вікових відмінностей за досліджуваними параметрами, множинний регресійний аналіз для з'ясування взаємозв'язку між залежною змінною та кількома іншими незалежними змінними з метою прогнозування найбільш вагомих детермінант інформаційної поведінки, T -критерій Вілкоксона для оцінки ефективності навчально-розвивального впливу.

Наукова новизна у роботі полягає в тому, що уперше:

- здійснено узагальнення і систематизацію філософського, соціологічного та психологічного підходів до проблематики інформаційного впливу на особистість;
- визначено та описано психологічні механізми інформаційного впливу як чинника зрілої/незрілої інформаційної поведінки особистості;
- запропоновано параметри інформаційної зрілості.

Поглиблено й розширено:

- наукові уявлення про феномени інформаційного впливу, інформаційної зрілості, інформаційної поведінки;
- розуміння сутності та компетентнісної зумовленості інформаційної зрілості особистості.

Набули подальшого розвитку положення про детермінацію інформаційної поведінки особистісною зрілістю, інформаційною та метакогнітивною компетентністю; **удосконалено** методи та інструменти вимірювання інформаційного впливу на особистість; **вперше** запропоновано та описано психологічні механізми інформаційного впливу, що розкривають

особливості відображення інформації (емоційна залученість та когнітивна процесуальність), соціальну зумовленість (соціальне порівняння, соціальне прийняття, соціальна авторитетність) та особистісну зумовленість (диспозиційна вибірковість, диспозиційні викривлення) інформаційної поведінки; трактування концепту «інформаційна зрілість особистості» і його параметричну організацію.

Практичне значення отриманих результатів дослідження полягає в тому, що розроблені авторська анкета «Інформаційна поведінка» та навчально-розвивальна програма «Розвиток інформаційної зрілості» можуть бути використані у психологічній практиці, а також у викладанні навчальних дисциплін «Основи психогігієни», «Основи психосоматики», «Психологія здоров'я», «Медіапсихологія».

Експериментально-дослідна база дослідження: Криворізький державний педагогічний університет, кафедра практичної психології.

Апробація результатів дослідження.

Основні положення було апробовано на *Міжнародних науково-практичних конференціях*: «Соціально-психологічні технології розвитку особистості» (Херсон, 2020); «Молодь у психології: етнічна самосвідомість та міжетнічна взаємодія» (Суми, 2021); «Психологія в контексті сучасних досліджень проблем розвитку особистості» (Запоріжжя, 2021); «Ключові питання наукових досліджень у сфері педагогіки та психології у ХХІ ст.» (Львів, 2021); «Педагогіка, психологія та методика навчання: міжнародний досвід» (Рига, 2021).

Захист наукових робіт: конкурсу роботу «Взаємозв'язок вікових особливостей та ставлення особистості до моди», науковий керівник Шаповал І. М. (Всеукраїнський конкурс студентських наукових робіт з природничих, технічних і гуманітарних наук у 2015/2016 н. р. у галузі «Педагогічна і вікова психологія», м. Одеса, 25 березня 2016 р.); магістерська робота «Соціально-психологічні закономірності впливу модних тенденцій на

особистість», науковий керівник Шаповал І. М. (виконано на кафедрі практичної психології КДПУ, 2018 р.).

Публікації: зміст і результати дослідження представлено в 11 публікаціях авторки, серед них: 4 – публікації у фахових виданнях України «Б», (1 у співавторстві), 1 – публікація у періодичному науковому виданні держави, яка входить до Організації економічного співробітництва та розвитку та Європейського Союзу 6 – матеріали міжнародних конференцій; 1 – у категорії «інші»,

Структура роботи. Дисертаційна робота складається із вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, переліку використаних джерел (170 джерел). У основному змісті роботи наведено 21 таблиця та 18 рисунків.

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ

ЗМІ – засоби масової інформації

ЗМК – засоби масової комунікації

ІВ – інформаційний вплив

ІКТ – інформаційно-комунікаційні технології

ІС – інформаційне суспільство

КПТ – когнітивно-поведінкова терапія

НРП – навчально-розвивальна програма

Скорочення в таблицях, рисунках та формулах

ІЗ – інформаційна зрілість

ІК – інформаційна компетентність

ІП – інформаційна поведінка

МКА – метакогнітивна активність

МКЗ – метакогнітивні знання

МКК – метакогнітивна компетентність

ОЗ – особистісна зрілість

РОЗДІЛ 1. МЕТОДОЛОГІЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ПРОБЛЕМИ ІНФОРМАЦІЙНОГО ВПЛИВУ НА ОСОБИСТІСТЬ ДОРΟΣЛОЇ ЛЮДИНИ

1.1. Соціально-психологічні умови існування особистості в інформаційному суспільстві

Інформаційне суспільство (ІС) проходить через значні зміни під впливом інформаційних технологій та інформаційної революції. Інформаційний вплив (ІВ) став значною проблемою для сучасної людини, оскільки він впливає на формування, розвиток та функціонування особистості. У сучасному суспільстві відбуваються зміни, що призводять до трансформацій у різних сферах життя людини, зокрема, у професійних відносинах, характері праці, комунікації та когнітивних функціях [116]. Актуальний спосіб життя вимагає від людини постійного прискорення темпу та взаємодії зі світом за посередництвом інформаційно-комунікативних технологій (ІКТ). А це призводить до того, що люди в ІС споживають і продукують велику кількість інформації. Наше теоретичне дослідження допомагає зрозуміти, які процеси відбуваються в інформаційному середовищі, як саме вони впливають на розвиток особистості, які аспекти цього впливу можуть бути небезпечними для людини, які є психологічні способи їх уникнення.

Вважаємо за необхідне окреслити, про який час ми говоримо. Згідно з періодизацією розвитку суспільства Toffler A., в історії цивілізації існує три «хвилі» революційних змін: перша хвиля – аграрна (до XVIII ст.), друга – індустріальна (до 1950-х років XX ст.) і третя – постіндустріальна, або інформаційна (починаючи з 1950-х років) [89]. Спираючись на праці Webster F., можна сказати, що ІС – це такий тип суспільних відносин, де головними факторами суспільного розвитку виступають інформація та знання, які виробляються в єдиному інформаційному просторі [96].

Узагальнений огляд головних напрацювань з проблематики сучасних суспільних процесів [13, 18, 38, 109, 107, 136, 137, 139, 154] дозволив виокремити суттєві ознаки ІС:

- пріоритетне значення інформації у порівнянні з іншими ресурсами;
- домінування частки інформаційного сектору в загальному обсязі внутрішнього валового продукту;
- можливість економії часу шляхом використання ІКТ як головна цінність людини;
- можливість суб'єкта володіти інформацією та знаннями як головні фактори влади й управління;
- існування розгалуженої системи, яка забезпечує вільний доступ до інформації.

Тобто, в сучасному суспільстві інформація набуває значущої ролі, її вплив на людське життя потребує ретельного дослідження. Старіш О. Г. у роботі «Філософія інформації» вказує, що інформація не обмежується лише наявними знаннями, а також охоплює нові знання, які можна здобути [152]. Взагалі, знання в ІС набувають особливого значення як необхідного фактора у секторі праці, де відбувається еволюція – зміщення акценту з фізичних аспектів на інтелектуальні [100].

Розвиток технологій дозволяє поширювати та здобувати інформацію з усього світу через різні джерела та на різних пристроях. Однак терміни, що номінують ці технології та новітні процеси, та їхні дефініції, можуть по-різному трактуватись у різних авторів. Тому у нашій роботі ми будемо послуговуватись термінологією у тому сенсі, який продемонстровано у таблиці 1.1.

Таблиця визначень термінів, пов'язаних з інформаційними технологіями та масовою комунікацією

Термін	Визначення	Джерело
Інформація	Будь-які дані чи відомості, що можуть бути збережені на матеріальних носіях, або представлені в електронному форматі.	Закон України «Про інформацію». (1992), роз.1, ст. 1. [113]
Медіа або засоби масової інформації (ЗМІ)	Канали реалізації односторонньої комунікації, які використовуються для передачі інформації на широку аудиторію та не передбачають здійснення зворотного зв'язку (телебачення, радіо, преса та Інтернет).	APA dictionary (2021) [3]
Засоби масової комунікації (ЗМК)	Канали реалізації двосторонньої комунікації, які використовуються для передачі інформації на великі території, та передбачається наявність зворотного зв'язку (телебачення, радіо, преса, телефон, соціальні мережі).	McQuail D., Windahl S. (2015) [67]
Інформаційні технології	Комплекс методів, виробничих процесів та програмно-технічних засобів, які здійснюються з метою збору, обробки, зберігання, поширення, відображення та використання інформації в інтересах користувачів.	Холод О. М. (2011) [160]
Інформаційно-комунікативні технології	Сукупність технологічних інструментів і ресурсів, які використовуються для забезпечення процесу комунікації та створення, поширення, збереження й управління інформацією.	Фоміних Н. Ю. (2009) [158]
Дезінформація	Навмисне створення та поширення неправдивої або маніпулятивної інформації з метою обману аудиторії або досягнення певної мети.	Shu K., Sliva A., Wang S., Tang J., Liu H. (2017) [84]
Фейк/фейкові новини (fake news)	Дезінформація у формі фальшивих новин, що імітують справжні та використовуються як інструмент пропаганди.	Дубов Д. В. та ін. (2020) [157]
Пропаганда	Систематичний вплив на психологічний стан, переконання та поведінку людей, що здійснюється шляхом розповсюдження відповідної інформації за допомогою різних масових комунікаційних засобів з метою досягнення певних цілей.	Jowett G. S., O'Donnell V. (2018) [44]

Продовження таблиці 1.1.

Термін	Визначення	Джерело
Маніпуляція	Вплив на думки, почуття та поведінку інших людей за допомогою підробленої, неповної або некоректної інформації з метою формування певних установок та контролю поведінки.	Kowalski R., Limber S., Agatston P. (2012) [53]
Інформаційна бульбашка («filter bubble»)	Явище, коли особисті алгоритми веб-пошуку та соціальних медіа фільтрують інформацію для користувачів в Інтернеті на основі їх попередньої активності та переглядів.	Pariser E. (2011) [70]

Одним із перших дослідників, який звернув увагу на технологічний переворот у суспільстві, був Habermas J. Він зазначив, що для ІС характерне піднесення науки над людиною та здатність технологій до саморозвитку. Людям відведено роль пасивних спостерігачів, які не здатні втрутитися в механізми стрімкого світу [41]. Подібну думку пропонує і Marcuse H., описуючи людину в ІС як одновимірну. Автор стверджує, що людина стає залежною від технічного та економічного прогресу, і її свобода та індивідуальність стають вразливими до суспільних впливів [64].

На противагу цьому інша когорта дослідників висловлюють протилежні ідеї. У різних інтерпретаціях учені проголошують, що всі наукові та технічні доробки – справа рук і розуму людини. Для них більш гостро постає питання про цінність людського потенціалу. Pink D. H. стверджує, що у світі, який швидко змінюється, успішність людини залежить від її креативності, інтуїції та інших навичок [73]. Robinson K. також наголошує на самовизначенні, знаходженні власної мети та потенційних здібностей, а також розвитку інтелектуальних та творчих здібностей особистості [77]. Підтверджує цінність людського потенціалу той факт, що в часи ІС відбувається конкуренція не людей за територію, а території за людей, і тому країни розгортають відповідну політику із залучення талановитих кадрів [83].

Натомість деякі дослідники мають скептичні погляди на ІС. Так May C. висловив оригінальну думку про те, що загалом світ не зазнав таких критичних

змін, аби говорити про особливий вплив на людину. На його думку, ті технологічні та економічні інновації, що характерні для ІС, є тенденціями закономірного історичного розвитку, тому не несуть у собі кардинальних соціополітичних змін [139]. Однак, переважна більшість дослідників із різних наукових галузей, указують на відмінності між людьми початку ХХ і ХХІ ст. Наприклад, Spitzer M. вказує, що така відмінність виражається в особливостях мислення, сприймання, спілкування та цінностей особистості [85]. Van Dijk J. A. G. M., який вивчає соціальні наслідки нових медіа та їхній вплив на сучасне суспільство, також наголошує на змінах у комунікації та соціальних взаєминах людей, коли зростає важливість мережевої взаємодії [93].

Ситуація в Україні також має свої особливості. Аналітики Національного інституту стратегічних досліджень повідомляють, що прогалини в нормативно-правовій сфері, обмежена організаційна готовність населення і брак ефективних взаємозв'язків між державними структурами та громадянським суспільством знижують особистісну стійкість українців до дезінформаційних впливів. Також аналітики зауважують, що інформаційне право України потребує стратегічних удосконалень, оскільки фейки, пропаганда, дезінформація та інші порушення стандартів журналістики є складними для управління та осмислення як для держави, так і для медіасередовища [157]. Так, критично низький рівень здатності розрізняти інформацію від дезінформації підтверджує опитування USAID-Internews, 2019 року, в якому було з'ясовано, що більше ніж половина українських громадян не мають здатності до критичного аналізу інформації, і тільки 11% опитаних можуть відрізнити фейк від реальної новини [90].

ІВ здатний розколоти свідомість людини, оскільки виникають труднощі у розмежуванні власних бажань від нав'язаних. За дослідженнями науковця Галети Я. в Україні відзначаються ознаки ІС, яке характеризується пасивним споживанням інформації, що замінює активне дозвілля, а також призводить до спрощення світогляду та почуття страху перед відповідальністю за прийняті

рішення [102]. Тому аналіз позитивних і негативних аспектів адаптації до нових реалій сьогодення є надзвичайно важливим завданням.

Вважається, що в Україні ІС дало про себе знати на початку 2000-х років, коли активно почали з'являтися користувачі ІКТ та соціальних мереж [121]. Перебудова суспільних відносин була описана у багатьох законодавчих документах. Найбільш значущим для нашого дослідження є Закон України «Про основні засади розвитку інформаційного суспільства на 2007-2015 роки», в якому вказано, що одним з основних пріоритетів України є створення ІС, яке будується на принципах підтримки інтересів людей та загальної доступності. Це сприятиме збільшенню доступності й обміну інформацією, збільшенню потенціалу кожної людини та поліпшенню якості життя в цілому. [114]. На підставі цього документу припускаємо, що активне впровадження ІКТ, які є базою для ІС, матиме за собою здебільшого позитивні наслідки [125].

Дослідженнями ІС та механізмів ІВ встановлено, що використання соціальних мереж призводить до збільшення кількості соціальних зв'язків. Це безпосередньо корелює з фізіологічними змінами у мозку, які сприяють розвитку творчості та емоційного інтелекту [5]. Загалом, суспільний інформаційний розвиток призводить до формування нових типів комунікацій та діяльності. Зокрема, як фактори, що позитивно впливають на психологічне здоров'я людини, можна зазначити такі:

- доступність навчальних програм та онлайн-курсів, що сприяє розвитку навичок і знань;
- комунікація з друзями та рідними на відстані, що позитивно впливає на емоційний стан людини;
- рекламні та соціальні кампанії, які підтримують здоровий спосіб життя, екологічну свідомість та відповідальну поведінку в громаді;
- корисні поради з психології та саморозвитку, які публікуються у соціальних мережах та інших медіа;

- онлайн-кампанії, спрямовані на підтримку психологічного здоров'я та боротьбу з депресією, що надають доступ до професійної психологічної допомоги та ресурсів для самопомоги;
- доступність наукової інформації (наукові статті та дослідження), що сприяє розширенню знань у різних галузях та стимулює інтелектуальний розвиток;
- історії успіху та досвід людей у різних галузях діяльності, які надихають та допомагають іншим досягти своїх мрій.

Проте існують дослідження, які демонструють негативні наслідки прогресу. Відштовхуючись від суттєвих ознак, що притаманні ІС, ми прослідкуємо, який вони мають вплив на людину. До певного історичного етапу швидкість адаптаційних можливостей людини не була меншою, ніж швидкість настання змін. Однак, сьогодні ми спостерігаємо, що цей темп змін прискорюється, і тоді, на думку Toffler A., виникає негативна реакція людини на стрімкий розвиток технологій та змін у соціальному середовищі, яку автор називає «футурошок». Дослідник стверджує, що суспільство стало занадто складним і непередбачуваним, а це спричиняє психологічний дискомфорт та незручність для більшості людей. За словами автора, футурошок може викликати страх перед невідомим, невпевненість у майбутньому та сумніви щодо своїх здібностей [88].

Надлишок інформації призводить до ситуації, в якій найважливішим вмінням в ІС є вміння захистити себе від 99% непотрібної інформації [110]. Якщо людина продовжує сприймати ці 99% небажаної інформації, то це може призвести до негативних наслідків. За даними результатів досліджень мас-медіа можуть мати прямий або опосередкований негативний вплив на людей та змінювати їхню поведінку. Так, Boraе J., Sungeun C. та Sangho B. вказують на те, що ЗМІ здатні розхитати впевненість людини у собі, підвищити тривожність та викликати зміни в поведінкових намірах [16]. Взагалі перегляд інформації здатна викликати залежність, зокрема, Kobayashia K. та Hsu M. з'ясували що під час пошуку інформації активізуються ті самі ділянки, що і під

час азартних ігор та поглинання їжі. На думку цих дослідників їжа, гроші та інформація сприймаються як винагорода та мають єдиний нейронний код [52].

Медіа поширює настільки багато інформації, що вона відвертає увагу людини від її власних цінностей та планів. Наприклад, люди мимоволі піддаються впливу реклами та маркетингу, і як результат – непотрібні покупки та нездоровий спосіб життя. Соціальні мережі постійно розсіюють увагу людини, через що багатозадачність стала типовою характеристикою сучасного покоління. Встановлено, що у середньому людина відволікається від роботи кожні 11 хвилин (телефонний дзвінок, SMS, сповіщення на смартфоні й багато іншого) [130], що призводить до зменшення продуктивності та відчуття задоволеності від своєї діяльності [65].

Людина, яка надмірно споживає новини та інші медіаресурси, зменшує здатність до критичного оцінювання інформації й збільшує вплив маніпулятивних технік на мислення, що негативно впливає на здатність до емоційного співпереживання та розвитку соціальних навичок [54]. Звісно, що пошук інформації є необхідною умовою існування людини, оскільки інформаційна потреба є такою ж важливою, як і інші людські прагнення. Faibisoff S. G., Ely D. P. визначають інформаційну потребу як ситуацію, коли в людини є нестача знань чи інформації для здійснення дій або прийняття рішення, а задоволення цієї потреби допомагає досягти мети та збільшити ефективність діяльності [30]. Інформаційна потреба зростає щодня, адже людство постійно стикається з великими обсягами інформації, яку необхідно адекватно сприймати та переробляти. Тому відбувається «надзадоволення» потреби, що спричиняє інформаційне перенасичення [128].

В результаті того, що люди шукають і споживають інформацію, яка відповідає їхнім інтересам та переконанням, виникає явище, коли особисті алгоритми вебпошуку у соціальних медіа відбирають інформацію для користувачів в Інтернеті на основі їхніх попередніх виборів та переглядів. Через це користувачі потрапляють у так звану «інформаційну бульбашку» (від англ. «filter bubble»), в якій бачать лише те, що підтверджує їхні погляди та

інтереси, і не мають можливості отримувати доступ до інформації, яка може суперечити їхнім поглядам [70].

Специфіка сприйняття людиною інформації під впливом ІКТ проявляється у поверховому читанні та, внаслідок цього, у втраті глибини розуміння інформації. Навіть термін «серфити» (від англ. «to surf» – «займатись серфінгом»), став вживатись у значенні «проглядати текст, не концентруючись на змістовому наповненні». Це впливає на процеси пам'яті, оскільки, можливість хмарного зберігання великих масивів даних на електронних пристроях, вільний доступ до Інтернету для пошуку інформації суттєво впливають на мнемічну когнітивну активність людини: роблять зайвим використання запасів довготривалої пам'яті, актуалізацію процесів запам'ятовування та цілеспрямованого свідомого пригадування.

Глобальна віртуалізація породжує значну кількість особистісних суперечностей у людини на шляху її зростання. Сучасна людина володіє величезною реактивністю (чутливістю), що є результатом стійкої тяги до свободи та незалежності від будь-яких територіальних або мовних обмежень. Згідно з Giddens A., характерними рисами особистості сучасної епохи є децентралізованість та безперервні внутрішні трансформації. Він наголошує, що людина постійно формує багато ідентичностей одночасно [38]. Цей процес призводить на суб'єктивному рівні до почуття ізольованості від реальності, через що відбувається нехтування невербальною інформацією, а на об'єктивному рівні – до знецінення етнічних, політичних, культурних особливостей націй, до мінливості й фрагментарності моральних норм [162].

Український дослідник Старіш О. Г. також наголошує на особливостях ІВ на суспільство та особистість в контексті глобалізації. На його думку, ІС має значний вплив на формування світогляду та цінностей особистості, емоційний стан, мотивацію, уявлення про світ, а також на її соціальну поведінку [153]. Попри те, що Данільян О. та Дзьобань О. стверджують, що ІС є безмежним простором для самостійного формування особистості [109] Яскула С. зауважує, що процес пізнання себе та власних емоцій відбувається

у самотності, без відчуття підтримки та безпеки, оскільки традиційна єдність замінюється безособовою грою проєктів та іміджів [170]. Ця ситуація може сприяти розвитку таких негативних особистісних якостей, як неадекватна самооцінка, зниження рівня емоційного інтелекту, відсутність толерантності, слабкість вольових компонентів, тривожність [170].

Дослідниця Чайка І. виокремлює три основні цінності ІС: цінність інформації як ресурсу, цінність вільного руху інформації, цінність навчання протягом життя. Тобто інформація має значну частку в житті як соціуму загалом, так і кожного окремого індивіда. Тож, соціальні відносини зазнають певних трансформацій шляхом розширення простору до тривимірного та переходу у віртуальну реальність [163]. На індивідуальному рівні спостерігаються деякі зміни, і слід проаналізувати конкретні причини, що їх обумовлюють. З нашої точки зору для ІС на актуальному етапі специфічними та унікальними є такі чинники.

1. Домінування позасімейного спілкування (тенденція до зменшення часу у колі родини, формування соціальної мережі за межами сімейного оточення).

2. Розрив традиційних зв'язків (зменшення впливу традиційних соціальних норм і звичаїв на індивідуальну поведінку та взаємовідносини між людьми).

3. Мінімізація впливу церкви (послаблення релігійного впливу на суспільство та індивідуальну поведінку людей, що має наслідки для культурного та морального розвитку суспільства).

4. Збільшення значення науки серед усіх прошарків населення (наукові знання та технології стають більш доступними та зрозумілими для широкого загалу людей, що допомагає підвищувати рівень освіченості та наукової грамотності суспільства).

5. Залежність від техніки та інформації (стан, при якому індивідууми вважають ці елементи необхідними для успішного функціонування в сучасному світі).

6. Приріст населення (виклики перед суспільством, пов'язані з ефективним розподілом ресурсів та розвитком інфраструктури для забезпечення доступу до інформації для всіх груп населення).

7. Установлення довірливих ринкових відносин (взаємодія між різними суб'єктами ринку (споживачі, постачальники та інформаційні компанії) забезпечення ефективного розподілу ресурсів та зростання інновацій в галузі інформаційних технологій).

8. Економічна і політична безпека (розробка ефективних стратегій кібербезпеки та політичних заходів для забезпечення стійкості інформаційної інфраструктури та захисту прав людини в інтернеті).

9. Глобалізація (швидка та неперервна інтеграція ІТ і засобів зв'язку на міжнародному рівні, що призводить до глибокої зміни у способах комунікації та культурної взаємодії).

10. Плюралізм суспільних правил (наявність різноманітних норм та цінностей, що відображаються в поведінці людей та прийнятті рішень, визначається відмовою від уніфікації та стандартизації моральних та етичних норм).

11. Малорухомий стиль життя (зростання кількості людей, які проводять більшу частину свого часу в сидячому положенні перед екранами різноманітних пристроїв, що призводить до зниження рівня фізичної активності та загрози здоров'ю) [125].

Кожний із цих чинників є невіддільною частиною суспільного існування та безпосередньо впливає на людину. Проте нагадаємо, що особистість виступає одночасно й об'єктом, і суб'єктом історичного процесу, тобто може відігравати провідну роль і здійснювати самоконструювання. Відомо, що ІКТ трансформуються під потреби сучасного користувача, стають інтерактивними та безпосередньо взаємодіють з користувачами в реальному часі [107], а отже людина може висувати свої умови для удосконалення власної взаємодії з ІС. Дослідження Johannes N. та ін. показало, що люди, які більше часу проводять в онлайн середовищі та мають високий рівень онлайн вігільності (уваги до

інформації), можуть бути більш схильні до погіршення психічного здоров'я. Це пов'язано з тим, що постійна увага до інформації викликає перевантаження мозку, відвертає від реального світу та призводить до зменшення часу для відновлення енергії [87].

Таким чином, аналіз сутності інформаційного суспільства та закономірностей існування в ньому людини, дозволяє констатувати, що інформаційний вплив зумовлюється низкою об'єктивних факторів, які визначають його певні типові механізми. Втім результати ІВ залежать від багатьох суб'єктивних чинників (властивості особистості та її поведінка), які зумовлюють ступінь вразливості людини як до позитивних, так і негативних впливів інформації. Тому далі розглянемо сутність особистості в аспекті спрямованого на неї інформаційного впливу.

1.2. Особистість як суб'єкт інформаційного впливу

Інформаційний вплив спрямований на особистість, яка може знаходитись в позиції об'єкта чи суб'єкта відповідно до характеру цього впливу. Якщо ІВ має маніпулятивний характер, то має місце примушення до певних оцінок інформації та реакцій на неї, тобто особистість у такому випадку є об'єктом. Якщо ІВ має фактичний характер, то має місце спонукання людини до усвідомлених оцінок інформації та цілеспрямованих дій, тобто особистість у такому випадку є суб'єктом. Подальший теоретичний аналіз сутності феномену особистості будемо здійснювати в ракурсі визначення тих властивостей, які визначають її суб'єктну поведінку в інформаційному просторі.

На думку Максименко С. Д. особистість є цілісною формою існування психіки людини, яка має свій унікальний внутрішній світ та може самостійно розвиватись, визначати свої пріоритети, займатись свідомою діяльністю та контролювати себе. Він також наголошує на тому, що особистість має ключові ознаки (цілісність, унікальність, активність, відкритість, саморозвиток і

саморегуляція) [133]. Інші дослідники зауважують що особистість визначається у взаємодії зі суспільством, культурою та історією. Суспільство впливає на усі аспекти життя людини, забезпечуючи джерело нових знань, звичаїв, традицій та цінностей [147].

Bandura A. розглядає особистість в контексті теорії соціально-когнітивного навчання як активного учасника у процесі власного навчання та розвитку, до того ж цей процес детермінується спостереженням та наслідуванням поведінки інших людей [6]. Allport G. W. у роботі «Pattern and Growth in Personality» описує особистість як складну психологічну реальність, що складається з індивідуальних характеристик та рис, які зумовлені як генетичними, так і соціокультурними впливами. Особистість є динамічним утворенням, яке змінюється з часом і розвивається під впливом зовнішніх та внутрішніх факторів [2].

Kelly G. A. трактує особистість в аспекті когнітивної психології та визначає її як складну систему когнітивних процесів і структур, що обробляють інформацію про світ та саму себе. Тому особистість не тільки впливає на сприйняття інформації та її обробку, але й формує когнітивні структури, які впливають на те, як інформація сприймається та зберігається в пам'яті [47]. Згідно з теорією Rogers C. особистість розуміється як динамічний процес, що містить у собі відображення та оцінку власного досвіду, який залежить від культурного та соціального контексту. Людина має внутрішній потік досвіду, що може бути зрозумілим та прийнятним для неї, або ні. Якщо людина приймає свій досвід та розвивається відповідно до нього, то вона розвивається як особистість [79].

De Cooman R. та Vleugels W. описують теорію взаємодії між людиною та середовищем (англ. Person-Environment Fit Theory), згідно з якою особистість тісно пов'язана з оточенням, в якому вона знаходиться. Ця теорія пояснює, як особистість та її характеристики (цінності, інтереси та здібності) взаємодіють з характеристиками середовища (робоче місце, організаційна

культура та соціальне оточення) щоб зрозуміти, як ці фактори впливають на добробут та задоволеність людей [24] (рис. 1.1.).

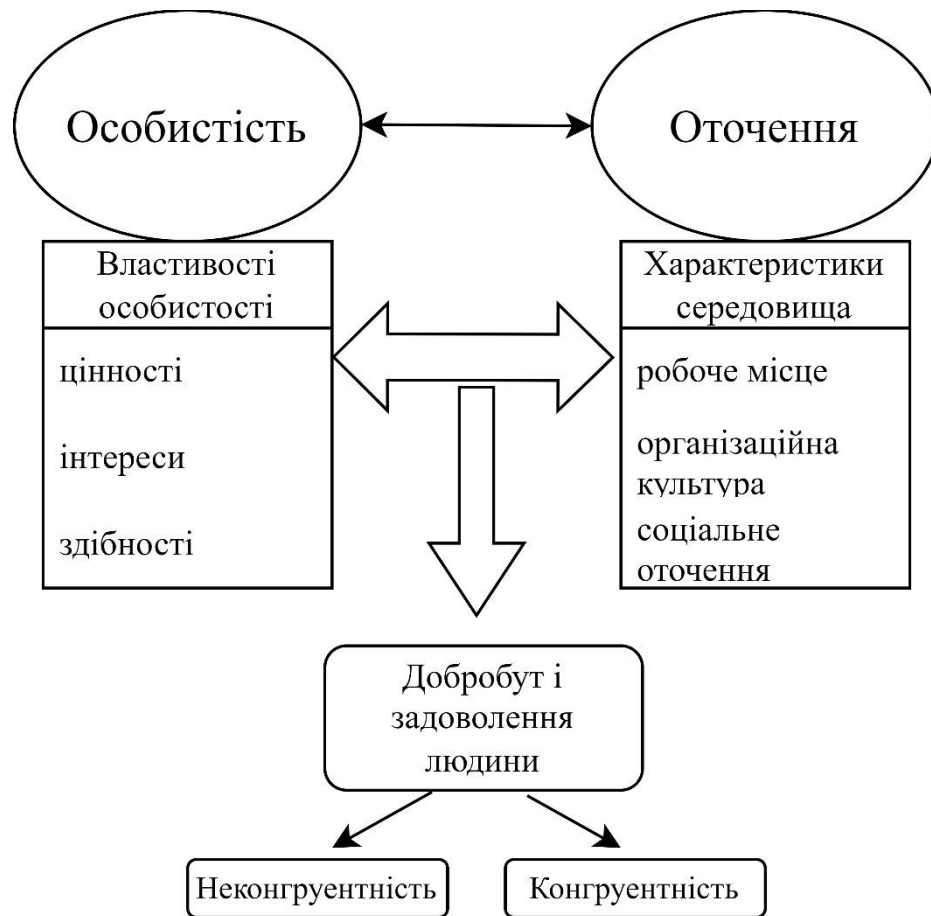


Рисунок 1.1. Теорія взаємодії людини та середовища (De Cooman R. та Vleugels W.)

На думку авторів, існує два типи взаємодії між особистістю та середовищем – конгруентність та неконгруентність. Конгруентність формується, коли характеристики особистості й оточення взаємодіють гармонійно, тобто збігаються із взаємними очікуваннями. Це може призводити до більш ефективної адаптації людини й здатності отримувати задоволення від життя. Наприклад, людина зі схильністю до комунікабельності, що працює в колективі, де цінується комунікативність та взаємодія між працівниками, може відчувати себе комфортно та отримувати визнання своїх якостей. Неконгруентність характеризується недостатньою взаємодією між

індивідуальними особливостями та оточенням, що може призвести до негативних наслідків, таких як стрес, розчарування та погіршення психічного стану. Наприклад, коли людина з вираженими інтровертними рисами працює в шумному та динамічному оточенні, вона може відчувати напругу та дискомфорт [24].

Розглянемо більш детально механізми, що полягають в основі становлення особистості та її адаптаційних можливостей. Відомо, що індивід та соціум є двома полюсами соціальної дійсності, оскільки людина формується в конкретному історичному контексті в процесі практичної діяльності й виховання. Особистість розвивається у зв'язку з внутрішніми суперечностями, що виникають у її житті та зумовлюються її стосунками з оточенням. Лише інтеріоризовані протилежні тенденції стають джерелом активності та вироблення нових способів поведінки. Справжнє управління розвитком особистості вимагає знань, які будуть спрямовані на рух у потрібному суспільству напрямку. В цьому процесі формуються інтенційні та когнітивні особливості індивіда, індивідуальна своєрідність яких відбиває суб'єктивно прийнятні способи сприйняття, інтерпретації та породження інформації [143]

Pervin L. A. та John O. P. вважають, що особистість виступає як фільтр, через який людина досліджує світ. Сприймання складається з когнітивних структур, або схем, які організують обробку інформації про себе. Таким чином, пізнання фільтрує інформацію зверху вниз, при цьому воно керується чотирма основними мотивами: точністю, послідовністю, популярністю (тобто соціальним статусом та схваленням) та позитивністю. Ці наміри впливають на те, яку інформацію особистість сприймає, кодує, відтворює та діє на її основі. Люди намагаються здобувати точну інформацію про себе та світ, намагаються бачити себе послідовно, підтверджуючи свої попередні погляди на себе, незалежно від реальності [71].

В складному соціальному середовищі людині притаманно неефективно сприймати та обробляти всю інформацію, яка постійно оточує її. Rogers C.

описує вплив суспільства на особистість як переважно негативний. Він зазначає, що суспільство змушує людей дотримуватися норм та стандартів, що не завжди відповідають їхнім індивідуальним потребам і бажанням. Це може призводити до конфлікту між внутрішніми та зовнішніми чинниками та до погіршення психічного здоров'я. Розвиток особистості повинен відбуватися з урахуванням її власних потреб і бажань, а не просто відповідно до вимог суспільства [79].

Підтвердження цієї думки знаходимо в аргументації «Моделі селективного вибору медіаконтенту» [49], яка описує, як люди свідомо вибирають контент, щоб зберегти й змінити свої настрої та емоційний стан. Згідно з цією моделлю, люди відшукують такий медіаконтент, який відповідає їхнім потребам і настрою, максимізує їхні позитивні та мінімізує негативні переживання і враження, або допомагає керувати ними. Наприклад, люди можуть обирати новини, які підтверджують їхні погляди та переконання, або вибирати розважальні шоу, щоб зняти стрес і змінити настрої. Модель підкріплюється вже згаданим вище механізмом інформаційної бульбашки, завдяки якій споживачу «вкладається» будь-яка інформація у бажаній для нього формі.

Індивідуальні ставлення до інформації формуються вродженими психологічними способами обробки інформації. Відповідно до теорії перцептивного (когнітивного) стилю, існують люди, які здатні сприймати та обробляти інформацію різними способами, наприклад, «вербальним» (з фокусом на словах) та «візуальним» (з фокусом на зображеннях) [32]. У моделі інтелектуального розвитку Kettell R. декларується важливість як культурного досвіду, так і вроджених задатків для успішного функціонування особистості в різних сферах життя. Автор зазначає наявність двох складових інтелекту: кристалізованого та динамічного. Кристалізований інтелект, пов'язаний з предметними знаннями, досвідом, освітою та компетентністю, залежить переважно від навчання і культурного середовища. Динамічний інтелект

відображає базові здібності до осмислення та обробки інформації, що не залежать від соціокультурних чинників [48].

Проте свідомий тип обробки інформації є вищим і набутим рівнем розвитку особистості, що на думку Шишкіної Х. Ю. визначається свідомим ставленням до соціуму, навколишньої дійсності та інформації як елемента буття сьогодення. Свідомі ставлення включають певні інтереси, зацікавлення у конкретній інформації, надання джерелам інформації пріоритету щодо особистого зростання та відповідності інформаційним потребам. Свідомі ставлення визначаються інформаційними потребами, включаючи суб'єктивні та об'єктивні категорії. Суб'єктивні категорії охоплюють внутрішні особистісні уявлення, пріоритети, уподобання, інтереси та думки. Об'єктивні категорії проявляються у вчинках та фактах поведінки, таких як вибір джерела інформації, контактів з адресатами тощо. Свідомий аналіз проявляється у виборі конкретних джерел інформації в межах засобів (окремих видань, каналів), вибір конкретних повідомлень і актуалізації інформації у свідомості та поведінці. Вибіркове сприйняття конкретного матеріалу також може бути проявом свідомих ставлень до інформації [168].

Відповідальне ставлення до соціальних наслідків власної поведінки Вірна Ж. П. та Кревська О. В. описують як самоефективність – важлива особистісна характеристика, що проявляється також у вірі в здатність досягнення поставлених цілей і подолання труднощів. Цей феномен, на думку авторів, базується на ідеях про позитивну природу людини та моральні ідеали, що є необхідними для ефективного функціонування українського суспільства в сучасному світі. Самоефективність та ефективність діяльності складаються з мети, компетенцій, здібностей та поведінки особистості. Внутрішні та зовнішні мотиваційні чинники допомагають реалізувати феномен самоефективності особистості, який є ключовою складовою в особистісно-поведінкових властивостях та цілісній структурі результативності діяльності й поведінки. Дослідження свідчить про те, що самоефективність, як одна з форм успішного розвитку особистості, відтворюється за рахунок

мотиваційних чинників, що забезпечують реалізацію особистісних та діяльнісних потреб та вимог суспільства [101].

Усі ці описані нами механізми, закономірності й фактори розвитку особистості у системі формують позицію людини стосовно світу загалом та інформації, яку він виробляє зокрема. У зв'язку з цим, внутрішнє та зовнішнє психологічне сприйняття й обробка інформації стає підґрунтям для формування конкретної інформаційно-психологічної позиції особистості, а індивідуальні ставлення можуть бути визначальним чинником у формуванні медіадосвіду та виборі медіаконтенту. Від того, як людина сприймає та аналізує контент, залежить ступінь впливу на особистість (тобто вразливість до ІВ). Попри недоліки, пов'язані з використанням інформаційних технологій, ми не маємо наміру абсолютизувати їх негативний вплив на людину. Технології сприяють поглибленню знань про цінності та норми у спілкуванні, допомагають спробувати себе в різних ролях та приєднуватись до нових спільнот, пропонують нові способи отримання та перероблення інформації [138].

Крім того, використання ІКТ сприяє розвитку правої півкулі головного мозку, яка відповідає за просторово-образне мислення і може сприяти розвитку креативності. Так, Knutson B. та Greer S. M. описали «антиципаційний ефект» (з англ. – «anticipatory affect») щодо наслідків для процесу інформаційного вибору, та виявили, що люди більш схильні приймати ризиковані рішення, коли очікують приємну нагороду. Автори доводять, що вибори базуються на прогнозуванні майбутнього задоволення, а антиципаційний ефект призводить до активації міжпівкулля, нейромодуляторної системи та системи винагороди [51].

Процес інформаційної переробки пов'язаний з активністю передньої кори мозку (cingularis anterior) [31], яка безпосередньо відповідає за прийняття рішень, увагу, регуляцію емоцій, реакцій на стресові ситуації, формування пам'яті та взаємодії з навколишнім середовищем. Виявлення активності передньої кори мозку під час процесу прийняття рішень є доказом того, що

цей процес не є результатом випадкового вибору або чистої інтуїції. Натомість це може бути розглянуто як показник того, що рішення приймаються за допомогою обчислювальних процесів, які відбуваються у специфічних ділянках мозку. Взагалі, передня кора відіграє ключову роль у виконанні складних когнітивних завдань та регулюванні поведінки людини.

Дослідники Petty R. E., Cacioppo J. T. описують два шляхи, якими люди обробляють інформацію: «поверхнева обробка» (за допомогою периферійних ознак, таких як емоційні звернення) та «глибинна обробка» (за допомогою цілеспрямованого розуміння аргументів та доказів). Згідно з цією моделлю, люди, які обробляють інформацію поверхово, звертають увагу на ознаки, які не пов'язані з самою інформацією: емоції, авторитет чи привабливість оратора. При цьому люди зазвичай не зосереджуються на деталях аргументів, їх легко можна переконати. З іншого боку, люди, які аналізують інформацію глибинно, зосереджуються на фактах, що використовуються в повідомленні, критично ставляться до інформації та аналізують її, перш ніж зробити висновок, тож таких людей складніше переконати або вплинути на них [72].

Під час «поверхневої обробки» інформації людина частіше може натрапити на когнітивні викривлення – помилкові уявлення та переконання, які виникають в результаті обмежень та особливостей її когнітивної системи. Ці викривлення можуть виникати як в процесі сприйняття, так і в процесі інтерпретації інформації, що вже збережена в пам'яті [22]. Когнітивні викривлення є феноменом, що має потенційний вплив на процеси прийняття рішень та поведінку індивіда. Тому, проаналізуємо природу та механізми їх виникнення.

Англійський філософ і науковець XVII століття Bacon F., вважав, що людина має схильність до прийняття помилкових уявлень про світ навколо себе. Він ввів термін «ідоли», щоб описати різні види помилкових уявлень, які перешкоджають об'єктивному пізнанню світу. Ідоли можуть бути створені розумом людини, а також виникати в результаті впливу соціального та культурного середовища. Філософ виділив 4 типи ідолів: 1) ідоли ринку

(пов'язані з недостатньо точними та нечіткими мовними конструкціями); 2) ідоли печери (пов'язані з індивідуальними особливостями сприйняття); 3) ідоли театру (пов'язані з недостатнім дослідженням філософських теорій та концепцій); 4) ідоли племені (пов'язані з соціальним впливом через культурні стереотипи та загально визнані погляди) [5].

Люди можуть навіть не помічати, як ці викривлення присутні в їхньому повсякденному житті. Наприклад, проявом когнітивного викривлення є «Ефект Земмельвейса», який виникає у зв'язку з обмеженою доступністю та нерівномірністю інформації, а також через вплив на процес сприйняття стереотипів та попередніх переконань. Цей ефект проявляється у тенденції до відкидання нових наукових фактів та прийняття лише тих, які підтверджують переконання, що вже існують у людини. Така поведінка може призводити до поширення помилкових ідей та відмови від науково обґрунтованих підходів. Baron J. зазначає, що «Ефект Земмельвейса» може бути наслідком декількох когнітивних механізмів, а саме: принцип прихильності, послідовності та соціального доказу [7]. Крім того, він підкреслює, що спосіб подачі інформації та її відбір можуть вплинути на сприйняття нових ідей та фактів. Такого типу когнітивні викривлення виступають підґрунтям для створення різних механізмів маніпулятивного психологічного впливу. Якщо знати, які переконання домінують у суспільстві, в певному віковому /соціальному /професійному прошарку, то маніпулятор може створити контекст, під час поширення якого відбувається введення споживача в оману та донесення дезінформації, підміна понять, ігнорування або замовчування необхідних фактів, важливих подій та аргументів [160].

Процес прийняття рішень ускладнюється через наявність когнітивних викривлень, які можуть виникати через швидкі інтуїтивні процеси мислення. Виявлення та корекція викривлень можливі за допомогою «дебіасингу» (від англ. «cognitive debiasing») – методу усунення упереджень, який полягає у використанні різноманітних стратегій та методів їх усвідомлення й уникнення. Стратегія «дебіасингу» [22] складається з декількох етапів.

1. Розпізнавання упереджень, що можуть впливати на прийняття рішень. Це може бути досягнуто шляхом самостійної рефлексії, обговорення з іншими людьми або використання спеціальних інструментів (чек-листи, тощо).

2. Аналіз упереджень, що були виявлені. Досліджуються причини виникнення упереджень, а також їхні наслідки.

3. Розуміння принципів, які полягають в основі упереджень. Наприклад, упередження можуть бути пов'язані зі сприйняттям ризику, допущенням помилок або прихильністю до власних думок.

4. Дебіасинг (або зменшення впливу) упереджень на процес прийняття рішень. Це може бути досягнуто шляхом використання різних стратегій: переформулювання питання, зменшення впливу афективних чинників або врахування додаткових джерел інформації.

5. Оцінка результатів дебіасингу. Визначення та оцінка того, наскільки ефективно було зменшено вплив упереджень, і наскільки добре це відобразилося на процесі прийняття рішень.

Найбільш відомим дослідником в галузі когнітивних викривлень є Kahneman D., який у роботі «Thinking, Fast and Slow», досліджуючи вплив типу мислення на сприйняття інформації, розкриває два типи мислення – «швидке» (Система 1) та «повільне» (Система 2). На думку автора, Система 1 дозволяє людині легко та швидко сприймати інформацію, особливо ту, що стосується емоційних аспектів, але часто призводить до стереотипних уявлень та помилкових суджень. На противагу цьому, Система 2 дозволяє людині більш глибоко та зосереджено обробляти інформацію, аналізувати факти та докази, а також враховувати різні точки зору. Це допомагає зробити більш обґрунтовані висновки та прийняти правильні усвідомлені рішення [46].

Рішення долучитись до споживання певної інформації (читання, обговорення, розповсюдження) часто зумовлено глибоко вкоріненими емоціями, які важко виявити [28]. Індивідуальна схильність до певного медіаконтенту може бути пояснена за допомогою «Моделі диференційованої

сприйнятливості до медіаефектів» [91]. Модель визначає два ключові фактори: стан індивіда та характеристики вмісту медіа. Певні індивіди, можуть бути більш вразливими до впливу медіа через їхні вікові особливості (наприклад, діти та люди похилого віку). Крім того, певні характеристики контенту зокрема страх або насильство, більш ефективні у впливі на людей з низькою резильєнтністю. Таким чином, реакції людей на медіаконтент можуть відрізнятися відповідно до їхніх індивідуальних рис, з одного боку, та типу донесення інформації, з іншого [66].

Зміст інформації може швидше вкорінюватись у свідомість людини, коли текст є «вірусним» тобто, містить високий рівень емоційності. На відміну від стандартних інформаційних повідомлень які наповнені фактичним змістом, медіавіруси не дають готових відповідей на питання, а навпаки порушують нові питання [80]. Вірусні повідомлення масово розповсюджуються «лідерами думок» (особами, які мають деяке значення у суспільстві) та підтримуються іншими менш значущими персонажами в соціальних мережах. В таких повідомленнях не міститься заклику до їх поширення, у людини автоматично виникає бажання поділитися цією інформацією (інтернет-мем, сенсаційна новина). Медіавірус проковує до зміни власної думки та поведінки, ускладнює систему поглядів яка була до отримання вірусної інформації.

Головна умова успішного (свідомого) сприймання інформації – це її структурування, яке супроводжується роботою відповідних нейронів у нейронній мережі [103]. Таку форму зберігання інформації Neisser U. називає «рамкою», яка є основою когнітивної схеми та допомагає зберігати інформацію. Коли людина сприймає інформацію, остання стає вхідним сигналом до нервової системи, яка формує інші когнітивні структури. Ці структури можуть бути збагачені новими образами тільки в разі, якщо окремі складові інформації були інтегровані у попередній досвід. Когнітивні схеми збагачують нові образи тільки тоді, коли окремі складові інформації були включені до попереднього досвіду. Кожна рамка має свої характеристики

(зміст, тон, контекст та призначення). Ці характеристики впливають на спосіб, який людина використовує для класифікації інформації у своїй когнітивній системі. Наприклад, якщо розміщувати інформацію про якусь проблему в рамці, яка підкреслює трагічні наслідки, то це може викликати більшу емоційну реакцію у людей, ніж якщо цю саму інформацію представити в рамці, що акцентує на можливості її вирішення [69]. Розуміння цих процесів може, з одного боку, допомагати маніпуляторам створювати вірусний контент, а, з іншого боку, для науковця та пересічного громадянина може стати інструментом для протидії цьому впливу.

Здатність до свідомого розуміння та контролю власних когнітивних процесів називають метакогнітивною компетентністю [82], яка містить в собі здатність моніторити власні процеси сприйняття, мислення та навчання, а також це охоплює здатність оцінювати свій рівень знань та навичок, контролювати свою увагу, планувати власні дії та керувати своїми стратегіями вивчення і розв'язання проблем. Дослідники поділяють метакогнітивну компетентність на метакогнітивні знання та метакогнітивну активність. Так, Flavell J. H. визначає метакогнітивні знання як такі, що людина має про свій власний процес мислення та здатність до саморегуляції своєї пізнавальної діяльності. Зокрема, вони охоплюють інформацію про те, які методи та техніки можуть бути застосовані для вирішення конкретних завдань, а також для здійснення ефективного контролю власного пізнавального процесу. Метакогнітивна активність розуміється як здатність людини до контролю та регулювання своєї когнітивної діяльності з метою досягнення кращих результатів та охоплює планування, контроль, моніторинг і регулювання пізнавальних процесів (увага, сприйняття, запам'ятовування та мислення). Метакогнітивна активність дозволяє людині бути самодетермінованою у своїй пізнавальній діяльності, сформувані ефективний індивідуальний когнітивний стиль, що є важливим для навчання, розвитку та успішного функціонування у різних сферах життя [34].

Когнітивні стилі можуть впливати на те, як люди опрацьовують інформацію. Згідно з Witkin H. A. та ін., когнітивний стиль – це стійкий та індивідуальний спосіб функціонування когнітивної системи в різних галузях пізнання, що передбачає певний тип інформаційної обробки та виявляється в унікальній системі стратегій вирішення завдань. Когнітивний стиль супроводжується відповідними рівнями когнітивної ефективності та преференцій. Це означає, що кожна людина має свій унікальний спосіб сприймання, обробки та використання інформації, який впливає на її спосіб розв'язання проблем та завдань [74].

Riding R. та Rayner S. виокремлюють 4 типи когнітивних стилів.

1. Залежність / незалежність від поля описує, як людина сприймає інформацію: чи концентрується вона на деталях або на контексті. Люди зі стилем залежності від поля зазвичай більше уваги приділяють деталям і залежать від контексту для розуміння інформації. Люди з незалежним стилем, навпаки, більше уваги приділяють контексту і менше залежать від деталей.

2. Імпульсивність / рефлексивність описує, як людина обробляє інформацію: чи діє вона спонтанно та імпульсивно, чи розмірковує і ретельно аналізує. Люди з імпульсивним стилем зазвичай швидко діють і не багато думають перед тим, як щось зробити. Люди з рефлексивним стилем, ретельно розмірковують і аналізують інформацію перед тим, як діяти.

3. Адаптивність / новаторство описує, як людина взаємодіє з інформацією: як швидко вона адаптується до нової інформації і як вона створює нові ідеї. Люди з адаптивним стилем зазвичай швидко пристосовуються до нової інформації та не люблять ризикувати, створюючи нові ідеї. Люди з новаторським стилем, створюють нові ідеї та не бояться ризикувати.

4. Абстрактність / конкретність мислення описує, як людина розуміє інформацію: як вона працює з абстрактним або конкретним змістом. Люди з абстрактним стилем зазвичай люблять аналізувати ідеї та концепції, вони більше зацікавлені у теорії, концепціях і гіпотезах. Люди з конкретним стилем,

більше зацікавлені в конкретних фактах та інформації, яка є повсякденною та реальною, вони легше працюють з фактами, а не з абстрактними поняттями [76].

Зазначимо, що індивідуальний когнітивний стиль людини, і зокрема щодо відображення інформації, виявляється у своєрідному особистісному профілі, в якому кожний із зазначених типів представлений на певному рівні – від домінантного до найменш прийнятного. Саме ступінь різноманітності застосування способу обробки інформації визначає рівень пластичності стилю, і тим самим, забезпечує критичність в оцінці інформаційного повідомлення та ефективність інформаційної поведінки.

Чинником розвинутого критичного мислення є здатність до усвідомленого міркування, і дослідники в галузі медіаосвіти вже майже одноголосно наполягають на необхідності розвитку цієї властивості особистості. Критичне мислення визначається як певний тип когнітивної діяльності, який охоплює розробку стратегій прийняття рішень для вирішення проблемних ситуацій, до того ж такі стратегічні дії базуються на опрацюванні та здобутті інформації. Критичне мислення передбачає виважений аналіз різноманітних думок та поглядів, з метою виявлення власної позиції та об'єктивної оцінки результатів власної діяльності [122; 159]. Так, Гарматій О. вважає, що критичне мислення стало ключовою компетенцією для медіаграмотності, оскільки воно передбачає, що людина може самостійно оцінювати явища дійсності, думки та твердження, здатна бачити як позитивні, так і негативні аспекти, прагне до знаходження кращих і оптимальних рішень у розв'язанні проблем [104].

Тож ефективна інформаційна поведінка особистості є результатом впливу соціально-психологічних умов сучасного інформаційного суспільства, причому протидія маніпулятивним інформаційним впливам і уникнення їхніх деструктивних наслідків визначається раціональним аналізом та адекватною афективною інтерпретацією інформаційного повідомлення. Тому, можемо стверджувати, що умови буття людини в ІС детермінують вимоги щодо

сформованості певних особистісних якостей, які формують суб'єктну позицію людини в ІС та забезпечуються психологічними механізмами інформаційного впливу.

1.3. Психологічні механізми інформаційного впливу

Оскільки вивчення феноменології інформаційного впливу проводиться в різних галузях науки, тому тлумачення цього терміну може дещо відрізнятись. Вважаємо, що у першу чергу необхідно визначитись в дефініціях та надати деталізоване обґрунтування об'єкта нашого дослідження (табл. 1.2.) [124].

Вперше тлумачення ІВ запропонували соціальні психологи Deutsch M. та Gerard H. B. у 1955 році. Вони досліджували соціальний вплив, який поділили на нормативний та інформаційний. Нормативний вплив – це потреба індивіда бути соціально прийнятним, а інформаційний вплив – необхідність збереження позитивного образу себе [25]. Вчені стверджують, що через особливості ІВ людина схильна змінювати власну індивідуальну позицію відповідно до групової, коли група надає іншу інформацію. Індивід підпорядковується, тому що у нього є бажання виправдовувати себе, і шукати інших, які можуть мати більше інформації. Внаслідок механізмів інтеріоризації така зовнішньо трансльована інформація трансформується у соціально заохочені внутрішні переконання й установки [126].

Таблиця 1.2.

Порівняльна таблиця визначень поняття «інформаційний вплив»

Автор, рік	Галузь знань	Визначення поняття «інформаційний вплив»
Deutsch M., Gerard H.B. (1955) [25]	Соціологія	Вплив, спрямований на прийняття інформації, що надходить від іншої особи, яка вважається довіреною та володіє об'єктивними знаннями про дійсність.

Продовження таблиці 1.2.

Автор, рік	Галузь знань	Визначення поняття «інформаційний вплив»
Коваль О. «Короткий словник-довідник з психології» (2013) [119]	Психологія	Конформізм, що виникає внаслідок прийняття думок інших людей про реальність.
Старіш О. Г. «Філософія інформації» (2004) [152]	Філософія	Вплив інформації на людину, суспільство або цивілізацію, що може змінювати свідомість, поведінку, взаємодію та інші аспекти життєдіяльності.
«Історія інформаційно-психологічного протиборства» підручник за заг. ред. Є. Д. Скулиша (2012) [117]	Кібербезпека	Організоване <i>цілеспрямоване</i> застосування спеціальних інформаційних засобів і технологій для внесення <i>деструктивних</i> змін у свідомість особистості, соціальних груп чи населення (корекція поведінки), в інформаційно-технічну інфраструктуру об'єкта впливу та / чи фізичний стан людини.

З цієї точки зору, ІВ виступає закономірною частиною соціальної взаємодії, коли суб'єктом ІВ є будь-яка референтна особа у групі. Проте, в межах теорії інформаційної безпеки ІВ може бути потрактований і як небезпечне цілеспрямоване явище, що створюється з метою зміни свідомості [117; 145]. Через таку розгалуженість у визначеннях, ми вважаємо за необхідне виокремити робоче формулювання. Враховуючи, що вплив – це дія, яку певна особа/предмет/явище виявляє стосовно іншої особи/предмета [119], то в нашому дослідженні ми будемо розуміти *інформаційний вплив як дію, що спрямована на стан, думки, емоції та поведінку іншої людини за допомогою інформації*.

ІВ виявляється як соціальне явище, яке впливає на поведінку людини. Так, згідно з теорією Cialdini R. B., зміна поведінки людини внаслідок соціального впливу відбувається через копіювання дій інших осіб. Як зазначає автор, хоча люди у своїй поведінці керуються свідомими когнітивними

механізмами, вони дуже схильні до впливу та віддають перевагу інтуїції, не завжди проаналізувавши всі деталі ситуації. Дослідник виокремив шість принципів соціального впливу, ідентифікувавши основні «пускові механізми», які приводять до зміни поведінки людини [164].

1. Принцип послідовності (люди стають більш послідовними у виконанні зобов'язань, якщо вони публічно заявляють про ці зобов'язання).
2. Принцип взаємного обміну (люди більш схильні повертати борги та відповідати позитивними вчинками на подібні вчинки).
3. Принцип соціального доказу (люди мають тенденцію наслідувати поведінку інших людей, яку вони спостерігають).
4. Правило прихильності (ефективність впливу особи на інших людей залежить від ступеня їхньої симпатії до неї).
5. Принцип впливу авторитету (тенденція піддаватися впливові людей, які мають перевагу в будь-якому аспекті).
6. Принцип дефіциту (люди хочуть того, що ймовірно не зможуть отримати в майбутньому) [164].

Тож, послуговуючись цими механізмами, соціальне оточення (зокрема, через медіа) має реальну можливість радикально впливати на поведінку людей, їхні уявлення про життя та світ загалом, кардинально змінювати їхні оцінки та вподобання [160].

Прикладом такої докорінної зміни уявлень про світ може бути дослідження Landrum A. R., Olshansky A., Richards O., які описали феномен диференційованої сприйнятливості до оманливих аргументів про пласку Землю. Було встановлено, що люди які мають вищі рівні наукової грамотності та критичного мислення, менш схильні вірити в неправдиві твердження про Землю на пласкій формі, які розповсюджуються в YouTube. Відповідно, люди з низьким рівнем наукової грамотності та критичного мислення можуть бути більш схильні до віри в такі твердження. Дослідники також виявили, що вік та стать не мають значущого впливу на схильність до віри в неправдиві твердження. Головним фактором, який стимулює звертатись до думки

більшості та приймати її за власну, є невизначеність щодо правильності власних думок [58; 59]. Підтвердження цієї думки знаходимо у дослідженнях, які демонструють особливості вибору товарів. Споживачі частіше враховують думки інших, коли їхній власний досвід є неоднозначним, залишаючи невизначеність щодо правильного висновку, який вони повинні зробити [99].

Відповідно до мети розповсюдження ІВ може бути різних типів: негативний, позитивний або нейтральний. Негативний ІВ охоплює дезінформацію, маніпулювання, пропаганду, що можуть зашкодити особистості та суспільству. Позитивний ІВ сприяє розвитку людей, підвищенню рівня їхніх знань та навичок, розширенню світогляду та покращенню якості життя. Нейтральний ІВ передає об'єктивну інформацію без усвідомленої мети вплинути на думку та поведінку людей. Окрім того, ІВ може оцінюватись як позитивний чи негативний, залежно від того, як людина сприймає і реагує на отриману інформацію. Негативний вплив інформації на особистість було зафіксовано в умовах російсько-української війни дослідниками Інституту соціальної та політичної психології НАПН України. Існує припущення, що тривалий та інтенсивний вплив різноспрямованої емоційно значущої інформації на психіку людини може призвести до виникнення інформаційної травми, яка супроводжується раптовим зниженням рівня критичності мислення та сприйняття інформації [155].

В серії досліджень [57] було встановлено, що інтерпретація інформації залежить, з одного боку, від цінностей, переконань та світогляду людини, а з іншого – від тих медіа-прийомів, які були використані. Загалом, наукова грамотність як поєднання аналітичного мислення, кількісних міркувань та знання наукових фактів позитивно корелює з рівнем освіти та стилями мислення [45]. Проте очевидно, що цього недостатньо для того, щоб помітити та протистояти такому ІВ, як, наприклад, пропаганда. Люди упереджено ставляться до того, як вони шукають, сприймають, оцінюють і включають нову інформацію у свої наявні знання, часто надають перевагу і пріоритет інформації, яка відповідає їхнім попереднім поглядам і цінностям [1].

В процесі пошуку, сприйняття, оцінки та інтеграції нової інформації люди можуть мати певні упередження, що підкреслює необхідність більш глибокого розуміння психологічних процесів сприйняття інформації. Психічне відображення охоплює процеси сприйняття, подальшу обробку, інтерпретацію та збереження інформації в пам'яті. Цей процес може відбуватися як на несвідомому, так і на свідомому рівнях, а ключовими складовими відображення є ідеальні образи та механізми сприймання. Останнє функціонує на рівні чуттєвого пізнання, передбачає активну увагу до подразника та вибірковість в обробці інформації. Людина творчо переробляє сприйняту інформацію, а сам процес сприйняття обумовлений метою, завданнями, досвідом особистості. Сприймання може бути пасивним або активним і охоплює не лише реєстрацію стимулів, але і їх аналіз, інтерпретацію та інтеграцію з уже наявними знаннями та досвідом особистості [161, 132].

Важливим індикатором сприйняття зовнішнього світу є почуття та емоції, що реалізують сигнальну та регулювальну функції [62]. Через вияв почуттів формується ставлення особистості до праці, подій, інших людей та до самої себе. Емоційний досвід тісно пов'язаний з діяльністю людини: виконання різних завдань викликає різні емоційні стани, залежно від особистого ставлення до діяльності та її результатів. З іншого боку, емоції та почуття впливають на стимулювання людини до дії, наснажують її та стають внутрішніми мотивами [132]. Почуття можна описати як узагальнені переживання ставлення до людських потреб, що викликають позитивні або негативні емоції. Їхня інтенсивність залежить від індивідуальних особливостей особистості, її стану і ставлення до ситуації та об'єктів, що викликають переживання. Характерною особливістю емоцій і почуттів є їх повна взаємодія з особистістю.

У дослідженнях емоційних реакцій людини на вплив мас-медіа виявлено, що цей вплив може збільшувати рівень тривожності особистості [123]. Викликати емоції – майже головна мета медіаторців. За результатами

досліджень Raney A., вплив змісту інформаційного повідомлення на емоційні реакції відбувається через залучення в контент персонажів, яких спостерігач може любити або ненавидіти, а також через висвітлення історій в емоційно забарвленому ракурсі («приголомшливі новини», «сенсаційні події»), картинок або відео, що відповідають певним стереотипам чи очікуванням [75]. Тобто індивідуальні диспозиції здатні викликати різні емоції в різних людей, і такий підхід дозволяє збільшити імпакт інформації на цільову аудиторію та залучити її увагу до конкретних тем чи подій [9]. Механізм полягає в тому що емоції не є передбачуваними реакціями на зовнішні подразники, вони є конструкцією мозку, який обробляє інформацію про зовнішній світ та внутрішні стани тіла, і створює з цієї інформації емоції [8].

Вважаємо, що заслуговує на увагу соціосеміотичний підхід до пояснення механізмів ІВ на особистість Kress G. A. Автор декларує мультимодальний характер комунікації як системи знаків та символів, що мають соціальну природу та побудовані на основі соціальних норм і цінностей. Оскільки мультимодальна комунікація охоплює різноманітні медіа (текст, зображення, звук, відео тощо), дослідник висуває гіпотезу, що інформація, подана у різних медійних формах та технологіях, має більш значущий вплив на сприйняття людиною. Наприклад, використання зображень і відео сприяє значному емоційному сприйняттю інформації, тоді як текстова форма має більший потенціал для аналітичного мислення та розумового осмислення інформації [55].

Механізми збереження та відтворення інформації можуть відрізнитись залежно від переважної форми пам'яті (експліцитна та імпліцитна) в момент відображення інформації. Експліцитна форма пам'яті є свідомою і дозволяє автоматично згадувати та відтворювати інформацію, що була збережена людиною. Цю форму пам'яті можна розділити на семантичну (знання фактів та концептів) та епізодичну (пам'ять про події, які відбулися в певний момент часу). Імпліцитна форма пам'яті є несвідомою, яка не потребує цілеспрямованого зусилля для збереження та відтворення інформації, вона

розподіляється на процедурну (уміння та навички) та не асоціативну (відповідь на подразник) [10, 40]. Ці дві форми пам'яті взаємодіють та доповнюють одна одну, забезпечуючи відтворення та збереження інформації у свідомості.

Модель обробки інформації, представлена на рисунку 1.1. (адаптовано з [97]), передбачає сприйняття стимулів або подій за допомогою сенсорної системи, після чого інформація отримує значущу інтерпретацію на основі пам'яті про минулий досвід. Залежно від характеру сприйнятої інформації, застосовуються способи її фільтрації, перероблення, тимчасового збереження в імпліцитній пам'яті, причому у таких випадках може бути використана інформація, що не була актуально сприйнята, але була згенерована внутрішньо. Імпліцитна пам'ять має обмежений обсяг та вимагає уваги, але вона тісно пов'язана з експліцитною пам'яттю великої місткості, яка зберігає величезні обсяги інформації про світ, включаючи факти та процедури. Дії, як правило, викликають зворотний зв'язок, який потім сприймається для завершення замкненого циклу.

Дослідники Wickens C. D., Carswell C. M. описують три різні підходи до обробки інформації: класичний, модель замкненого циклу та екологічний. Основні відмінності між цими підходами полягають у різних аспектах сприймання інформації та взаємодії між людиною (оператором) та навколишнім середовищем. Класичний підхід фокусується на внутрішніх ментальних процесах, модель замкненого циклу підкреслює взаємодію між оператором та середовищем, а екологічний підхід враховує обмеження та можливості середовища [97].

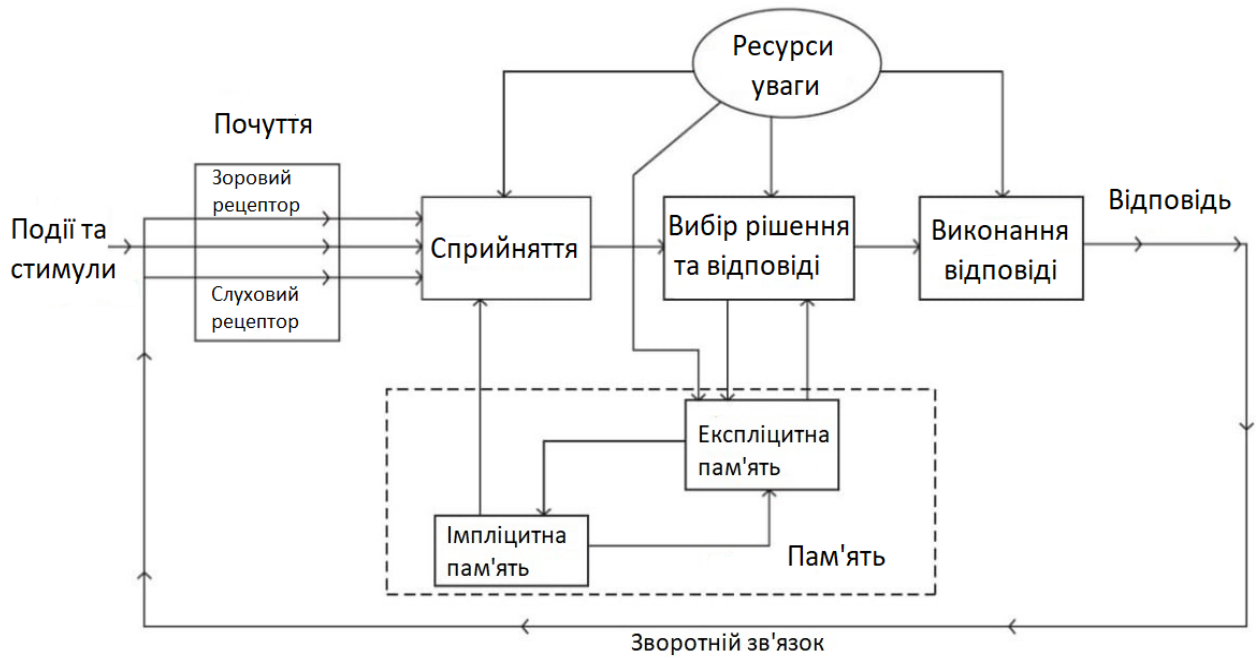


Рисунок 1.2. Модель обробки інформації людиною (адаптовано з Wickens C. D., Carswell C. M.).

На рисунку 1.2. зображено узагальнену модель яка поєднує в собі усі три підходи. Отже, різні підходи залежать від того, який аспект обробки інформації більше акцентується, та яким чином людина взаємодіє з навколишнім середовищем.

Дослідники в галузі ІС зазначають, що людина все частіше звертається до імпліцитної пам'яті, оскільки технології інтернет-сховищ стають засобом пам'яті для людей. Доступ до електронних сховищ та активний пошук інформації в Інтернеті призводить до помилкових суджень про себе: люди помиляються при оцінюванні легкості виконання завдань у майбутньому, оскільки переоцінюють власні передбачувані здібності пам'яті та розуму [33]. Проте існують дослідження, які демонструють що свідоме вдосконалення когнітивних функцій надає людям впевненість для захисту свого ставлення та сприяє більш усвідомленій інформаційній поведінці [92].

Підхід до обробки інформації, який використовує людина, відображає її пізнавальну своєрідність та індивідуальні особливості сприйняття,

інтерпретації та створення інформації. Проте, необхідно враховувати, що людина опосередковано є вразливою до різних впливів, особливо коли стикається з інформацією, що може викликати емоційну реакцію. Розуміння вразливості як людської якості є важливим аспектом для прийняття раціональних та обґрунтованих рішень щодо дій в медіапросторі. Вразливість – це стан людини, який означає наявність підвищеної чутливості та реактивності щодо певних подразників середовища. Автором поняття вразливості у психології є американський психолог Lerner M. J.. Він також запропонував поняття «ілюзія контролю» – віру в те, що людина має контроль над своїм життям та подіями, які трапляються з нею. Недостатність ілюзії контролю може призвести до зменшення самооцінки та збільшення вразливості людини [60].

Отже, ІС виступає як система таких соціально-психологічних умов, що висувають до людини певні вимоги щодо ефективності її інформаційної поведінки як комплексу психологічних та соціальних дій та реакцій, що впливають на взаємодію людей з інформацією, її створення, пошук, отримання, оцінку, використання та поширення [98, 113]. У психологічному сенсі інформаційна поведінка розуміється як здатність індивіда споживати інформацію, формувати до неї адекватне емоційне ставлення, реалізовувати її раціональний аналіз, і на підставі цього приймати усвідомлені рішення, забезпечувати ефективне досягнення цілей діяльності, встановлювати взаємини з іншими людьми. Якість та ефективність інформаційної поведінки можливо оцінити відповідно до тих дій, які людина здійснює, використовуючи джерела інформації, а також на підставі актуальних і перспективних наслідків ІВ на людину, її життя й оточення.

Тож, базуючись на теоретичному аналізі, ми виокремлюємо такі психологічні механізми інформаційного впливу на особистість дорослої людини (рис.1.3), що пояснюють: 1) процес відображення інформації; 2) соціальну зумовленість інформаційної поведінки (на основі факторів

інформаційного суспільства); 3) особистісну зумовленість інформаційної поведінки (на основі суб'єктивних чинників).



Рисунок 1.3. Психологічні механізми інформаційного впливу на особистість дорослої людини

I. Психологічні механізми відображення інформації.

1. *Емоційна залученість.* Сприйняття, переробка, інтерпретація та використання інформації відбивається через високу емоційну чутливість та реактивність особистості до певних аспектів цієї інформації: джерело та спосіб подання. Якщо інформація викликає сильні емоції, то вона має більший вплив

на особистість, ніж об'єктивні факти. Тому в людини виникає бажання діяти, змінювати свої думки і переконання.

2. *Когнітивна процесуальність.* Відображення нової інформації залежить від існуючих знань, досвіду і когнітивних структур особистості та забезпечується когнітивними процесами, характер функціонування яких, з одного боку, впливає на спосіб обробки інформації, з іншого – визначається тим, наскільки інформаційний вплив викликав емоційну залученість особистості:

- якщо інформація емоційно забарвлена, то когнітивна обробка має реактивний характер (тобто забезпечує безпосередньо відображення інформації), а інтерпретація змісту інформації здійснюється через емоційні ставлення особистості;

- якщо інформація наповнена фактичним змістом, то когнітивна обробка має цілеспрямований характер (тобто забезпечує пошук інформації), а інтерпретація змісту інформації здійснюється через свідомий критичний аналіз.

II. Психологічні механізми соціальної зумовленості інформаційної поведінки.

3. *Соціальне порівняння.* Дорослі люди мають тенденцію порівнювати себе з іншими, особливо з тими, з ким вони ідентифікуються. Тому сприймання інформації та ухвалення рішення щодо неї (прийняти чи відхилити) відбувається на основі критерію особистісної ідентифікації з певними персоналіями: людина порівнює себе з іншими людьми, яких вона вважає важливими або схожими на себе. Якщо інформація відповідає чи підтверджує особисті атрибути та ідеали цих персоналій, то вона має більшу ймовірність бути прийнятою. Натомість коли інформація не відповідає чи суперечить особистим атрибутам та ідеалам, це може призвести до її відхилення.

4. *Соціальне прийняття.* Особистість завжди є членом певної соціальної групи і керується власною системою норм і цінностей, які є

внутрішньою (інтеріоризованою) версією групових. Тому сприймання інформації та ухвалення рішення щодо неї (прийняти чи відхилити) відбувається на основі критерію групової ідентифікації. Якщо інформація відповідає груповим критеріям, то вона, ймовірно, буде прийнята, якщо вона протирічить критеріям групи, то, ймовірно, вона буде відхилена. Цей механізм пояснює формування думок, переконань та поведінки дорослої особи під впливом соціальних груп, які вона сприймає як референтні.

5. *Соціальна авторитетність.* Доросла людина для аналізу та інтерпретації інформації використовує критерій достовірності, який ґрунтується на суб'єктивній оцінці авторитетності джерела інформації (експертність, знання та досвід у певній галузі). Тому оцінки, думки, які містяться в інформації авторитетного джерела, вважаються безумовно достовірними, правильними, переконливими. Тобто довіра до джерела розповсюджується на інформацію, яка походить від нього.

III. Психологічні механізми особистісної зумовленості інформаційної поведінки.

6. *Диспозиційна вибірковість.* Люди, здійснюючи пошук інформації, зосереджуються на тих джерелах, даних або аргументах, які відповідають їхнім диспозиціям (соціальним установкам щодо готовності до певного сприйняття умов діяльності та до певної поведінки за цих умов [155]). Тому сприймання інформації та ухвалення рішення щодо неї (прийняти чи відхилити) відбувається на основі критерію диспозиційної вибірковості: людина уникає або ігнорує інформацію, яка суперечить її думкам, переконанням та очікуванням, і натомість активно зосереджує увагу на інформацію, яка її думки, переконання та очікування підтверджує.

7. *Диспозиційні викривлення.* Диспозиції особистості – штампи свідомості, які втілюють уявлення про соціальні явища (соціальні групи та про їхніх типових представників) відображаючи суб'єктивно приписані цим явищам певні дескриптивні (реальні), ціннісні та прескриптивні (нормативні) значення. Тому особистісні диспозиції виступають критеріями оцінки та

інтерпретації інформації про ці явища: значення, які на думку людини, є атрибутами груп чи людей, розповсюджуються на інформацію про них. Однак знання про ті чи ті явища можуть бути ірраціональними, спрощеними та поверховими через домінування емоційної залученості, що призводить до викривлень при інтерпретації інформації шляхом ігнорування або спотворення фактів об'єктивної реальності, які не узгоджуються з власними диспозиціями.

Задля здійснення ефективної інформаційної поведінки необхідний певний рівень готовності індивіда до взаємодії з медіапростором. І, відповідно, постає питання про необхідність сформованості таких особистісних якостей, що відповідають вимогам сучасного ІС. У таблиці 1.3. представлені визначення понять, які на наш погляд відображають такі властивості особистості.

Компетентність визначається як інтегральна актуальна здатність, що залежить від кількісно-якісних показників діяльності, таких як успішність оволодіння новими способами та прийомами, а також продуктивність та ефективність використання наявного досвіду. Компетентність має два аспекти: система когнітивних і діяльнісних уявлень (знання, уміння та навички) і здатність інтерпретувати поставлені завдання, засновану на узагальненні та генералізації внутрішнього змісту і специфічних характеристик цих завдань [165]. Інформаційна компетентність розуміється як загальна здатність до ефективної взаємодії з інформацією та має декілька показників. Мотиваційний аспект відображає потреби особистості у самовираженні та вирішенні завдань, когнітивний – рівень сприйняття, мислення та спілкування, проектно-поведінковий – сформованість навичок планування та прагнення до досягнення успіху, емоційно-вольовий – наявність емоцій та почуттів в роботі за обраним фахом та рівень вольових якостей, правовий – рівень сформованості громадянської активності, позиції, правової обізнаності та світогляду [135].

Порівняльна таблиця визначень пов'язаних із протидією ІВ

Термін	Визначення	Джерело
Інформаційна компетентність	Здатність до ефективної роботи з інформацією в будь-яких формах	Матохнюк Л. (2019) [135]
Інформаційна гігієна	Система правил і заходів щодо протидії дезінформації та захисту від негативних інформаційних впливів	Коваль З. (2017) [118]
Інформаційна грамотність	Здатність критично аналізувати медіаповідомлення з метою відділення реальності від її віртуальної симуляції, свідомого сприйняття та критичного тлумачення інформації, а також розуміння владних стосунків, міфів та типів контролю, які культивуються у мас-медіа	Левківський К. М. та Іванов В. Ф. (2011) [129]
Медіакультура	Здатність ефективно взаємодіяти з мас-медіа та адекватно поводитися в інформаційному середовищі	Левківський К. М. та Іванов В. Ф. (2011) [129]
Медіаграмотність	Комплекс знань, вмінь та навичок, які дають змогу людям аналізувати, критично оцінювати та створювати різноманітні повідомлення різних жанрів і форм для різних типів медіа, розуміти та аналізувати процеси функціонування медіа в суспільстві та їх вплив	Найдьонова Л. А., Череповська Н. І. (2014) [138]

Левківський К. М. та Іванов В. Ф. пов'язують поняття медіакультури та медіаграмотності наступним чином. Медіакультуру автори розуміють як потенційну здатність особистості ефективно взаємодіяти із джерелами інформації, яка актуалізується у формі адекватної й ефективної інформаційної поведінки [129]. Медіаграмотність є результатом медіаосвіти та дозволяє особистості критично аналізувати медіаповідомлення з метою відділення фактичної інформації від маніпулятивного впливу, внаслідок чого забезпечується свідоме сприйняття та критичне тлумачення інформації, розуміння засобів, технік і наслідків маніпуляцій і контролю з боку мас-медіа. Медіаграмотність також охоплює вміння ефективно користуватися інформаційно-комунікативною технікою, критично сприймати і тлумачити

інформацію, отриману з різних медіа, та відрізнити реальність від віртуальної симуляції [106].

Медіаосвіта є важливою формою безперервної освіти, а стосовно дорослих виступає необхідною умовою забезпечення особистісного розвитку в умовах інформаційного суспільства: підвищення медіакомпетентності, удосконалення знань і навичок у структурі медіаграмотності, формування ІК та критеріїв і форм особистісної інформаційної гігієни. Медіаосвіта є необхідною для трансферу знань між поколіннями, особливо старшого покоління, і сприяє стійкості населення до деструктивного ІВ. Медіаосвіта засобами медіа є провідною формою стихійної медіаосвіти, яка може набувати ознак цілеспрямованості та конструктивності за відповідних зусиль. Таким чином, медіаосвіта – це складова освітнього процесу, спрямована на розвиток медіакультури та підготовку особистості до безпечної й ефективної взаємодії із сучасною системою масової інформації [144].

1.4. Інформаційна зрілість особистості: вікова та особистісна предикція

У межах цього дослідження особистість розглядається як складна система взаємодії з оточуючим середовищем, що формує поведінку та реакції індивіда. Відзначено, що сучасне інформаційне середовище, особливо Інтернет, переповнене різноманітними медіа-повідомленнями, які можуть впливати на людину різними способами. Ми здебільшого акцентуємо увагу на агресивному медіа-впливі, якому люди постійно піддаються. На думку Гурлевої Т. С. особистість повинна набувати певної зрілості, щоб бути здатною протидіяти такому впливу та уникати його деструктивних наслідків [108].

Термін «зрілість» застосовується для опису характеристик людини у трьох аспектах: перший аспект містить у собі розуміння зрілості як особливості розвитку людини на різних вікових етапах, показники якого

відповідають певній віковій нормі; другий аспект описує характеристики окремого вікового етапу людини, тобто дорослості; третій аспект зрілості визначає ті особистісні характеристики, які залежать від різних теоретико-методологічних підходів до розуміння сутності особистості [166].

1.4.1. Вікові закономірності формування зрілості

З точки зору першого аспекту, людина набуває зрілості поступово, проходячи нормативні етапи вікового розвитку. Закономірна етапність дозрівання молодої людини є складною та динамічною реальністю, що ґрунтується на генетично обумовлених механізмах та епігенетичному принципі, який був сформульований Erikson E. H. Як зазначає автор, особистість розвивається у напрямку зростання від одного ступеню до іншого, причому такий рух зумовлений наперед готовністю особистості до здійснення відповідної активності, до розширення усвідомлюваного соціального досвіду та системи соціальної взаємодії. Успішність вікового дозрівання особистості також підкріплюється соціальними стимулами: підтримкою належного темпу, послідовності і напрямку розвитку, схваленням і збереженням набутих соціальних можливостей. Як наслідок досягнення певного рівня психологічної зрілості та соціальних вимог, що пред'являються індивідууму на кожній стадії, в його житті виникає поворотний момент – психосоціальна криза [29].

Отже, дозрівання відбувається лише через послідовне проходження особистістю, яка повноцінно функціонує, усіх стадій психосоціального розвитку, кожна з яких характеризується специфічним еволюційним завданням – проблемою (конфліктом) в соціальному розвитку, яка у певний час пред'являється індивідууму, але не обов'язково знаходить своє рішення. Характерні для індивідуума моделі поведінки обумовлені тим, яким чином зрештою розв'язується кожне з цих завдань і, відповідно, як долається криза. Як зазначає Erikson E. H., проблеми і конфлікти відіграють життєво важливі ролі у розвитку особистості, тому що при цьому фіксують два суперечливо

пов'язані полюси: зростання і розширення сфери міжособистісних відносин, з одного боку, і підвищення вразливості функцій Ego на кожній стадії. Однак, криза не має однозначно катастрофічних предикцій, а виступає як онтогенетичне джерело дозрівання і втілюється як патерн індивідуальної адаптивної стратегії особистості. Іншими словами, кожен психосоціальну кризу можна оцінити як з позитивного, так і з негативного боків. Якщо конфлікт вирішений задовільно, тобто на попередній стадії Ego збагатилося новими позитивними якостями та вбирає в себе новий позитивний компонент, це гарантує здоровий розвиток особистості надалі у напрямку удосконалення ефективної адаптації. Навпаки, якщо конфлікт залишається невирішеним, то наносить шкоди Ego, яке розвивається, тим, що в нього вбудовується негативний компонент. Таким чином, відповідно до епігенетичних закономірностей психосоціального розвитку особистості теоретично виникають цілком прогнозовані конфлікти, але спосіб їх розв'язання визначається актуальними об'єктивним умовами життя індивіда та його суб'єктивними можливостями. Завдання проходження психосоціальної кризи полягає в тому, щоб людина здійснювала адекватне й успішне розв'язання конфліктів, що буде умовою ефективного переходу на наступну стадію розвитку і предиктором адаптивності та зрілості особистості [29].

Усі етапи психосоціального розвитку характеризуються певними особливостями та викликами, які допомагають людині розвиватися та зростати (табл. 1.4.).

Людина, яка має базальне почуття довіри (впевненості, внутрішньої визначеності), сприймає соціальний світ як безпечне, стабільне місце, а людей – як дбайливих та надійних. Однак, здоровий розвиток особистості обумовлений сприятливим співвідношенням довіри (розуміння того, чому довіряти необхідно) та недовіри (розуміння того, чому не слід довіряти). Ця здатність передбачати небезпеку та дискомфорт також важлива для подолання викликів навколишньої реальності та для ефективного прийняття рішень. Внаслідок успішного вирішення конфлікту «довіра – недовіра» набувається

надія – така позитивна психосоціальної якості Его, яка підтримує переконаність людини у значущості та надійності загального соціально-культурного простору [29].

Таблиця 1.4.

Стадії психосоціального розвитку за Erikson E. H.

Вік	Психосоціальна криза	Сильні сторони
<i>1. Орально-сенсорна стадія</i>		
Народження – 1 рік	Базальна довіра – базальна недовіра	Надія
<i>2. М'язово-оральна стадія</i>		
1 – 3 роки	Автономія – Сором і сумніви	Сила волі
<i>3. Локомоторно-генітальна стадія</i>		
3 – 6 років	Ініціативність – провина	Мета
<i>4. Латентна стадія</i>		
6 – 12 років	Працьовитість – неповноцінність	Компетентність
<i>5. Підліткова стадія</i>		
12 – 19 років	Его-ідентичність – рольове змішання	Вірність
<i>6. Рання зрілість стадія</i>		
20 – 25 років	Інтимність – ізоляція	Любов
<i>7. Середня зрілість стадія</i>		
26 – 64 роки	Продуктивність – стагнація	Турбота
<i>8. Пізня зрілість стадія</i>		
65 років – смерть	Его-інтеграція – відчай	Мудрість

На ранніх етапах психосоціального розвитку індивіда почуття базальної довіри та форми зовнішнього контролю формувальних фігур є підґрунтям для досягнення певної автономії та самоконтролю (при контролі як прояві турботи) чи уникнення почуттів сорому, сумніву та приниження (при контролі як деструктивній формі приборкання та запобіжному заході). У першому випадку формується почуття самоконтролю без втрати самооцінки та впевненості у вільному виборі; у другому – почуття надмірного стороннього контролю та одночасна втрата самоконтролю, схильність до сумнівів і сорому.

Органічне співвідношення зазначених якостей виступає джерелом формування сили волі – позитивного компоненту Ego, яке забезпечує здатність до постійного здійснення вільного вибору, й одночасно, до самообмеження, незважаючи на неминучі переживання сорому, сумнівів і роздратування через зовнішній контроль [111].

Ініціатива додає до автономії здатність брати на себе зобов'язання, планувати, енергійно братися за якісь справи чи завдання, щоб просуватися вперед. Якщо самостійні дії знаходять підтримку з боку зовнішнього оточення, індивід відчуває підтримку свого волевиявлення, оцінює свою мету як значущу і прагне її досягти, тобто реалізує свідоме цілепокладання як позитивний компонент Ego. У протилежних ситуаціях домінує почуття провини.

При оволодінні предметними втіленнями досягнень людської культури формується усвідомлення себе як носія певного досвіду (я є тим, чого я навчився). Якщо такий досвід є об'єктивно і суб'єктивно цінним, то на його основі формується позитивний компонент Ego-почуття особистісної та міжособистісної компетентності, якщо досвід індивіда не знаходить позитивної оцінки оточенням та ним самим, може виявитися почуття неповноцінності (або некомпетентності) як сумніви у своїх можливостях та /або у своєму соціальному статусі. Критична оцінка міри своєї компетентності у певних сферах життєдіяльності сприяє формуванню мотивації досягнення та виявленню працьовитості особистості [29].

Новий психосоціальний параметр, що з'являється в юності, на позитивному полюсі постає у вигляді Ego-ідентичності, на негативному полюсі – у вигляді рольового змішування. Завдання цього періоду полягає в тому, щоб зібрати до купи всі наявні до цього часу знання про самого себе та інтегрувати ці численні образи «Я» в особисту ідентичність як узгоджену систему внутрішнього досвіду, набутого на всіх попередніх стадіях, коли успішна ідентифікація призводила до успішного врівноваження базисних потреб індивіда з його психологічними та соціальними можливостями. Таким

чином, почуття Ego-ідентичності характеризується впевненістю особистості в тому, що її здатність зберігати внутрішню тотожність і цілісність узгоджується з оцінкою її тотожності та цілісності, яку надали інші люди [111]. Позитивна якість, пов'язана з успішним виходом із кризи цього психосоціального періоду – це вірність як здатність особистості бути вірною своїм прихильностям та обіцянкам, незважаючи на неминучі протиріччя в її системі цінностей, а також як здатність приймати і дотримуватися моралі, етики та ідеології суспільства [29].

На стадії початку дорослого життя на одному полюсі цього виміру знаходиться інтимність, а на протилежному – ізоляція. Інтимність визначається як здатність особистості злити воедино власну ідентичність з ідентичністю іншої людини без побоювання, що при цьому особистість втрачає щось у собі, тому підґрунтям інтимності є досягнення стабільної Ego-ідентичності. Erikson E. Н. вбачає в інтимності не тільки сексуальну і психологічну близькість, емпатію і відкритість у стосунках, а також, в ширшому сенсі, здатність особистості довіряти себе кому-небудь. Нездатність встановлювати спокійні та довірчі особисті стосунки призводить до почуття самотності, соціального вакууму та ізоляції. Позитивна якість Ego, яка пов'язана з нормальним виходом із кризи «інтимність – ізоляція», що передбачає як еротичний зміст, так і здатність людини довіряти себе іншій людині і залишатися вірною цим відносинам, виявляти відповідальність за іншу людину [111].

Основна проблема років середини життя – вибір між продуктивністю та інертністю. Продуктивність з'являється разом із заклопотаністю людини не лише благополуччям наступного покоління, а й станом суспільства, в якому житиме і працюватиме це майбутнє покоління, коли людина приймає або відкидає думку про свою відповідальність за відновлення та покращення всього, що могло б сприяти збереженню та вдосконаленню людської культури. Якщо у дорослих людей здатність до продуктивної діяльності настільки виражена, що домінує над інертністю, то проявляється позитивна якість даної

стадії – турбота, яка походить з почуття, що хтось чи щось має значення; турбота – це психологічна протилежність байдужості та апатії.

Остання психосоціальна стадія життя людини полягає в інтеграції та оцінці всіх минулих стадій розвитку і реалізується у ретроспективному аналізі своїх життєвих рішень, досягнень та невдач. При цьому фокус уваги зрушується від турбот про майбутнє до минулого досвіду. Здатність людини оглянути все своє минуле життя в усіх його аспектах (шлюб, дітей та онуків, кар'єру, досягнення, соціальні відносини), прийняти неминучість перспективи кінця життя, але при цьому рефлексувати задоволеність своїм життям у ретроспективі, породжує позитивну якість Ego – почуття інтеграції. При цьому невідворотність смерті більше не лякає, оскільки особистість продовження себе або у нащадках або у своїх здобутках. Якщо людина оцінює своє життя як низку нереалізованих можливостей та помилок, усвідомлює неможливість почати все спочатку або шукати якісь нові шляхи, щоб відчувати цілісність свого «Я», то це призводить до негативної якості Ego – нестачі або відсутності інтеграції, яка проявляється у прихованому страху смерті та відчутті постійної невдачливості [111].

З точки зору другого аспекту аналізу феномені зрілості термін «зрілість» використовується для визначення досягнень певного етапу дорослості. Загалом період дорослості триває від 18 років і до кінця життя, складається з декількох етапів і починається з вирішального періоду, коли людина формує свою професійну кар'єру та створює родину. На інформаційних цінностях молодь робить набагато більший акцент, аніж люди старшого покоління, і когортний аналіз свідчить про те, що це здебільшого є результатом зміни поколінь, аніж простим наслідком дорослішання і старіння людини [130]. Молодість характеризується стабільністю психологічних, фізіологічних та соціальних процесів, і молодій людині притаманний оптимізм, енергійність, рішучість та ініціативність. Цей етап є важливим для засвоєння загальних компетентностей, зокрема пристосування до нових умов та співробітництво [146].

Період ранньої дорослості вважається сензитивним для формування важливих навичок та компетентностей особистості, які дозволяють людині ефективно виконувати певні завдання в конкретних сферах. На думку Мірошник З. М., компетентність окрім здібностей містить внутрішню мотивацію, особистісні цінності, інтелект та вмотивовану здатність діяти на високому рівні. Це є важливим для характеристики компонентів рольової структури, які включають специфічні сполучення ролей або моделей поведінки, що забезпечують взаємодію між особистісними якостями і здібностями особистості, а також є передумовою формування особистісної зрілості [141].

Особи юнацького віку, які досягли зрілості, прагнуть знайти умови для самореалізації, що на цьому етапі життя виражається в загальній ідеальній моделі світу. Здатність до абстрагування, узагальнення, виявлення причинно-наслідкових тенденцій на цьому етапі допомагає структурувати розрізнений соціокультурний досвід сучасності. Зрілість особистості полягає у тому, що розуміння об'єктивних явищ та властивостей предметів залежить від індивідуальних особистісних вражень та життєвого досвіду [112]. В таблиці 1.5. представлено узагальнені характеристики кожного вікового етапу дорослості.

Таблиця 1.5.

**Узагальнене представлення вікової періодизації дорослості,
провідної діяльності та компетентностей**

Віковий період	Дорослість		
	Рання	Середня	Пізня
Вікові межі	18-35 років	36-55 років	старше 55 років років
Провідна діяльність	Професійне становлення та створення сім'ї	Пік професійної діяльності, відповідальність перед родиною та суспільством	Спілкування з однолітками, родичами

Продовження таблиці 1.5.

Віковий період	Дорослість		
	Рання	Середня	Пізня
Загальні компетентності	Пристосування до нових умов, співробітництво, самостійність прийняття рішень	Самоаналіз, критика, автономність, самоактуалізація	Здатність до аналізу і синтезу, комунікативні та здоров'я-збережувальні навички

Рання дорослість є новим життєвим етапом між підлітковістю та дорослістю. Американські психологи Biswas-Diener R. та Diener E. вважають, що цей період характеризується п'ятьма особливостями:

- 1) дослідженням своєї ідентичності;
- 2) нестабільністю;
- 3) фокусом на собі;
- 4) відчуттям перебування між підлітковим та дорослим віком;
- 5) відчуттям широких можливостей у майбутньому [14].

Середина життя приблизно на 40-річному віці пов'язана з кризою, яка вимагає переосмислення цінностей та визначення нових цілей. Після кризи «середини життя» настає середня дорослість, характерною ознакою якої є прагнення до саморозвитку та пізнання власного «Я». На цьому етапі людина досягає вершини свого розвитку в професійному та соціальному плані, укорінюються її звички та спосіб життя. Також на цьому етапі людина має здатність до самоаналізу, критики та високий дослідницький потенціал. Пізня дорослість (понад 60 років) характеризується завершенням професійної діяльності та провідною діяльністю – спілкуванням з однолітками і родичами та піклування про здоров'я [146].

Психологи наголошують, що дорослі повинні адаптуватись до швидкоплинних трансформацій інформаційної епохи, оскільки вони відповідальні за розвиток та виховання дітей [156]. Зміни у технологіях та соціальних нормах перевертають звичний порядок речей, і важливо аби

дорослі не тільки набували знань про нові технології та методи комунікації, але й розвивали гнучкість, творчість, адаптивність. Навичка знаходити актуальну (достовірну) інформацію необхідна дорослим, аби бути більш компетентними в педагогічному та психологічному супроводі дітей і підлітків, а також розуміти світ та формувати свій власний критичний погляд на реальність.

Вік є одним з ключових факторів, що відповідає за сприймання інформації та активність людини взагалі. У ранній дорослості сприйняття інформації базується на більш активному пошуку нових знань та досвідів, в той час як у середній і пізній дорослості люди здебільшого пріоритезують інформацію, яка підтримує їхні вже сформовані погляди та цінності. Соціальна активність також змінюється протягом життя: в ранній дорослості люди шукають соціальні контакти та визнання, у середній – більше уваги приділяється родині та професійним заняттям, а в пізній – зазвичай зменшується рівень активності через зменшення фізичних та когнітивних можливостей [21].

Тобто, вікові особливості можуть визначати ступінь вразливості до дезінформації та маніпуляцій. Оскільки молоді люди зазвичай активно досліджують і світ, і себе, і своє місце в ньому, але ще не мають достатнього досвіду щоб відрізнити правду від брехні то, як результат натрапляють на фейкові новини та виконують неусвідомлені дії під впливом реклами і пропаганди. З іншого боку, вкорінені переконання (зокрема релігійні) та стереотипи, притаманні особам старшого віку, майже не піддаються змінам, тож маніпулятори можуть використовувати загальновідомі в певному соціумі догми як основу для просування своїх ідей та досягнення планів.

1.4.2. Особистісна зрілість: сутнісний та компонентний аналіз

Відповідно до третього аспекту феноменології зрілості, зрілість розглядається у контексті особистісного зростання, яке бути обумовлено не лише зовнішніми ситуаціями, але і внутрішніми прагненнями. Український психолог та психотерапевт Гільбух Ю. З. розробив концепцію особистісної зрілості, яку він назвав «синергетичною зрілістю». Автор вважав, що особистість є зрілою, коли може ефективно взаємодіяти зі світом, зберігаючи при цьому свою індивідуальність і не допускаючи переваги жодного аспекту свого життя над іншим [105]. Для досягнення зрілості потрібні такі умови.

1. Розвиток інтелектуальних та емоційних здібностей: знання, розуміння, сприйнятливості до інших людей і себе, розвиток емоційної стійкості.

2. Створення гармонійних взаємин зі світом: здатність спілкуватися, розв'язувати конфлікти, працювати в команді, розвивати взаєморозуміння і довіру.

3. Самопізнання та самовідчуття: розуміння своїх переваг та недоліків, цінностей, вірувань, цілей і потреб, встановлення гармонійного балансу між ними.

4. Саморозвиток: постійне удосконалення себе, розвиток нових навичок та здібностей, пошук нових ідей та викликів.

5. Передбачення та пристосування до змін: гнучкість у плануванні та виконанні завдань, адаптивність до нових умов, здатність до взаємодії зі змінами у світі.

За Гільбухом Ю. З. синергетична зрілість є станом, до якого можна наблизитися, працюючи над розвитком зазначених вище характеристик та умов [105]. Однак, це не є завершеною метою, а скоріше постійний процес саморозвитку та вдосконалення. Штепа О. С. підкреслює, що особистісно зріла людина здатна сама знайти внутрішні сили, які стають ресурсами для вирішення життєвих проблем [169].

Згідно з Allport G. W. особистісна зрілість – це не фіксований стан, а скоріше процес зростання і розвитку, який відбувається з плином часу. Він передбачає інтеграцію різних аспектів особистості, які включають в себе емоційні, когнітивні та соціальні виміри, в єдине і гнучке ціле [2]. Bauer J J., McAdams D. P. звертають увагу на те, що різного роду життєві кризи, такі як розлучення, зміна кар'єри або втрата близької людини, можуть стати каталізаторами особистісного зростання. Якщо людина зуміє знайти в собі сили і вміння пережити такий перехід, вона може розвинутися як особистість та покращити якість свого життя. В такі періоди людина може перерозподілити свої цінності, переглянути ставлення до життя та розширити світогляд [11].

Шаповал І. М. описує особистісну зрілість як властивість особистості, яка відображає певний рівень самодетермінації. Це означає, що самодетермінована особистість взаємодіє з оточенням і самостійно регулює свою активність. Центральною функцією особистісної зрілості є самостійний вибір, що забезпечує ефективність та результативність дій особистості. На думку дослідниці, для успішного функціонування в суспільстві необхідно мати власну систему цінностей, норм та етики, яка відповідає суспільним цінностям і моральним нормам та формується в процесі соціалізації. Одним з ключових елементів особистісної зрілості є переконання, які визначають внутрішні критерії самостійного вибору особистості. При здійсненні вибору індивід не тільки керується моральними критеріями, які визначають змістовий аспект поведінки, але також використовує процесуальні критерії. Оскільки результативність діяльності є показником зрілості суб'єкта, то якість сприймання та когнітивного аналізу інформації, планування адекватного способу реагування є передумовами для досягнення цієї результативності [167].

Схожий погляд пропонує Lim A. L., та визначає такі навички особистісної зрілості:

- 1) самосвідомість (здатність до рефлексії та самоаналізу);

- 2) відповідальність (здатність брати на себе відповідальність за вирішення проблеми);
- 3) емоційне опанування (емоційна здатність впоратися з проблемою);
- 4) креативність (здатність до творчого вирішення проблеми) [61].

За Erikson E. H., особистісну зрілість можна розглядати як успішне подолання психосоціальної кризи дорослості, що передбачає збалансування конкуруючих вимог близькості та ізоляції, генеративності та стагнації, цілісності та відчаю. Водночас на особистісну зрілість також впливають культурні чинники, оскільки різні суспільства можуть цінувати різні аспекти зрілості, такі як емоційна виразність або впевненість у собі [29].

До того ж, особистісна зрілість – це не просто характеристика віку чи досвіду, вона також залежить від індивідуальних відмінностей у рисах вродженого темпераменту та набутих стратегіях подолання труднощів. Наприклад, Costa P. T., McCrae R. R. вважають, що така риса особистості, як сумлінність, є особливо важливою для досягнення особистісної зрілості, оскільки вона відображає схильність бути відповідальним, надійним і цілеспрямованим [20]. Аналогічно, Folkman S., Lazarus R. S. підкреслюють роль копінг-стратегій у розвитку особистісної зрілості, таких як проблемно-орієнтоване подолання, що передбачає вжиття заходів для вирішення стресової ситуації, та емоційно-орієнтоване подолання, що передбачає регулювання емоційних реакцій на стрес [35].

Однією з ключових характеристик, які визначають особистість, є її здатність до довіри – як до самої себе, так і до світу та інших людей. Ця взаємодія між особистістю та навколишнім середовищем є взаємозалежною. Якщо людина вірить у свої здібності та може критично оцінювати інформацію з різних джерел, то це сприяє розвитку здатності свідомо впливати на свої рішення та дії. Однак, недостатня довіра може призвести до відчуття безпорадності та відмови від власної суб'єктності, що негативно впливає на якість життя та призводить до невдач. Так, медіа впливаючи на рівень довіри і відповідальності особистості, формують некритичне ставлення до

інформації, що спричиняє відмову людини від відповідальності за свої вчинки та обставини свого життя [108].

Шаповал І. М. пропонує такі компоненти особистісної зрілості (детально охарактеризовані в табл. 1.6.): автономність; Я-концепція; переконання; компетентність; сила Я; особистісний потенціал [167].

Таблиця 1.6.

Компоненти особистісної зрілості за Шаповал І. М.

Компоненти особистісної зрілості	Характеристики компонентів
Автономність	<ul style="list-style-type: none"> – засоби забезпечення самостійності – здатність до самоконтролю – відповідальність за результати своїх рішень – сформованість суверенного простору
Я-концепція	<ul style="list-style-type: none"> – сукупність уявлень, цінностей – структурована й динамічна сукупність установок – система уявлень про себе (самооцінка)
Переконання	<ul style="list-style-type: none"> – усвідомлення людиною власної реальності в контексті навколишнього світу в пошуках сенсу життя – внутрішні критерії самостійного вибору
Компетентність метакогнітивна	<ul style="list-style-type: none"> – знання щодо пізнавальної діяльності та власних когнітивних особливостей – рефлексія власного пізнавального процесу – саморегуляція пізнавальної діяльності
Компетентність емоційна	<ul style="list-style-type: none"> – здатність людини розуміти й регулювати власний емоційний стан, – здатність розуміти емоційний стан іншої людини – здатність реалізовувати спілкування та спільну діяльність відповідно до емоційного фону взаємодії
Компетентність соціально-психологічна	<ul style="list-style-type: none"> – знання про способи й норми трансляції інформації – здатність орієнтуватися в соціальних ситуаціях – здатність встановлювати взаємовідносини; – здатність приймати рішення щодо стратегії та способів поведінки у взаємодії
Сила Я	<ul style="list-style-type: none"> – забезпечення адаптації людини до складних життєвих ситуацій – подолання перепон та розв'язання конфліктів – заміна засобів досягнення мети – формування нового бачення ситуації

Продовження таблиці 1.6.

Компоненти особистісної зрілості	Характеристики компонентів
Особистісний потенціал	<ul style="list-style-type: none"> – забезпечення наявних резервів і додаткових ресурсів (внутрішніх і зовнішніх) – здатність людини до збільшення ресурсів з метою забезпечення життєдіяльності – здійснення активності, яка вимагає значних психологічних та фізіологічних зусиль, задля збереження здоров'я та підтримки суб'єктивного благополуччя

Один із наслідків ефективного процесу розвитку особистості полягає у формуванні індивідуальної відповідальності за власне життя та інтелектуальне зростання. Це означає, що людина стає здатною нести відповідальність за свої дії та поведінку, усвідомлює свої потенційні можливості та обмеження, має знання про те, як досягати визначених цілей та розвивати власні здібності. Формування особистісної зрілості в юнацькому віці залежить від розвитку самосвідомості та вирішення проблеми сенсу життя. Внутрішня позиція дорослої людини та самопізнання збуджують потребу у відповідальності за своє життя. Зрілість особистості містить у собі не лише інтелектуальний, але й духовний розвиток, який передбачає розуміння життєвої мети та відповіді на питання про своє існування «Навіщо Я?». Зріла особистість здатна знайти внутрішню гармонію, визначитися зі своїми цілями та важливими життєвими принципами [112].

Рефлексивний процес вимагає внутрішньої саморефлексії та зрілості особистості. У дітей рефлексивні процеси не розвинені, а у дорослих вони можуть бути недостатньо розвинені, якщо людина не має звички аналізувати себе. У цьому процесі розрізнення між суб'єктом та альтернативою є корисним для того, щоб об'єктивно оцінювати та приймати відхилення від власних очікувань, замість того, щоб відкидати їх як неприйняття самого себе. Після емоційно-ціннісної рефлексії когнітивна рефлексія стає наступним етапом у формуванні свідомості щодо відхилених життєвих альтернатив. Когнітивна

рефлексія допомагає дорослій особистості розвивати свій когнітивний потенціал, що дає можливість зрозуміти і прийняти відхилений варіант життя, і тим самим сприяє розвитку особистісної зрілості. Когнітивна рефлексія дає змогу не лише відчувати емоційні реакції, пов'язані з відхиленим варіантом життя, але і формує ставлення особистості до цієї альтернативи з точки зору мислення та свідомості [140].

Отже, спираючись на вище викладені теоретичні положення, вважаємо, що психологічні механізми інформаційного впливу зумовлені відображенням зовнішніх особливостей інформаційного суспільства (доступність та різноманітність джерел інформації, їхній обсяг та швидкість поширення, вірусність та емоційна насиченість повідомлень) через внутрішні особистісні умови споживача інформації (сприймання, пам'ять, емоції, мислення, психологічний стан, ставлення до теми, цінності, переконання, досвід). Зауважимо, що саме зрілість як результат особистісного зростання є передумовою самодетермінованої інформаційної поведінки, яка визначається такими особливостями:

- самостійний вибір інформації на основі власних усвідомлених критеріїв;
- рефлексія емоційного реагування на інформацію;
- саморегульований процес раціонального аналізу й інтерпретації інформації;
- цілеспрямоване й обґрунтоване поширення інформації.

1.4.3. Інформаційна зрілість: психологічна феноменологія

Психологічні механізми ІВ на особистість дорослої людини пояснюються закономірностями розвитку особистості, яка, в свою чергу розуміється як сукупність соціальних властивостей свідомого індивіда, тобто як інтегральний результат системного соціального впливу [68]. Сучасна

особистість функціонує в суспільстві, яке наповнене різними медіа та комунікаційними технологіями. І якщо молода людина вже народжується і соціалізується в цих умовах і, відповідно, автоматично адаптується до них, то доросла людина змушена докладати додаткових зусиль для опанування новими стратегіями поведінки, оскільки має стійкі, сформовані в дитинстві та юнацькому віці когнітивні конструкції й упередження, через які може ставати ще більш вразливою до різного роду маніпулятивних технік.

Оскільки старші люди менш схильні до рефлексії та саморефлексії, вони не мають достатньо знань про механізми функціонування ІС. Тому, можуть не помічати тих процесів, що відбуваються з ними та навколо них, а досягнути вплив сучасного оточення на себе здатні лише після деяких приголомшливих результатів власних дій. Наприклад, невдала покупка (повівся на рекламу), вірус в комп'ютері (завантажив заманливу гру), списані усі кошти з банківської карти (здійснив покупку на шахрайському сайті) тощо.

Схема на рисунку 1.4. відображає процес ІВ на особистість. Зовнішні чинники складаються з особливостей ІС (висока швидкість інформаційного потоку й надмірна кількість доступної інформації, мінливість і непередбачуваність подій).

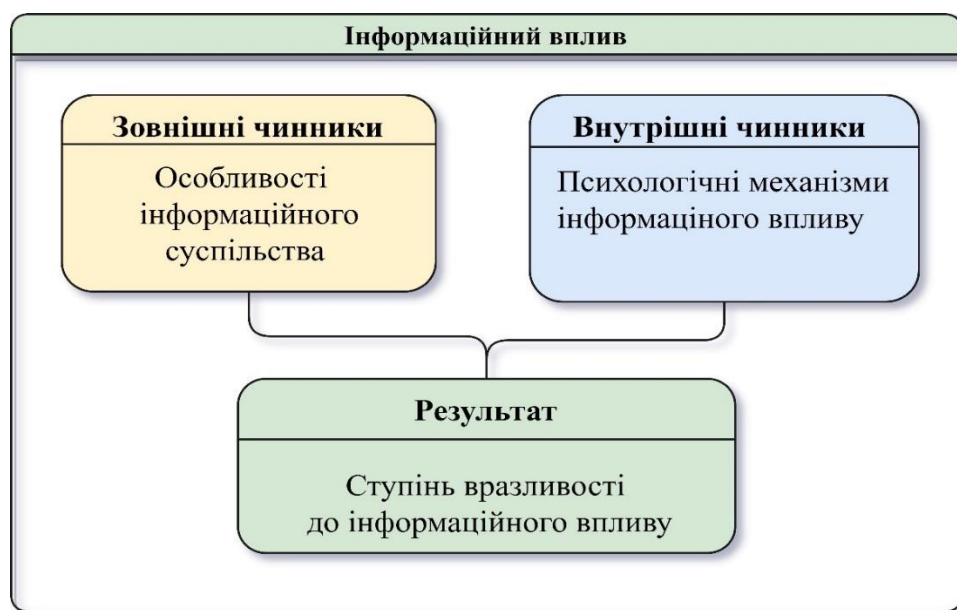


Рисунок 1.4. Чинники інформаційного впливу

Внутрішні чинники, в свою чергу, забезпечуються функціонуванням психологічних механізмів ІВ, зокрема: емоційна залученість, когнітивна процесуальність, соціальне порівняння, соціальне прийняття, соціальна авторитетність, диспозиційна вибірковість, диспозиційні викривлення.

Внутрішні чинники відображаються у свідомому ставленні до інформації з урахуванням її авторства та достовірності. На думку Шишкіної Х. Ю., вибір потрібної інформації залежить від інформаційної потреби особистості та може містити:

- вибір засобів інформації (телебачення, журнали, газети, радіо та інтернет-видання);
- вибір конкретного джерела інформації в межах цих засобів, наприклад, окремих видань, центральних та регіональних каналів;
- вибір конкретних повідомлень, які є актуальними для людини, та обсягу матеріалів;
- вибіркоче сприйняття, зокрема запам'ятовування, засвоєння та оцінка конкретного матеріалу у певному обсязі;
- актуалізація інформації у свідомості та застосування в поведінці [168].

Психологічну сутність і механізми когнітивних процесів споживання інформації було описано вище (підрозділ 1.3.), на підставі чого можемо деталізувати їхню ієрархічну значущість в інформаційній поведінці особистості. Якщо когнітивні здібності детермінуються вродженими задатками, і є психічними властивостями, які зумовлюють здатність особистості до сприйняття та обробки інформації (забезпечуються пізнавальними процесами сприймання, пам'яті, уваги, мислення), то когнітивна компетентність є знаннями, вміннями та навичками, якими людина володіє при ефективному використанні своїх когнітивних здібностей у різних ситуаціях. На відміну від емоцій, які можуть призвести до спотворення сприйняття дійсності, когнітивна компетентність дозволяє розрізняти уявні бажання від реальності та зосередитися на доказах й об'єктивних фактах. В

свою чергу, метакогнітивна компетентність характеризує здатність людини до самоконтролю та самооцінки власних когнітивних процесів, і містить в собі широкий спектр стратегій контролю та регулювання процесів сприйняття, розуміння і запам'ятовування інформації, що дозволяє особистості усвідомлювати й адекватно оцінювати свої можливості в цих процесах.

Критичне мислення у цьому контексті є необхідним компонентом для здійснення аналізу, оцінки та висновку про інформацію, який вимагає пошуку аргументів, визначення та розрізнення фактів і припущень. У процесі прийняття рішень та виконання дій люди формують власну модель світу на основі знань та досвіду, що дозволяє їм оцінювати альтернативи та вибрати найбільш оптимальний спосіб дій. Отримана інформація з оточення сприяє орієнтації та діяльності в реальному світі. Проте прийняття рішення може ускладнюватись через неповну та неточну інформацію, упередження та емоції. Так, Neisser U. рекомендує враховувати такі чинники:

- аналізувати інформацію з різних джерел та враховувати різні точки зору;
- перевіряти наявність упереджень та намагатися їх уникнути;
- використовувати критичне мислення та аналітичні навички для оцінки альтернатив та визначення оптимального рішення;
- контролювати емоції та зосереджуватися на об'єктивних фактах;
- враховувати можливі наслідки рішень та їхній вплив на оточення та інших людей;
- робити відповідальний вибір та нести відповідальність за свої дії.

Тобто, автор рекомендує зосередитися на розвитку критичного мислення та постійному навчанні, щоб збільшити свій запас знань та підвищити рівень компетентності у різних галузях [69]. Зокрема, інформаційна компетентність – це набір знань, навичок, умінь які складають теоретичний та практичний досвід індивіда і дозволяють ефективно використовувати інформаційні технології та джерела інформації для досягнення своїх цілей в особистому, професійному та соціальному житті.

Інформаційна компетентність охоплює вміння знаходити, критично аналізувати, оцінювати, використовувати інформацію, а також розуміти соціальні та етичні аспекти її використання. Таким чином, когнітивна компетентність інтегрує метакогнітивну компетентність, критичне мислення, когнітивні здібності, інформаційну компетентність та детермінує ефективну інформаційну поведінку.

Ми виокремлюємо два типи інформаційної поведінки – зріла та незріла (рис. 1.5.). Зріла (самодетермінована) інформаційна поведінка передбачає свідомий та обґрунтований вибір джерел інформації, перевірку отриманої інформації на достовірність та відповідність індивідуальним потребам і меті суб'єкта, відстоювання власної точки зору та думки на основі фактів. Для незрілої (детермінованої) інформаційної поведінки характерна відсутність критичного аналізу інформації, оскільки суб'єктом ототожнюється інформація та її джерело, до якого є упереджена довіра та/або недовіра на рівні особистісної установки, тому вибір джерела інформації ґрунтується на емоційному критерії, а не на раціональному, і споживач відстоює не власну точку зору, а ту, яку йому було нав'язано з цього джерела.

Тож, на нашу думку, вирішальним компонентом у формуванні індивідуальної сприйнятливості до негативного ІВ є особистісна зрілість, оскільки вона містить в собі характеристики, які є важливими як для свідомого вибору інформації, так і для критичної оцінки різного контенту. Вище ми зазначали, що особистість можна вважати зрілою тоді, коли людина вільно і свідомо ставить мету своїх дій та несе відповідальність за їхні наслідки. Зрілість визначається як особистісне досягнення самостійної позиції у житті, тобто такого рівня самоконтролю і саморегуляції, коли сформовані внутрішні критерії вибору способів досягнення мети, оцінки результативності діяльності, перспективна антиципація наслідків. Тобто коли сформований внутрішній контроль, і немає гострої необхідності у контролі зовнішньому.

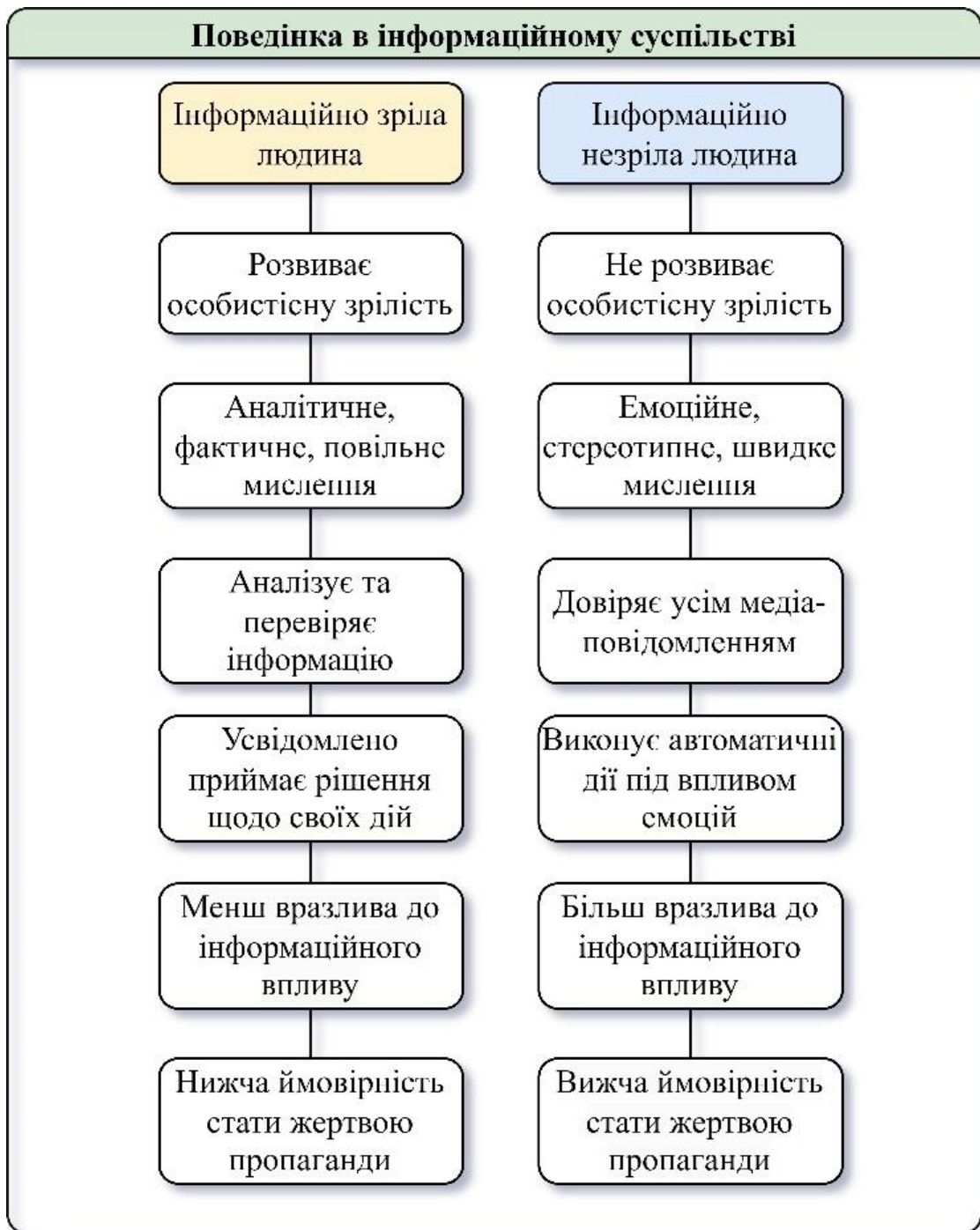


Рисунок 1.5. Типи інформаційної поведінки в сучасному суспільстві

Так, на основі усвідомленої власної системи цінностей та смислів, людина може критично або бездумно сприймати медіаконтент. Ті, хто керуються вищими цінностями (честь, справедливість та правда), здатні зберегти свою самостійність та відстояти власні переконання від маніпулятивного впливу. Зріла особистість, яка має чіткі й усвідомлені

ціннісні орієнтири, зможе протистояти маніпулятору за допомогою своєї логіки, критичного мислення, сили високих цінностей та смислів [108].

На підставі зазначених вище обґрунтувань, ми вважаємо доцільним впровадити поняття «інформаційна зрілість особистості». Галета Я., розглядаючи феномен інформаційної культури як показника особистісної зрілості, вказував на те, що міра зрілості визначається сформованістю основ інформаційної культури та/або системно-інформаційною точкою зору людини на світ. Зрілість як інтегральна характеристика забезпечує оптимальне функціонування особистості як системи та передбачає здатність до креативності в сучасних умовах інформатизації [102]. Підґрунтям для досягнення інформаційної зрілості є здатність самостійно, креативно та усвідомлено створювати індивідуальний інформаційний простір.

Спираючись на дослідження щодо інформаційної грамотності [37; 63] та компетентності [84], можемо виокремити типологічні характеристики запропонованого концепту інформаційної зрілості особистості. Цей феномен може бути потрактований як здатність ефективно працювати з різними форматами та контекстами інформації, застосовуючи навички її оцінювання, використання і створення для досягнення поставленої мети. Інформаційно зріла людина має високий рівень загальної обізнаності, скептицизму та саморефлексії, що дає їй змогу уникати впливу маніпулятивної або упередженої інформації. Вважаємо, що концепт інформаційної зрілості особистості охоплює не лише засвоєння і розуміння знань, але й активне використання та застосування їх у різних контекстах з урахуванням різноманітних вимог, особистих потреб та мети. Важливим елементом інформаційної зрілості є також здатність адаптуватися до динамічного оточення і вирішувати завдання, які вимагають творчого підходу до проблемних ситуацій.

Таким чином, у широкому смислі інформаційну зрілість ми трактуємо як здатність розуміти, оцінювати та ефективно використовувати інформацію в різних сферах життя. У вузькому смислі ми визначаємо *інформаційну зрілість*

особистості як здатність до самодетермінованої інформаційної поведінки. На нашу думку, це поняття є більш широким відносно до понять інформаційної компетентності, інформаційної культури, медіагігієни та медіаграмотності, оскільки охоплює також фактор самодетермінації та свідомої поведінки. Тобто, інформаційно зріла людина може:

- самостійно та усвідомлено приймати рішення щодо інформації, яку вона споживає;
- робити висновки щодо її якості та необхідної кількості;
- здійснювати свідому поведінку при використанні ЗМК;
- отримувати від цього індивідуальну користь;
- зменшувати вразливість до негативного ІВ, враховуючи неможливість його абсолютного уникнення.

Тож, інформаційна зрілість особистості має важливу роль у сучасному суспільстві, адже вона не лише сприяє ефективному використанню інформаційних ресурсів, але й впливає на різноманітні аспекти життя кожного конкретного індивіда. Цей конструкт виконує ряд важливих функцій, які визначають її значущість і вплив на особистість та суспільство загалом. Спираючись на дотичні джерела [86; 37] з тематики інформаційної зрілості нами було виокремлено такі її функції.

1. Функція *забезпечення доступу до актуальної та достовірної інформації*. В умовах інформаційного перевантаження і постійних змін в інформаційному середовищі інформаційна зрілість забезпечує усвідомлений вибір особистістю найкращих джерел інформації та орієнтування в її масиві.

2. Функція *самоорганізації і саморегуляції в інформаційному середовищі* забезпечує людині можливість планувати, організовувати, коригувати процес отримання та використання інформації, а також розпізнавати та уникати перевантаження інформацією.

3. Функція *адаптації в інформаційному середовищі* функція відображає потенціал особистості щодо пристосування до змін, які відбуваються в інформаційному середовищі. Ця функція забезпечує індивіду

можливість впоратися зі складністю та невизначеністю ІС. Адаптаційну функцію інформаційної зрілості забезпечує певний рівень когнітивних, метакогнітивних і практичних умінь, що сприяють ефективному реагуванню на різного роду нововведення в інформаційному контексті, оптимальному вибору доцільних стратегій розв'язання інформаційних завдань.

4. Функція *поширення інформації* забезпечує особистості можливість ефективно спілкуватись та обмінюватись інформацією з іншими членами спільноти задля підвищення загального рівня знань. У межах цієї функції інформаційна зрілість виступає як вміння використовувати специфічні комунікаційні канали та інструменти, що пропонуються онлайн-спільнотами (форуми, блоги, соціальні мережі та інші платформи), де користувачі мають можливість обмінюватись досвідом.

На основі функціональних ознак інформаційної зрілості можемо виокремити параметри цього явища, інтеграція яких забезпечує гармонію та консистентність існування особистості в ІС. Ця інтеграція проявляється у збалансованому співвідношенні зовнішніх та внутрішніх чинників ІВ. Ми визначаємо такі параметри інформаційної зрілості (рис. 1.6.).

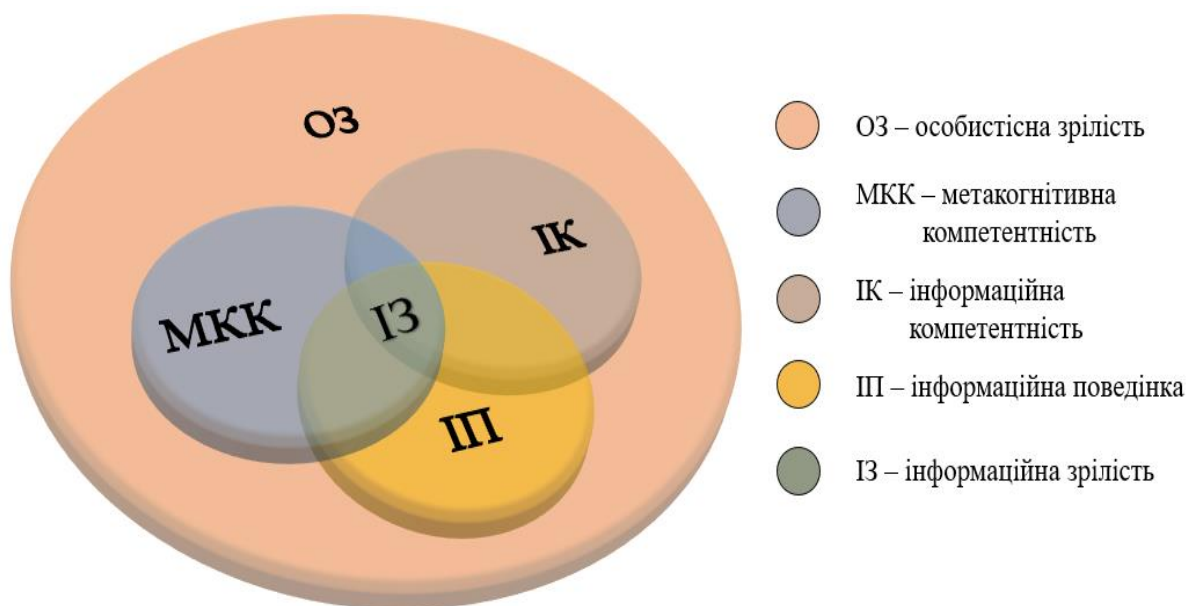


Рисунок 1.6. Параметри інформаційної зрілості

1. *Особистісна зрілість*, що сприяє:

- виявленню відповідальності,
- виявленню самоконтролю,
- адекватній реакції на ІВ,
- здатності до саморефлексії.

2. *Метакогнітивна компетентність* передбачає:

- здатність до свідомого контролю та регулювання власних мисленнєвих процесів;
- усвідомлення своїх пізнавальних стратегій;
- вміння моніторити та оцінювати свою продуктивність й ефективність навчання,
- здатність вносити корективи у свою пізнавальну стратегію задля досягнення кращих результатів.

3. *Інформаційна компетентність* визначається як:

- здатність до ефективного опанування, оцінювання та використання різноманітних типів інформації;
- здатність адекватно застосовувати методи збору даних;
- здатність оцінювати джерела інформації;
- здатність здійснювати свідому інтерпретацію інформаційних повідомлень.

4. *Інформаційна поведінка* відображає:

- самоконтроль процесу споживання інформації;
- використання інформації відповідно до визначеної мети;
- здатність планувати, організовувати та керувати інформаційним процесом;
- усвідомлення впливу інформації на власну діяльність.

Запропонована нами параметрична організація інформаційної зрілості демонструє, що інформаційна зрілість локалізується на перетині просторів метакогнітивної компетентності, інформаційної компетентності та інформаційної поведінки у загальному просторі особистісної зрілості. Тобто

інформаційна зрілість інтегрує такі властивості особистості певного рівня зрілості, які є значущими для уникнення маніпулятивного інформаційного впливу. Кожен з цих виокремлених параметрів відіграє в цьому певну унікальну роль, але разом вони тісно взаємопов'язані і сприяють гармонійному функціонуванню особистості в інформаційному середовищі. Так, феномен є найбільш широким та відображає сукупність психологічних, соціальних, когнітивних та емоційних аспектів особистості, розвинених на високому рівні. Особистісна зрілість як властивість особистості, що полягає у самодетермінації, розумінні своїх потреб, цінностей, володінні набором досконалих навичок і компетентностей, необхідних для успішної діяльності в різних сферах життя, є чинником адекватного функціонування параметрів інформаційної зрілості. До того ж, особистісна зрілість може бути розвинена та змінюватись протягом життя особистості через набуття досвіду, навчання та саморефлексії. Тобто, в нашому розумінні, особистісна зрілість виступає як центральний аспект інформаційної зрілості і є ключовим фактором, що визначає, наскільки успішно та ефективно особистість здійснює свою взаємодію з інформацією.

Припускаючи, що між цими параметрами існують взаємозв'язки, а практичний розвиток кожної з цих властивостей сприятиме більш ефективній інформаційній поведінці та підвищенню інформаційної зрілості, з'являється обґрунтована необхідність проведення діагностичного та емпіричного дослідження для перевірки цієї гіпотези, що може виступити основою для розробки програм та стратегій, спрямованих на розвиток інформаційної зрілості особистості.

Висновки до розділу 1

Отже, ми описали характеристики ІС, які створюють умови існування людини, а саме: зменшення впливу традиційних соціальних норм і звичаїв на індивідуальну поведінку та взаємовідносини між людьми; доступ до

інформації для всіх груп населення; доступність та зрозумілість наукової інформації для широкого загалу людей внаслідок чого підвищується рівень освіченості та наукової грамотності суспільства; залежність від інформації як усвідомлення необхідної умови для успішного функціонування в інформаційному суспільстві; використання досягнень інноваційного розвитку інформаційних технологій що призводить до глобалізації способів комунікації та культурної взаємодії та плюралізму суспільних правил.

Аналізуючи інформаційне суспільство та закономірності існування в ньому людини, дійшли висновку, що воно створює об'єктивні фактори інформаційного впливу, результати якого залежать від суб'єктивних чинників – особистісні властивості та поведінка, що визначають вразливість людини до позитивних і негативних впливів інформації.

У інформаційному просторі людина може виступати як об'єкт інформаційного впливу, якщо він має маніпулятивний характер та примушує її до певних оцінок та реакцій. У випадку інформаційного впливу, який ґрунтується на фактичному наповненні повідомлення, особистість є суб'єктом, що реалізує низку цілеспрямованих дій відповідно до усвідомленої оцінки інформації. Таким чином, інформаційний вплив ми визначили як дію, що спрямована на стан, думки, емоції та поведінку іншої людини за допомогою інформації.

Виокремлено психологічні механізми інформаційного впливу на особистість дорослої людини що пояснюють процес відображення інформації (емоційна залученість, когнітивна процесуальність), соціальну зумовленість інформаційної поведінки (соціальне порівняння, соціальне прийняття, соціальна авторитетність), особистісну зумовленість інформаційної поведінки (диспозиційна вибірковість, диспозиційні викривлення).

Визначено, що інформаційною поведінкою є активність особистості, яка полягає у здатності споживати інформацію, формувати до неї адекватне емоційне ставлення, здійснювати її раціональний аналіз, приймати

усвідомлені рішення щодо інформаційного контенту для забезпечення умов та засобів досягнення мети.

У результаті взаємодії людини з інформацією, виокремлено два типи інформаційної поведінки: зріла і незріла. Зріла інформаційна поведінка передбачає свідомий та обґрунтований вибір джерел інформації, критичний аналіз інформації та відстоювання власної точки зору на основі фактів. Незріла інформаційна поведінка характеризується відсутністю критичного аналізу інформації та упередженою довірою до певного джерела.

Запропоновано трактування поняття «інформаційна зрілість особистості» як здатності до самодетермінованої інформаційної поведінки. Виокремлено такі її функції: забезпечення доступу до актуальної та достовірної інформації, самоорганізація та саморегуляція в інформаційному середовищі, адаптація до нього та поширення інформації, поширення інформації. Визначено, що інформаційна зрілість локалізується на перетині просторів метакогнітивної компетентності, інформаційної компетентності та інформаційної поведінки у загальному просторі особистісної зрілості.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕХАНІЗМІВ ІНФОРМАЦІЙНОГО ВПЛИВУ

2.1. Обґрунтування програми та методів дослідження

В першому розділі ми дійшли висновку, що для того, аби приймати об'єктивні та ефективні рішення, людина має бути зрілою, володіти навичками критичного аналізу та самоконтролю емоцій та упереджень. Крім того, відмінності у віці можуть вплинути на швидкість та ефективність роботи з інформаційними контентами. Це зумовлено тим, що сприйняття інформації в Інтернеті базується на когнітивних схемах, які формуються в дитинстві, а система базових переконань, що формує світогляд підлітків, визначає їхню інтерпретацію соціальної інформації як здатності до когнітивної переробки.

Користувачам складно контролювати інформаційний потік, оскільки кількість соціальної інформації, яку необхідно проаналізувати та переробити, часто перевищує їхні можливості [95]. Так, у дослідженні Kühn S. та ін. показано, що постійне хаотичне використання Інтернету призводить до зниження активності мозкових функцій які відповідають за пам'ять, концентрацію та нейропластичність. Варто зауважити, що нейропластичність – це властивість мозку до адаптації та змін протягом життя, яка може зменшуватись у зв'язку із віком людини [56]. Існують відмінності між функціонуванням мозку молодих і дорослих людей, пов'язані із сенситивними періодами у розвитку. Сенситивні періоди є властивістю нейронних ланцюгів, і пластичність нейронів дозволяє досвіду давати вказівки ланцюгам обробляти або представляти інформацію в адаптивний спосіб [50]. Відповідно до описаних психологічних механізмів, було створено теоретичний фреймворк дослідження (рис 2.1.)



Рисунок 2.1. Теоретичний фреймворк вивчення психологічних механізмів інформаційного впливу на особистість дорослої людини.

Створення теоретичного фреймворку дозволило нам поставити такі робочі питання для дослідження.

1. Чи існують взаємозв'язки між параметрами інформаційної зрілості?

2. Як взаємодіють метакогнітивна компетентність та інформаційна поведінка?
3. Як взаємодіють особистісна зрілість та інформаційна поведінка?
4. Які параметри мають найбільшу вагу для формування зрілої інформаційної поведінки?
5. Які стратегії можуть бути застосовані для розвитку інформаційної зрілості дорослих людей?
6. Якими засобами можуть бути реалізовані стратегії розвитку інформаційної зрілості?

Розділ 2 містить відповіді на запитання 1-4, які стосуються дослідження інформаційного впливу на особистість дорослої людини. У розділі 3 викладено відповіді на запитання 5-6.

На емпіричному етапі дослідження було використано вербально-комунікативний метод збору даних (анкета) і психодіагностичні стандартні методики. Крім того, використання кількісних і якісних методів сприяло більш повному та різнобічному аналізу отриманих даних. Кількісні методи забезпечили збір та аналіз числових даних великого обсягу, що дозволило встановити статистичні зв'язки та генералізувати результати. Застосування якісних методів дозволило збирати та аналізувати якісну інформацію, розкривати нюанси та контекст, а також розуміти погляди, думки та досвід учасників дослідження [134].

Відповідно завдання емпіричного дослідження полягали у наступному.

1. Вибір діагностичних інструментів та створення анкети. Першим кроком було визначення необхідних діагностичних інструментів, які дозволили б збирати необхідну інформацію. Проведено огляд наявних діагностичних методик та інструментів, а також враховано особливості досліджуваної проблематики. На основі цього аналізу було прийняте рішення щодо розробки анкети як одного з вербально-комунікативних методів збору даних.

2. Збір даних. Необхідно було зібрати вичерпну інформацію, пов'язану з досліджуваною темою. Це включало збір даних від учасників дослідження за допомогою вербально-комунікативного методу (анкети) і психодіагностичних стандартних методик.

3. Аналіз даних. Отримані дані було піддано аналізу з використанням якісних і кількісних методів. Це дозволило виявити закономірності, тренди та зв'язки між різними змінними.

4. Інтерпретація результатів. Отримані результати було проаналізовано та інтерпретовано з метою зрозуміти їх значущість та перевірити гіпотези, поставлені в рамках дослідження.

5. Формулювання висновків. На основі аналізу та інтерпретації результатів було сформульовано висновки, які відповідали на поставлені дослідницькі запитання та завдання.

Збір даних відбувався в онлайн форматі із використанням платформи Google Forms, у період з серпня 2022 до січень 2023. Загалом взяло участь 203 особи дорослого віку, серед яких 29 чоловіків та 174 жінки. Розподіл за віком: 18-25 років – 55, 26-35 років – 47, 36-55 років – 78, 56-70 років – 23 особи (табл. 2.1. та рис. 2.2.).

Таблиця 2.1.

Розподіл досліджуваних за віком

Діагностичні групи	Кількість осіб	%
18-25 років	55	27,1
26-35 років	47	23,0
36-55 років	78	38,4
56-70 років	23	11,3
Разом по вибірці	203	100,0

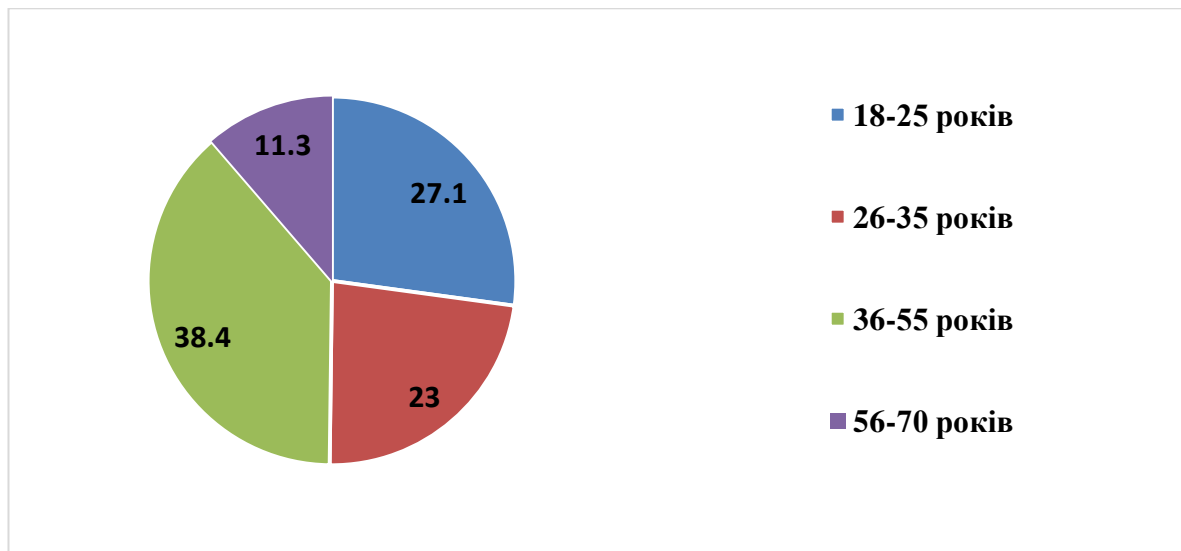


Рисунок 2.2. Розподіл досліджуваних за віком

Для отримання даних нами було використано такі вербально-комунікативні та психодіагностичні інструменти.

1. Методика «Самооцінка метакогнітивних знань і метакогнітивної активності» Скворцова Ю. В., Кашапов М. М. (2011) складається з питань, які стосуються знань про процеси мислення та навчання. Відповідаючи на питання, людина повинна оцінити свій рівень метакогнітивної свідомості. Загалом, методика дозволяє оцінити здатність до моніторингу та регулювання власного процесу мислення та навчання, а також її знання про метакогнітивні процеси. Опитувальник дозволяє виміряти шкали метакогнітивних знань та метакогнітивної активності й додаткові субшкали: концентрація, набуття інформації, вибір головних ідей, управління часом [151].

Метакогнітивні знання, тобто знання про власний процес мислення та навчання, певним чином пов'язані з інформаційною поведінкою та інформаційною компетентністю. Наприклад, люди з більш розвинутими метакогнітивними знаннями краще здатні контролювати свої процеси пошуку та оцінки інформації. Метакогнітивна компетентність відноситься до загальних пізнавальних здібностей особистості, які проявляються у формуванні системи знань про власну пізнавальну діяльність загалом та про

власні когнітивні особливості зокрема. Це охоплює метакогнітивний досвід, пов'язаний з усвідомленою рефлексією власного пізнавального процесу, метакогнітивні стратегії (процеси, які забезпечують контроль і регулювання пізнання), а також метакогнітивна компетентність, яка містить в собі використання різних способів структурування інформації та саморегуляцію пізнавальної діяльності.

2. Тест-опитувальник «Інформаційна компетентність особистості» Матохнюк Л. О. (2019), дозволяє оцінити рівень інформаційної компетентності та її аспекти: мотиваційний, когнітивний, проектно-поведінковий, емоційно-вольовий та правовий.

Інформаційна компетентність є загальною здатністю ефективно взаємодіяти з інформацією. Мотиваційний аспект відображає потреби особистості у самовираженні та вирішенні завдань. Когнітивний аспект охоплює рівень сприйняття, мислення та спілкування. Проектно-поведінковий аспект відображає рівень розвитку навички планування. Емоційно-вольовий аспект вимірює ступінь активності емоцій та почуттів та рівень вольових якостей. Правовий аспект відображає рівень сформованості громадянської активності, позиції, правової грамотності та світогляду [135].

3. Опитувальник особистісної зрілості Штепа О. С. (2008), який дозволяє визначити рівень особистісної зрілості та 10 особистісних рис, які є її індикаторами.

1. Відповідальність (свідоме прийняття людиною ролі автора та контролера свого життя і різних проектів, які вона здійснює, проявляється у прояві сміливості та впевненості в себе).

2. Креативність (здатність особистості втілювати власний погляд на життя в результаті своєї діяльності, створювати щось нове і унікальне).

3. Децентрація (здатність вести внутрішній діалог і бути різними в різних ситуаціях, при цьому залишатись вірними собі і забезпечувати самоперевірку).

4. Контактність (здатність бути щирою і відкритою у спілкуванні зі значущими людьми, розкривати свою особистість і вступаючи во взаємовідносини з ними).

5. Толерантність (готовність сприймати інших людей і події без упередженості і оцінки, прагнути до неконфліктності між собою і оточуючим світом).

6. Автономність (готовність довіряти собі і здатність до самовизначення, зберігати свою автентичність і незалежність).

7. Самоприйняття (здатність ставитися до себе з повагою і об'єктивною оцінкою, розглядаючи себе як проект, що має потенціал для розвитку).

8. Синергічність (здатність усвідомлювати себе як особистість, яка має сенс і внесок у світ та забезпечувати свою самодостатність).

9. Глибинність переживань (здатність до екзистенційного сприймання світу, розуміння глибинних значень і смислів життя).

10. Життєва філософія (свідоме розуміння людиною своєї реальності в контексті навколишнього світу, у пошуку сенсу і цілей життя, що забезпечує саморозвиток і самовираження) [169].

4. Авторська анкета «Інформаційна поведінка». Анкета розроблена з метою отримання даних про характеристики інформаційної поведінки та складена за критеріями валідності, а саме контентна валідність була оцінена методом експертних оцінок.

На першому етапі розробки анкети відбувалось формулювання програмних питань, які відповідають меті і завданням дослідження, концептуально відображають сутність досліджуваних явищ, і через це нефахівцями в галузі медіапсихології інтерпретуються на рівні не наукового, а побутового розуміння. Тому ми використали метод експертних оцінок, що у психологічній науковій-дослідній практиці застосовується у випадках складності проблеми, її новизни, відсутності стандартизованих психодіагностичних методик. Метод полягає в тому, що групою експертів надається аргументація та пропонується шляхи і способи вирішення завдань

дослідження, формуються кількісні оцінки певних досліджуваних феноменів, які у подальшому можна обробити формальними методами [120].

Експерти (від латинського «*expertus*» – досвідчений) – це особи, які мають знання у певній науковій галузі та досвід у відповідній практиці, і тому здатні висловити аргументовану думку щодо явища, яке вивчається. У нашому випадку експертами виступили 7 осіб, які мають зазначену кваліфікацію у галузі інформаційних технологій та комунікацій (3 психологи-фахівці з медіапсихології, 2 фахівці з соціології комунікацій, 2 журналісти).

Процедура експертної оцінки передбачає порівняння й оцінку будь-яких об'єктів, явищ, факторів та варіантів дій, приписавши кожному з них відповідне число, тобто виявлення експертом певної системи переваг. Залежно від того, за якою шкалою задані ці переваги, експертні оцінки містять більший або менший обсяг інформації і мають різну здатність до математичної формалізації. Варіантом призначення оцінок експертами може бути порядкова шкала, яка полягає в упорядкуванні об'єктів, а точніше, у виявленні за допомогою експертів прихованої впорядкованості, яка, притаманна безлічі об'єктів. Результатом оцінки є рішення про те, що будь-який об'єкт кращий за інший щодо певного критерію. За допомогою такої шкали експерти здійснюють ранжування – розташування об'єктів у порядку зростання або зменшення досліджуваної властивості. Ранжування дозволяє обрати із досліджуваної сукупності факторів найбільш суттєвий.

Оскільки застосована нами процедура експертної оцінки заснована на методі прямого ранжування переліку об'єктів, то для аналізу результатів були застосовані математичні методи для порядкових вимірювань.

1. *Коефіцієнт конкордації W* – множинний коефіцієнт рангової кореляції, який характеризує щільність зв'язку між довільною кількістю ознак, використовується для вимірювання узгодженості n критеріїв, які ранжували m експертів. Коефіцієнт W змінюється у діапазоні від 0 до 1. Якщо $W=1$, це означає що усі експерти однаково проранжували стимульний матеріал. Чим

ближче значення коефіцієнта W до нуля, тим менш узгодженими є індивідуальні результати.

2. *Відносна вага* w_i – показник, який демонструє важливість кожного явища на основі рангів, призначених досліджуваними.

3. *Рейтинг* – числовий показник, який обчислюється на основі рангів досліджуваного явища, оціненого усіма експертами.

4. *Середнє значення* \bar{X} є мірою центральної тенденції вибірки та використовується для формування узагальненої оцінки групи досліджуваних. Цінністю середнього (у порівнянні з іншими мірами центральної тенденції – модою і медіаною) є те що на його величину впливають усі значення показника X по вибірці, а також те, що середнім можна замінити усі окремі показники і при цьому забезпечується мінімальна статистична помилка, яка не змінює достовірності результатів і якою можна знехтувати.

5. *Середнє стандартне відхилення* s_x демонструє ступінь розмаху індивідуальних оцінок.

6. *Варіаційний розмах* R – величина різниці між максимальною та мінімальною оцінками явища досліджуваними, використовується для аналізу міри розмаху оцінок експертів.

7. *Коефіцієнт варіації* V в оцінках респондентів також дозволяє визначити міру розмаху, виражається у відсотках [149].

Експертам був запропонований перелік з 8 характеристик інформаційної поведінки, які необхідно було оцінити за критерієм вагомості щодо самодетермінованості інформаційної поведінки та проранжувати ці характеристики від 1 (найбільша перевага) до 8 (найменша перевага).

Цей перелік був складений відповідно до розуміння інформаційної поведінки як процесу пошуку, отримання, використання, збереження та поширення інформації, а також здатності людини споживати інформацію, ставитись до неї емоційно, аналізувати її раціонально і приймати обґрунтовані рішення, досягати ефективності у своїй діяльності та взаємодіяти в

інформаційному полі з іншими людьми. Якість та ефективність інформаційної поведінки залежить від дій, які виконує людина під час користування джерелами інформації, та враховує актуальні та потенційні наслідки для особи, її життя та оточуючого середовища, відображаючи при цьому внутрішні умови: ставлення до соціального контексту, схильність до споживання інформації, знання, вразливість до медійного впливу, готовність до самостійного вибору і прийняття рішень. Як результат, отримано таку послідовність, що зазначена у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2.

Статистичні показники характеристик інформаційної поведінки

№	Назва критерію	w_i	Рейтинг	\bar{X}	s_x	R	V
1.	Оцінка	0,06	1,5	2,1	1,07	2	49,89
2.	Використання	0,06	1,5	2,1	1,35	3	62,78
3.	Поширення	0,07	3	2,4	0,53	1	22,01
4.	Час	0,09	4	3,3	1,25	3	38,15
5.	Пошук	0,16	5	5,9	1,07	3	18,25
6.	Збереження	0,17	6	6,3	1,38	3	21,96
7.	Самоконтроль	0,19	8	7,0	1,15	3	16,50
8.	Знання	0,19	7	6,9	0,69	2	10,06

Ступінь узгодженості думок експертів була визначена за допомогою коефіцієнта конкордації W . Було отримано значення $W=0,80$, що свідчить про високу узгодженість переваг експертів. За показниками відносної ваги характеристик ІІ початковий перелік був звужений до 4 об'єктів, які виступили як програмні питання та критерії для наступних етапів розробки анкети: оцінка, використання, поширення, час. Слід зауважити, що відносна вага знаходиться в оберненій пропорційній залежності від її числового показника, оскільки при упорядкуванні найбільш значущі показники оцінювались меншими числами. Обрані експертами 4 характеристики були покладені в основу шкал анкети для об'єднання запитань у логічні блоки.

Шкала «Оцінка» визначає ступінь вміння та навичок респондентів оцінювати інформацію: здатність досліджуваних критично аналізувати інформацію, розрізняти точну та правдиву інформацію, формувати обґрунтовані судження та здійснювати відповідні висновки. Шкала «Використання» відображає способи й ефективність систематизування та використання інформації у практичній діяльності для прийняття рішень, розв'язання завдань та досягнення поставлених завдань. Шкала охоплює вміння адаптувати інформацію до конкретних потреб, організувати її і перетворювати на знання. Шкала «Поширення» визначає ступінь готовності індивідів до взаємодії з іншими людьми, бажання розповсюджувати знання, інформацію, матеріали та ідеї. Шкала відображає соціальний аспект інформаційної поведінки, демонструє роль людини у поширенні та обміні інформацією, а також його вплив на оточуючих. Шкала «Час» спрямована на вимірювання та оцінку часових аспектів, пов'язаних з інформаційною діяльністю. Вона дозволяє визначити, як респонденти розподіляють свій час взаємодії з інформацією, скільки часу вони приділяють на пошук, сприйняття та обробку інформації, а також оцінити ефективність управління часом та раціональне використання в процесі інформаційної поведінки.

На наступному етапі програмні питання були переведені в анкетні, які відповідають меті дослідження спираються на побутове розуміння респондентами досліджуваного феномену, тобто питання які безпосередньо становлять стимульний матеріал анкети. За шкалою «Оцінка» було запропоновано перелік з 8 питань (табл.2.3), які експерти також ранжували від 1 (найбільша перевага) до 8 (найменша перевага).

Значення коефіцієнта $W=0,81$ демонструє високу узгодженість переваг експертів. В результаті була отримана послідовність питань відповідно до показників відносної ваги і сформовано звужений перелік із 3 об'єктів.

1. Чи впливають особисто на Вас медіа? Як само?
2. Які джерела інформації Ви вважаєте надійними?

3. За якими ознаками ви визначаєте маніпулятивне повідомлення/новину?

Таблиця 2.3.

Статистичні показники за шкалою «Оцінка»

№	Назва критерію	w	Рейтинг	\bar{X}	s_x	R	V
1	1. Чи впливають особисто на Вас медіа? Як само?	0,05	1	2,4	0,76	2	44,10
2	4. Які джерела інформації Ви вважаєте надійними?	0,06	2,5	1,4	1,07	2	49,89
3	6. За якими ознаками ви визначаєте маніпулятивне повідомлення/новину?	0,06	2,5	2,1	0,69	2	32,20
4	2. Як ви визначаєте, яка інформація є об'єктивною і надійною, а яка необ'єктивною або спотвореною	0,13	4	4,6	1,21	3	25,01
5	3. Як ви оцінюєте авторитет джерела інформації, з якого ви отримуєте новини або іншу інформацію?	0,15	5	6,6	1,40	4	25,74
6	5. Як часто ви перевіряєте факти та джерела інформації, перш ніж ділитися нею з іншими людьми?	0,17	6,5	6,6	1,46	3	23,83
7	8. Як ви реагуєте на інформацію, яка суперечить вашим попереднім переконанням або точці зору?	0,17	9	7,7	1,25	3	17,40
8	7. Як ви оцінюєте об'єктивність інформації, яку ви отримуєте з різних джерел?	0,21	7	7,4	2,15	2	10,59

За шкалою «Використання» експертам було запропоновано перелік з 9 питань (табл. 2.4), які вони ранжували від 1 до 9. Оскільки коефіцієнт конкордації ($W=0,51$) демонструє достатню узгодженість переваг експертів, то за показниками відносної ваги було виокремлено 3 головних питання.

1. Для чого ви, як правило, використовуєте інтернет? Оберіть тільки те, чим ви займалися за останній місяць.
2. Яким чином ви перевіряєте інформацію на достовірність?
3. Чи помічаєте ви що обираєте товари та послуги які бачили в рекламі?

Таблиця 2.4.

Статистичні показники за шкалою «Використання»

№	Назва критерію	w	Рейтинг	\bar{X}	s_x	R	V
1	3. Для чого ви, як правило, використовуєте інтернет? Оберіть тільки те, чим ви займалися за останній місяць.	0,04	1	2,0	1,00	2	50,00
2	7. Яким чином ви перевіряєте інформацію на достовірність?	0,05	2	2,3	1,11	3	48,68
3	8. Чи помічаєте ви що обираєте товари та послуги які бачили в рекламі?	0,07	3	3,1	2,41	6	76,69
4	1. Як часто ви використовуєте інформацію, яку ви отримуєте, для вирішення повсякденних проблем або прийняття рішень?	0,13	4,5	5,7	2,69	7	47,08
5	2. Як часто ви використовуєте інформацію для пошуку нових можливостей та розвитку?	0,13	6	6,0	1,83	5	30,43
6	4. Як ви використовуєте інформацію для підтримки своїх думок, переконань або точок зору?	0,15	8	6,9	2,12	5	30,85
7	5. Як часто ви ділитесь з іншими людьми інформацією, яку ви знайшли або вважаєте цікавою?	0,16	9	7,1	1,68	5	23,47
8	6. Як ви використовуєте інформацію для підвищення своєї ефективності і продуктивності в різних сферах життя (навчання, робота, особисті цілі)?	0,14	7	6,1	1,07	3	17,40
9	9. Як ви використовуєте інформацію для розв'язання складних проблем або пошуку альтернативних рішень?	0,13	4,5	5,7	2,56	7	44,86

За шкалою «Поширення» експерти ранжували 6 питань від 1 до 6. Значення коефіцієнта $W=0,89$ свідчить про високу узгодженість вподобань експертів, отже на основі відносної ваги показників (табл. 2.5.) маємо змогу сформулювати список питань із 2 об'єктів.

1. Чи схильні Ви ділитись інформацією, яку знаходите в мережі Інтернет з Вашими знайомими (репости, пересилання, історії, особисте спілкування)?
2. Чи долучаєтесь Ви до обговорення актуальних питань у соціальних мережах?

Таблиця 2.5.

Статистичні показники за шкалою «Поширення»

№	Назва критерію	w	Рейтинг	\bar{X}	s_x	R	V
1	1. Чи схильні Ви ділитись інформацією, яку знаходите в мережі Інтернет з Вашими знайомими (репости, пересилання, історії, особисте спілкування)?	0,08	5	1,7	0,49	1	28,46
2	3. Чи долучаєтесь Ви до обговорення актуальних питань у соціальних мережах?	0,07	4	1,6	0,79	2	50,07
3	4. Як часто ви поширюєте інформацію, яка може мати значення для інших людей (наприклад, практичні поради, цікаві статті, корисні ресурси)?	0,20	7	4,3	1,38	3	32,20
4	5. Чи впливають ваші дії щодо поширення інформації на думку або поведінку інших людей?	0,18	6	3,9	1,57	5	40,80
5	6. Як часто ви розповідаєте про цікаві новини, події або відкриття своїм знайомим або колегам?	0,22	8	4,7	0,95	3	20,18
6	2. Чи відповідаєте ви на запитання та прохання інших людей щодо інформації, яку ви знаєте?	0,23	9	4,9	1,21	3	25,01

За шкалою «Час» було запропоновано 6 питань. Достатню узгодженість переваг експертів визначено завдяки значенню коефіцієнта конкордації ($W=0,55$). Показники відносної ваги (табл. 2.5.), демонструють, що експерти надали перевагу двом таким питанням.

1. Скільки часу ви витрачаєте на контакт із гаджетами (телефон, смартфон, планшет, комп'ютер, телевізор)?
2. Скільки часу на день у середньому Ви витрачаєте на знайомство з новинами в різних медіа?

Отже, на основі методу експертних оцінок було оформлено анкету для визначення характеристик інформаційної поведінки.

Таблиця 2.5.

Статистичні показники за шкалою «Час»

№	Назва критерію	w_i	Рейтинг	\bar{X}	s_x	R	V
1	8. Скільки часу ви витрачаєте на контакт із гаджетами (телефон, смартфон, планшет, комп'ютер, телевізор)?	0,03	1	1,4	0,53	1	37,42
2	10. Скільки часу на день у середньому Ви витрачаєте на знайомство з новинами в різних медіа?	0,04	2	2,1	1,07	2	49,89
3	1. Чи даєте ви собі час аби перепочити від сприймання медіа-контенту?	0,04	3	2,4	0,53	1	22,01
4	5. Як часто ви перевіряєте свої соціальні медіа-акаунти або електронну пошту?	0,08	4	4,6	1,13	3	24,80
5	9. Як часто ви використовуєте медіа (телевізор, смартфон, комп'ютер) перед сном?	0,12	5,5	6,6	1,72	4	26,15
6	2. Як часто ви відсторонюєтеся від медіа для здорового відпочинку або для занять іншими справами?	0,12	5,5	6,6	1,27	4	19,36
7	3. Як часто ви відсторонюєтеся від медіа під час робочого часу або навчання?	0,14	7	7,4	2,15	5	28,93
8	4. Як часто ви відчуваєте, що ви витрачаєте занадто багато часу на споживання інформації з медіа?	0,14	9	7,7	1,25	4	16,25
9	6. Як ви оцінюєте свою здатність контролювати кількість часу, який ви проводите на споживання інформації з медіа?	0,14	8	7,6	2,76	6	36,46
10	7. Скільки часу на добу ви проводите на споживання інформації з медіа (включаючи телебачення, соціальні мережі, Інтернет, читання новин тощо)?	0,16	10	8,6	1,27	4	14,84

Третій етап розробки анкети полягав у наповненні питань варіантами відповідей. Спираючись на розробки дослідників у галузі медіапсихології [142; 144] було сформовано перелік варіантів, які охоплюють широкий спектр можливої активності відповідно до шкали та змісту питання. Наприклад, маніпулятивне повідомлення має декілька характеристик: висвітлено лише один бік події; інформація не повна або не точна; замало аргументів, багато кліше, ярликів, стереотипних суджень; надмірна емоційна забарвленість;

відсутні посилання на джерело; емоційна маніпуляція, наприклад залякування; подію коментують невідомі або упереджені експерти; маніпуляція цифрами, даними соціологічних досліджень; факти подаються разом з оцінками; цитата чи подія подані окремо, висмикнуті з контексту. Остаточний та деталізований варіант анкети «Інформаційна поведінка», наведено у додатку А у вигляді стимульного матеріалу.

На нашу думку, інформаційна поведінка, інформаційна компетентність, особистісна зрілість, метакогнітивні знання і метакогнітивна активність є взаємопов'язаними конструктами. Такий підбір методів дослідження обумовлений нашими припущеннями щодо наявних зв'язків між цими явищами. Ми припускаємо, що інформаційна компетентність пов'язана з інформаційною поведінкою, оскільки вона охоплює знання, уміння та навички, необхідні для ефективної обробки та використання інформації. Особистісна зрілість, з іншого боку, містить риси, які забезпечують здійснення зрілої (самодетермінованої) інформаційною поведінкою.

2.2. Аналіз результатів дослідження

Для визначення характеру зв'язку між діагностованими параметрами інформаційної зрілості особистості нами був проведений кореляційний аналіз із застосуванням коефіцієнту r_{xy} -Пірсона. Статистичній перевірці підлягають такі гіпотези.

H_0 : припускаємо що між параметрами інформаційної зрілості відсутні статистично достовірні зв'язки

H_1 : припускаємо що між параметрами інформаційної зрілості наявні статистично достовірні зв'язки

Нульову гіпотезу відхиляють на рівні значущості α якщо одnobічне критичне значення t -критерію Стьюдента (t_{em}) не перевищує емпіричного значення [149]. Якщо $t_{em} > t_{0,01}$, нульову гіпотезу відхиляють на рівні значущості $p < 0,1$; якщо $t_{0,05} < t_{em} < t_{0,01}$ нульову гіпотезу відхиляють на рівні

значущості $p < 0,05$. У нашому випадку для вибірки величиною $n=203$, критичні значення $t_{0,05} = 1,65$, $t_{0,01} = 2,35$.

У таблиці 2.6. наведено результати кореляційного аналізу показників інформаційної поведінки (ІП), інформаційної компетентності (ІК), особистісної зрілості (ОЗ), метакогнітивних знань (МКЗ) та метакогнітивної активності (МКА).

Таблиця 2.6.

**Матриця кореляційних зв'язків
параметрів інформаційної зрілості**

		ІП	ІК	ОЗ	МКЗ
ІК	r_{xy}	0,24**			
	t_{emn}	2,44			
ОЗ	r_{xy}	0,21*	0,31**		
	t_{emn}	2,13	3,31		
МКЗ	r_{xy}	0,18*	0,35**	0,42**	
	t_{emn}	1,88	3,77	4,67	
МКА	r_{xy}	0,22*	0,32**	0,25**	0,69**
	t_{emn}	2,18	3,34	2,58	9,51

Примітка: * – на рівні значущості $p < 0,05$; ** – на рівні значущості $p < 0,1$

Як видно з матриці, між усіма показниками існує сильний та помірний додатний зв'язок. Це свідчить про зумовленість інформаційної зрілості такими психологічними факторами:

- рівнем особистісної зрілості взагалі, тобто здатністю особистості до самодетермінації на основі власних усвідомлених критеріїв вибору, наявності психологічних та операційно-діяльнісних можливостей як для здійснення такого вибору, так і для відповідної цілеспрямованої регуляції поведінки;
- рівнем усвідомленості інформаційної поведінки на основі способів оцінки, використання та поширення інформації;
- рівнем та змістом інформаційної компетентності на основі намірів (мотивів) споживання інформації, когнітивних способів аналізу інформації,

емоційно-вольових способів регуляції інформаційного процесу, правових регуляторів інформаційного споживання;

– рівнем метакогнітивної компетентності у ракурсі наявності знань щодо власних індивідуально-психологічних можливостей відображення інформації та способів когнітивного аналізу.

Результати кореляційного аналізу компонентів інформаційної поведінки, інформаційної компетентності, особистісної зрілості та метакогнітивної компетентності представлені у таблицях 2.7 – 2.9. Відповідно до них можемо констатувати наступні висновки.

Зв'язки між показниками часу інформаційної поведінки, оцінки, використання і поширення інформації та показниками мотиваційного, когнітивного, проєктно-поведінкового і правового компонентів інформаційної компетентності мають додатний сильний та помірний характер. Це означає, що здійснення зрілої інформаційної поведінки на свідомому рівні забезпечується достатнім рівнем інформаційної компетентності.

Також зауважимо, що цілеспрямована й усвідомлена інформаційна поведінка потребує відповідного особистісного і когнітивного інструментарію: сформованості властивостей та процесів, функціонування яких реалізує здатність індивіда до самодетермінації, самоконтролю та самооцінки власної активності взагалі, та зрілої інформаційної поведінки зокрема. Тобто для зрілої інформаційної поведінки необхідною умовою є певний рівень особистісної зрілості і метакогнітивної компетентності, що підтверджується результатами кореляційного аналізу. Так, між показниками інформаційної поведінки, компонентів метакогнітивної компетентності та рис особистісної зрілості (відповідальність, децентрація, життєва філософія, креативність) наявний сильний та помірний зв'язок (табл. 2.7.).

Таблиця 2.7.

**Кореляційний зв'язок між показниками ІІ та ІК, МКК, ОЗ
із застосуванням коефіцієнту r_{xy} -Пірсона**

	ІІ	Час	Оцінка	Використання	Поширення
Інформаційна компетентність					
Мотиваційний	0,54**	0,18*	-	-	0,17*
Когнітивний	0,45**	0,17*	0,21*	-	0,32**
Проектно-поведінковий	0,27**	0,22*	-	0,18*	-
Емоційно-Вольовий	0,39**	-	-	0,16*	-
Правовий	0,34**	-	0,22*	0,24**	0,39*
ІК	0,24**	-	-	0,21*	0,33**
Метакогнітивна компетентність					
Концентрація	0,16*	-	0,16*	-	-
Набуття інформації	0,18*	0,17*	-	-	0,21*
Вибір головних ідей	-	-	0,18*	-	0,21*
Управління часом	0,20*	0,21*	-	0,19*	0,23**
Метакогнітивні знання	0,16*	-	-	-	0,20*
Метакогнітивна активність	0,21*	-	-	-	0,23**
Особистісна зрілість					
Відповідальність	0,23**	0,26**	0,16*	0,21*	-
Децентрація	0,21*	-	0,18*	0,20*	-
Глибинність переживань	-	-	-	-	0,25**
Життєва філософія	0,19*	-	0,17*	0,28**	-
Толерантність	-	0,18*	-	-	-
Автономність	-	-	-	-	-0,19*
Контактність	-	-	-	-	-
Самоприйняття	-	-	-	-	-
Креативність	-	0,16*	-	-	0,19*
Синергічність	-	-	-	-	-
ОЗ	0,21*	-	0,17*	-	0,21*

Примітка: * – на рівні значущості $p < 0,05$; ** – на рівні значущості $p < 0,1$

Як демонструють результати кореляційного аналізу, компоненти ІК та метакогнітивної компетентності мають сильні й помірні додатні зв'язки, які свідчать про таку взаємну залежність: процес вибіркового сприйняття інформації (концентрація), свідомий процес її логічного запам'ятовування (набуття інформації), її аналіз та усвідомлення (вибір головних ідей) здійснюється на основі самоконтролю протягом певного часу (управління часом) (табл. 2.8.).

Таблиця 2.8.

Кореляційний зв'язок між показниками ІК та МКК

ІК	МКК					
	Концентрація	Набуття інформації	Вибір головних ідей	Управління часом	МКЗ	МКА
Мотиваційний	0,22*	0,19*	-	0,25**	0,28**	0,21*
Когнітивний	0,19*	0,21*	-	-	0,16*	0,18*
Проектно-поведінковий	-	0,23**	-	0,20*	0,19*	0,29**
Емоційно-вольовий	-	-	-	-	-	-
Правовий	0,18*	0,18*	-	0,24**	0,25**	0,18*
<i>ІК</i>	<i>0,26**</i>	<i>0,29**</i>	<i>0,18*</i>	<i>0,32**</i>	<i>0,35**</i>	<i>0,32**</i>

Примітка: * – на рівні значущості $p < 0,05$; ** – на рівні значущості $p < 0,1$

Як було зазначено вище, особистісна зрілість виступає одночасно підґрунтям і простором реалізації інформаційної зрілості, тобто з розвитком здатності до самодетермінації підвищується рівень самоконтролю свідомої інформаційної поведінки, а це, у свою чергу, забезпечується удосконаленням інформаційних та метакогнітивних компетентностей. Результати кореляційного аналізу (табл. 2.9.) вказують на сильний та помірний зв'язок між показниками компонентів метакогнітивної компетентності та рис особистісної зрілості (окрім відповідальності і креативності).

Таблиця 2.9.

Кореляційний зв'язок між показниками ОЗ та МКК

МКК	Концентрація	Набуття інформації	Вибір головних ідей	Управління часом	МКЗ	МКА
ОЗ						
Відповідальність	0,29**	-	-	-	-	0,17*
Децентрація	-	-	-	-	-	-
Глибинність переживань	-	0,21*	0,34**	0,31**	0,31**	0,20*
Життєва філософія	-	-	-	-	0,17*	-
Толерантність	0,35**	0,28**	0,35**	0,37**	0,44**	0,34**
Автономність	0,31**	0,28**	0,36**	0,33**	0,37**	0,37**
Контактність	0,28**	-	0,18*	0,18*	0,23**	0,21**

ІК	Мотиваційний	Когнітивний	Проектно-поведінковий	Емоційно-вольовий	Екологічний	Правовий	ІК
ОЗ							
Контактність	-	-	-	-	-	-	0,24**
Самоприйняття	-	0,17*	-	-	-	-	-
Креативність	-	-	-	-	-	0,21*	-
Синергічність	-	-	-	-	-	-	-
ОЗ	0,17*	0,18*	-	-	-	0,26**	0,31*

Примітка: * – на рівні значущості $p < 0,05$; ** – на рівні значущості $p < 0,1$

З метою визначення впливу вікових особливостей параметрів інформаційної зрілості особистості всіх досліджуваних було розподілено у чотири групи (табл. 2.1., рис. 2.1.). Зазначимо, що нами було використано критерій епігенетичного принципу щодо вікової періодизації становлення особистості на основі формування особистісної зрілості.

Для визначення статистично значущих відмінностей між групами досліджуваних був здійснений порівняльний аналіз з використанням H -критерію Крускала-Волліса. Статистичній перевірці підлягають такі гіпотези.

H_0 : середні показники параметрів інформаційної зрілості не відрізняються для різних вікових груп.

H_1 : середні показники параметрів інформаційної зрілості відрізняються для різних вікових груп.

Висновок робиться на основі розподілу χ^2 (у нашому випадку $\chi^2_{0,05} = 7,81$, $\chi^2_{0,01} = 11,34$). Якщо $H_{emn} > \chi^2_{0,05}$, нульову гіпотезу відхиляють на рівні значущості $p < 0,05$; якщо $H_{emn} > \chi^2_{0,01}$, нульову гіпотезу відхиляють на рівні значущості $p < 0,001$.

У таблиці 2.11. та додатку Б наведені усереднені показники (\bar{X}) і стандартні відхилення (s_x) параметрів інформаційної зрілості, а також показники двобічного H -критерію (H_{emn}) для різних груп досліджуваних за віковим критерієм.

Таблиця 2.11.

**Порівняння параметрів інформаційної зрілості
в різних вікових групах**

Шкали	18-25 років		26-35 років		36-55 років		56-70 років		H_{em}
	\bar{X}	s_x	\bar{X}	s_x	\bar{X}	s_x	\bar{X}	s_x	
Ш	30,0	7,05	28,2	5,82	27,2	7,50	27,0	8,33	-
ІКО	19,5	3,57	19,4	3,08	19,0	3,51	18,3	3,10	-
ОЗ	51,6	4,78	54,2	5,59	58,8	6,01	55,3	4,53	9,25*
МГЗ	11,5	3,25	12,6	3,6	13,2	3,54	11,6	3,50	8,45*
МКА	10,3	2,69	11,6	2,95	12,5	2,43	10,7	3,44	9,07*

Примітка: * – на рівні значущості $p < 0,05$; ** – на рівні значущості $p < 0,1$

На підставі наведених числових даних (табл. 2.11.) та гістограми (рис. 2.3). можемо з певною мірою умовності змоделювати узагальнені вікові профілі інформаційної зрілості дорослої людини та виявити тенденції щодо її окремих параметрів. Так, у віковому напрямку особистісної зрілості демонструє тенденцію до зростання. Це пояснюється тим, що з набуттям соціального, трудового, психологічного досвіду людина отримує як систему відповідних адаптивних навичок, так і формує індивідуальну стратегію копіngu, а також апробує їхню ефективність. Подібну тенденцію спостерігаємо для параметру інформаційної компетентності, оскільки у процесі життєдіяльності та споживання інформації також забезпечує людині адекватне цілепокладання, вибір валідних способів досягнення мети, урахування своєї ресурсності та умов оточення. Щодо параметрів метакогнітивної компетентності, то тут не можемо стверджувати про наявність значних вікових відмінностей. Це пояснюється тим, що молодші досліджувані зростали і проходили становлення в умовах сучасного ІС, тому їхні когнітивні структури склалися як результат інтеріоризації суспільно представлених медіапродуктів, а їхня пізнавальна діяльність є сукупністю пристосувальних операцій.

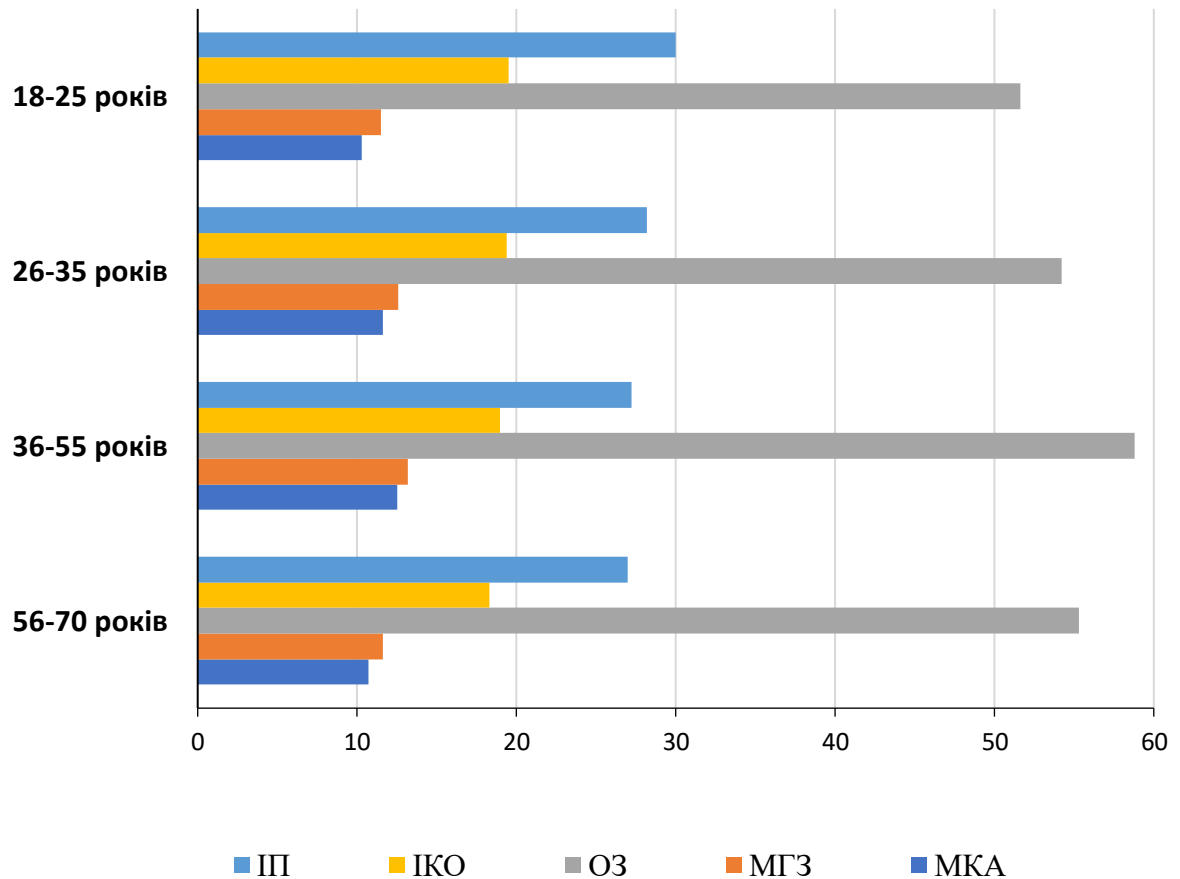


Рисунок 2.3. Усереднені показники параметрів інформаційної зрілості у різних вікових групах

Пізнавальна діяльність старших досліджуваних при споживанні сучасної інформації із медіаджерел є результатом формування свідомих операцій, які склалися через трансформацію первинних способів інформаційної поведінки. Слід також акцентувати на відсутність явних вікових відмінностей за параметром інформаційної поведінки. Це можна пояснити відсутністю відповідних навичок щодо усвідомленого аналізу фактичного навантаження інформації, а також способів протидії емоційним викликам та маніпулятивним впливам.

Можемо зазначити такі відмінності у роботі з інформаційними контентами відповідно до віку людини. Так, молоді люди, порівняно зі старшими, виявляють більшу швидкість та вміння виконувати завдання,

пов'язані з використанням комп'ютера. Це зумовлено тим, що сприйняття інформації в Інтернеті базується на когнітивних схемах, які формуються в дитинстві, а система базових переконань, що формує світогляд підлітків, визначає їхню інтерпретацію соціальної інформації як здатності до когнітивної переробки. Хоча переконання можуть змінюватись з часом, але у дорослих людей вони міцніші та менш піддаються змінам.

Однак, відомо, що зі зростанням віку, знижується швидкість інформаційної обробки та когнітивні здібності. Це може призвести до меншої здатності розуміти складні інформаційні змісти та важливість деяких елементів. Зрілість, як один із головних показників розвитку людини, впливає на її мислення та свідому інформаційну поведінку. Люди, що мають більш високий рівень особистісної зрілості також схильні до аналізу та оцінки інформації, яку отримують. Це дозволяє їм здійснювати свідомі вибори у використанні інформаційних ресурсів та зменшує ризик негативного впливу недостовірної інформації.

Розвиток здібностей до критичного аналізу інформації є важливим завданням для кожної людини, адже він допомагає уникнути помилкових переконань та неправильних рішень. Для досягнення цього необхідно вчитись розрізняти джерела інформації за їхнім авторитетом та об'єктивністю, розуміти сутність понять та аргументів, які використовуються для підтримки певної точки зору.

У додатку Б представлено результати порівняльного аналізу компонентів метакогнітивної компетентності, інформаційної поведінки, інформаційної компетентності та рис особистісної зрілості. На гістограмах (рис 2.4.-2.7.) наочно представлені усереднені показники зазначених параметрів.

Щодо компонентів інформаційної поведінки (рис. 2.4.) можемо констатувати таке:

– між віковими групами відсутні статистично достовірні відмінності за часом інформаційної поведінки, використанням і поширенням інформації, що підтверджує теоретичні положення про зумовленість інформаційної зрілості та її параметрів (зокрема інформаційної поведінки) не віковими досягненнями і досвідом, а саме інформаційною компетентністю;

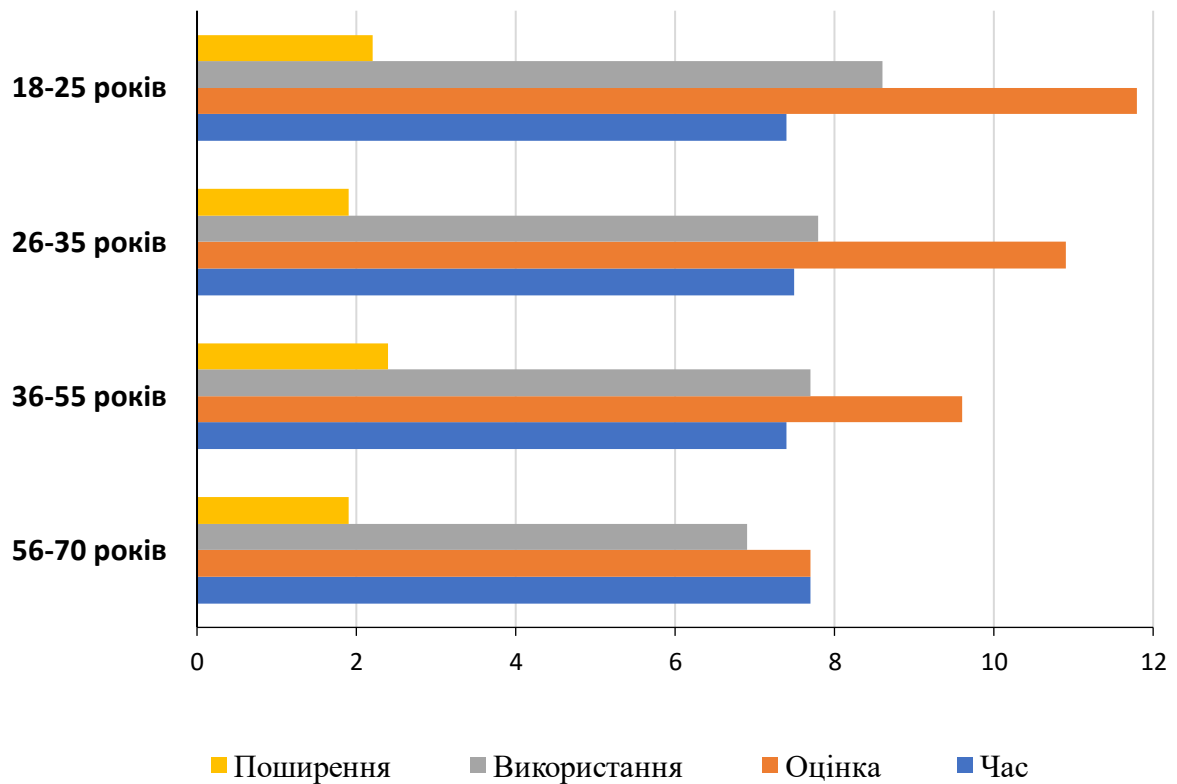


Рисунок 2.4. Усереднені показники компонентів інформаційної поведінки у різних вікових групах

– у віковому ракурсі зменшується питома вага оцінки інформації, тобто більш дорослі люди не схильні до критичного аналізу інформації щодо її фактичного навантаження та відповідності реальним умовам соціального контексту; на підставі чого можемо підтвердити наші припущення про те, що представники зрілої вікової категорії більш вразливі до маніпулятивного впливу емоційно насиченого повідомлення і, відповідно, не мають навичок свідомої інформаційної поведінки; аналогічну тенденцію можемо констатувати щодо використання інформації;

– люди вікових категорій 18-25 та 36-55 більш схильні поширювати інформацію, ніж інші вікові групи; це можна пояснити тим, що представники першої категорії соціалізуються із самого початку в ІС, а його соціально-психологічні умови для них є первинно природними; представники категорії 36-55, хоча і проходили становлення в інших соціальних умовах, але на цьому етапі свого життя є активними суб'єктами професійної діяльності, яка потребує спілкування і взаємодії.

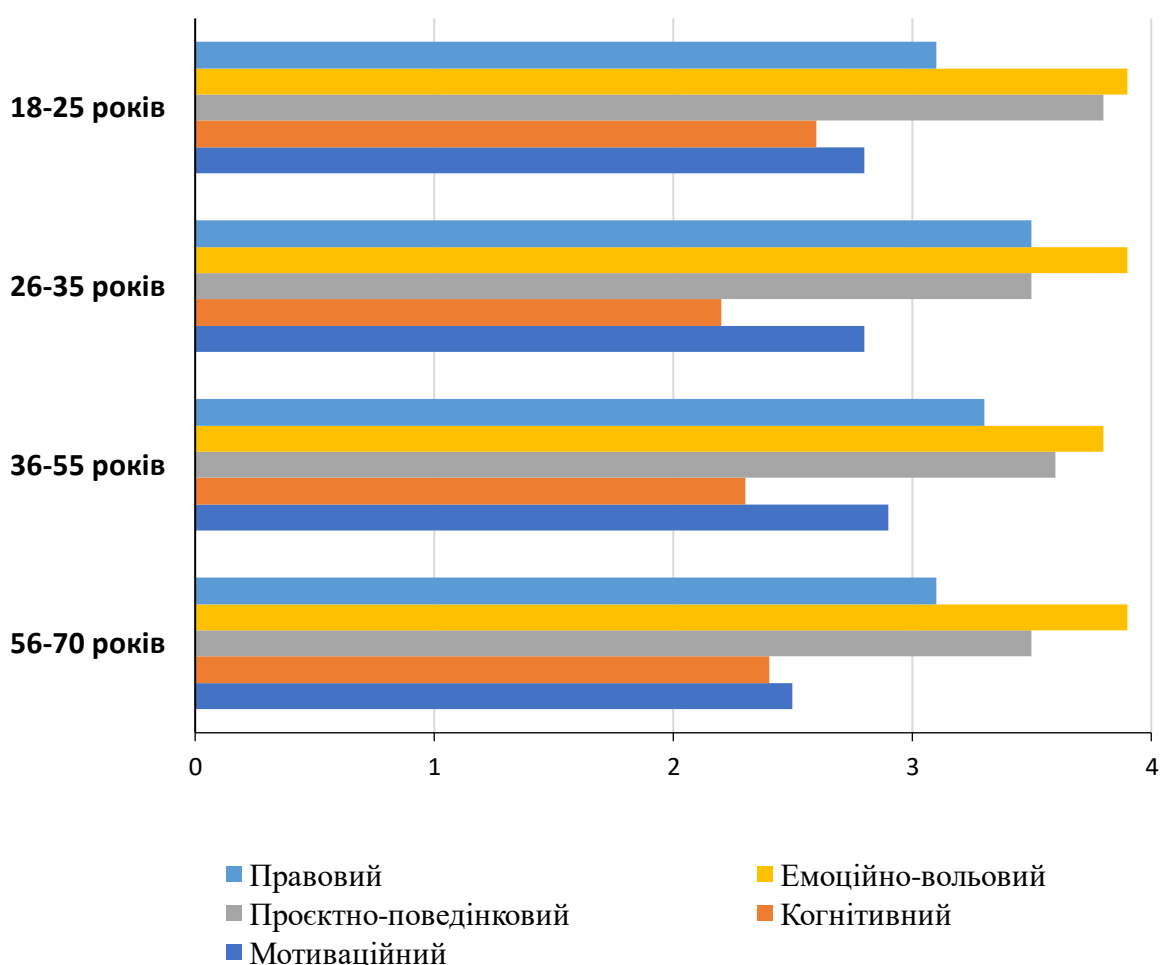


Рисунок 2.5. Усереднені показники компонентів метакогнітивної компетентності у різних вікових групах

Порівняльний аналіз компонентів інформаційної компетентності не показав статистично достовірних відмінностей, однак можемо проаналізувати усереднені показники (рис. 2.5.) і констатувати такі тенденції:

– для когнітивного та проектно-поведінкового компонентів характерний більш високий рівень у категорії 18-25, ніж для усіх інших;

пояснити це можна тим, що юнаки в процесі професійного становлення (провідної діяльності в цьому віці) активно пізнають себе, світ професій та професіоналів і, таким чином, планують своє майбутнє – визначають життєвий план, способи ідентифікації з професійною спільнотою, стратегії та результати особистісної і професійної самоактуалізації;

- для категорії 56-70 років спостерігаємо більш низький рівень мотиваційного компоненту інформаційної компетентності, ніж для інших; люди похилого віку прагнуть до самовираження не в актуальному інформаційному контексті, а в ретроспективному – як підтвердження доцільності та результативності свого життя;

- правовий компонент інформаційної компетентності для вікових категорій 26-35 та 36-55 має більш високі усереднені показники, що свідчить про їхню активну соціальну позицію, про значущість усвідомлення своєї дотичності до референтних соціальних груп, про правову обізнаність як гарантію безпечного соціуму;

- про однакові для всіх вікових категорій рівні емоційної вразливості до інформації та здатності до вольової саморегуляції інформаційної поведінки свідчать практично однакові усереднені показники емоційно-вольового компоненту інформаційної компетентності.

Компоненти метакогнітивної компетентності (рис. 2.6.) для різних вікових груп представлені практично однаковими усередненими показниками, тому можемо констатувати подібний рівень для усіх вікових категорій.

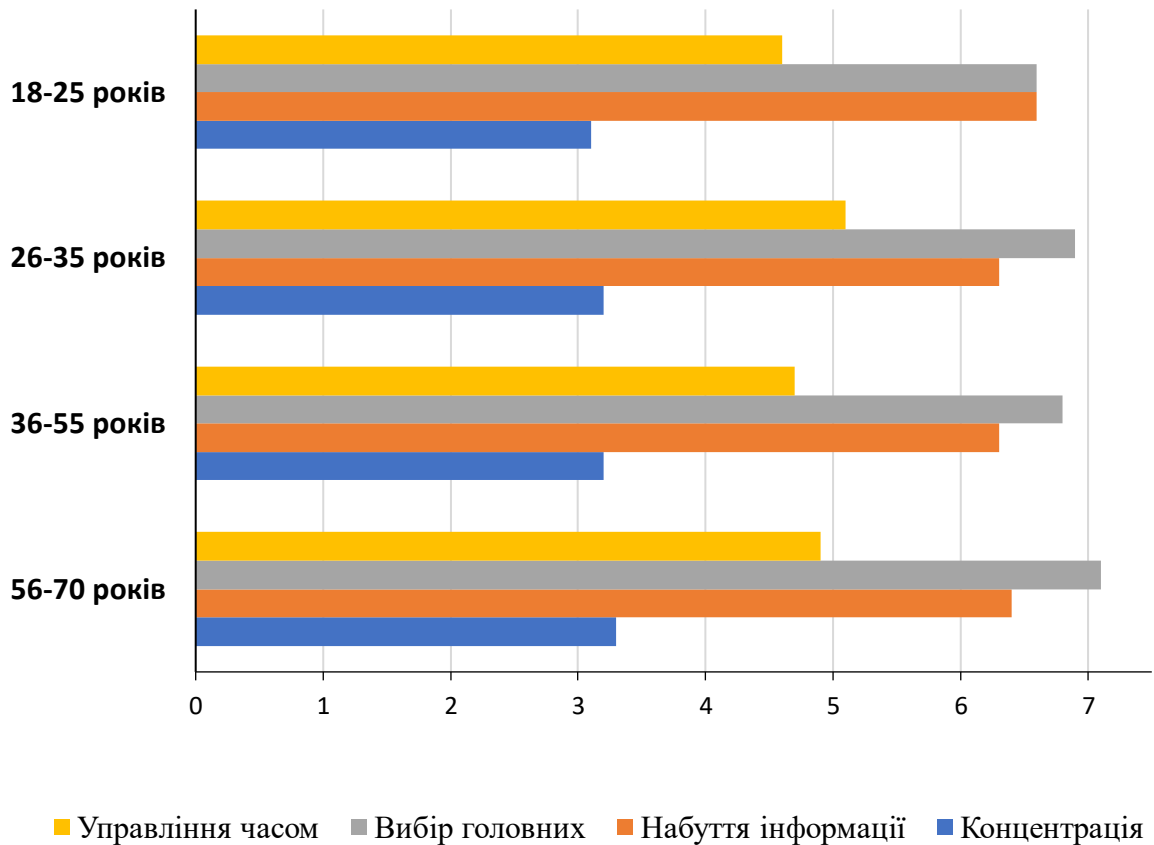


Рисунок 2.6. Усереднені показники компонентів метакогнітивної компетентності у різних вікових групах

За результатами порівняльного аналізу статистично достовірні відмінності представлені такими рисами особистісної зрілості (рис. 2.7.):

– відповідальність та децентрація для категорії 18-25 років є рисою з найбільшим усередненим показником, а для категорії 56-70 років – з найменшим; це пояснюється тим, що молодші люди знаходяться на початку реалізації проєкту свого майбутнього і для цього оволодівають новими соціальними ролями та досвідом, а старші здійснюють огляд минулого та оцінюють його результативність;

– вікова категорія 36-55 з поміж інших демонструє найбільші показники автономності та креативності, тобто вони здатні до самостійного вибору у різних галузях життя, зокрема в ситуаціях невизначеності;

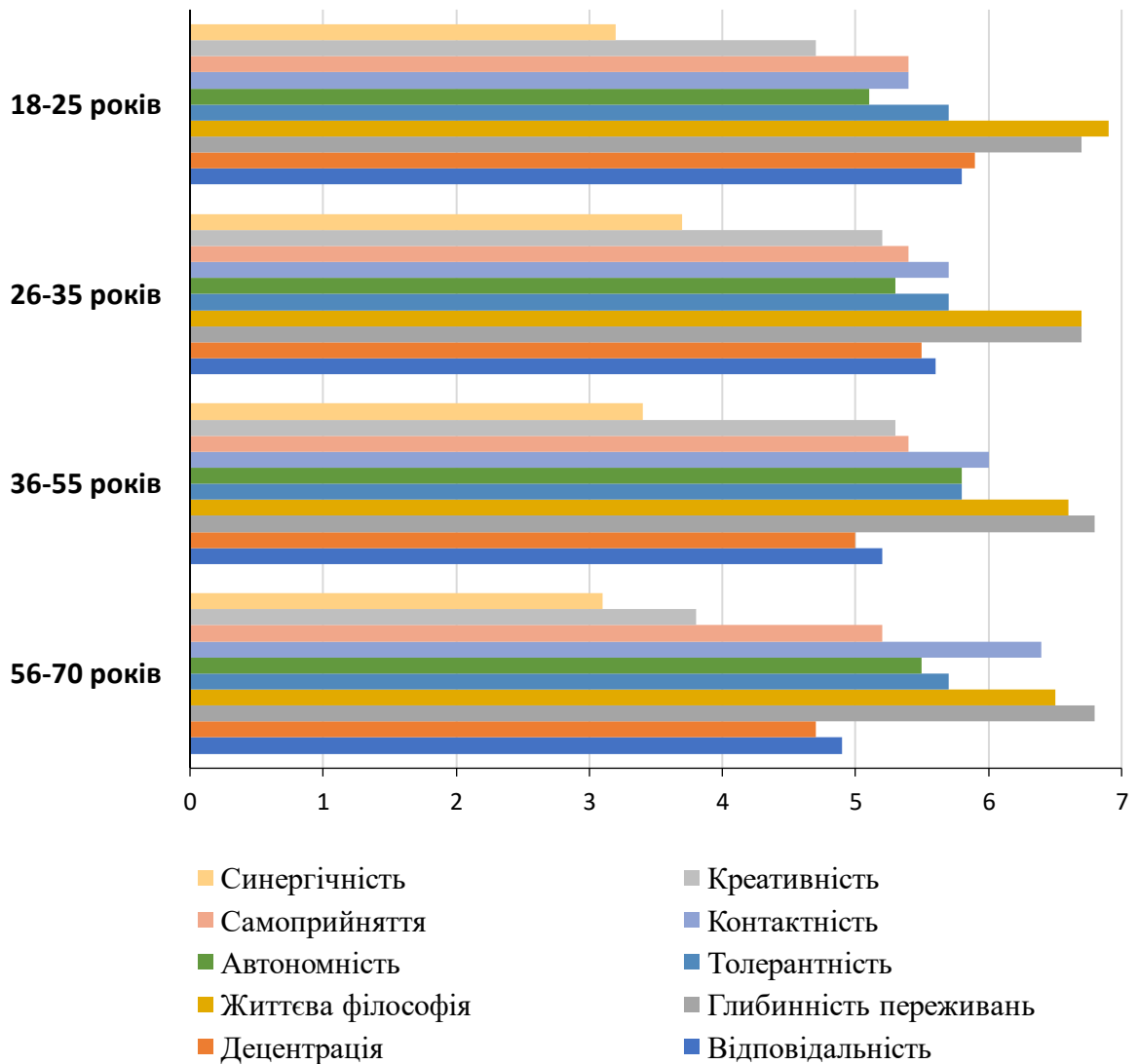


Рисунок 2.7 Усереднені показники компонентів особистісної зрілості у різних вікових групах

– щодо контактності можемо спостерігати тенденцію підвищення показників з віком, що підтверджує зазначені вище положення про те, що особистістю в процесі соціалізації інтеріоризуються соціально розподілені властивості; так, старші люди сформувались в процесі здебільшого безпосереднього контакту віч-на-віч, натомість молодше покоління

соціалізуються в ІС, ознакою якого є наявність великої кількості засобів, що опосередковують взаємодію.

З метою визначення перспектив і напрямів взаємопов'язаного впливу параметрів інформаційної зрілості ми використали метод множинного регресійного аналізу. Цей метод використовується для передбачення певного результату за допомогою попередньо вимірюваних характеристик. Лінійне рівняння, що відображає зв'язок між однією залежною змінною (Y) та кількома незалежними змінними (X), застосовується для визначення цього зв'язку.

$$Y = \beta_0 + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \beta_3 X_3 + \dots + \beta_k X_k + \varepsilon, \quad (2.1.)$$

де Y є залежною змінною (наприклад, інформаційна поведінка),

X₁, X₂, ..., X_k є незалежними змінними (наприклад, особистісна зрілість, інформаційна компетентність, метакогнітивні знання, метакогнітивна активність),

$\beta_0, \beta_1, \beta_2, \dots, \beta_k$ є коефіцієнтами регресії, а ε є помилкою моделі.

Метод множинного регресійного аналізу, крім передбачення результату й оцінки його точності, дозволяє визначити значущість діагностичних показників (незалежних змінних), які найбільш впливають на передбачуваний результат, а також виключити з аналізу змінні, які не є істотними для передбачення [149]. Розрахунок результатів здійснювався на онлайн-платформі www.statskingdom.com

В результаті застосування методу було отримано остаточну модель множинної регресії, яка має такий вигляд:

$$ПІ = 8,75 + 0,67 ІК + 0,15 ОЗО - 0,52 МКЗ + 0,40 МКА \quad (2.2.)$$

Формула множинної регресії містить регресійні коефіцієнти, що дає змогу перейти до її змістової інтерпретації та встановити ступінь залежності

між інформаційною поведінкою та декількома незалежними змінними: особистісна зрілість, інформаційна компетентність, метакогнітивні знання та метакогнітивна активність

Значення коефіцієнтів перед змінними вказують на ступінь впливу кожної змінної на інформаційну поведінку. Позитивні коефіцієнти (ІК, ОЗО та МКА) свідчать про те, що збільшення цих змінних сприятиме збільшенню інформаційної поведінки. Негативний коефіцієнт (МКЗ) демонструє, що високий рівень метакогнітивних знань може негативно впливати на інформаційну поведінку.

Таблиця 2.11.

Коефіцієнти множинного регресійного аналізу

Показник	Коефіцієнт	Станд. помилка	t-статистика
Залежна змінна ІП	8,75	4,17	2,10
Незалежна змінна ОЗ	0,67	0,16	4,30
Незалежна змінна ІК	0,16	0,08	2,01
Незалежна змінна МКЗ	-0,53	0,20	-2,61
Незалежна змінна МКА	0,41	0,20	2,09

Залежна змінна інформаційна поведінка має значення коефіцієнта 8,75. Це означає, що при збільшенні значень незалежних змінних, ІП буде збільшуватись. Значення стандартної помилки (табл. 2.11.) вказує на точність оцінки коефіцієнта. Наприклад, для незалежної змінної особистісна зрілість, стандартна помилка дорівнює 0,16, що свідчить про достатню точність оцінки. Показник *t*-статистики вказує на статистичну значущість кожного коефіцієнта. Значення *t*-статистики більше за 2 (або менше за -2) вважаються статистично значущими. Таким чином, позитивні незалежні змінні є статистично значущими, оскільки вони мають значення *t*-статистики більше за 2. Змінна МКЗ має від'ємний коефіцієнт (-0,53), це означає, що збільшення значень метакогнітивних знань пов'язане зі зменшенням інформаційної поведінки. Це може вказувати на зворотну залежність між знаннями та інформаційною поведінкою.

Враховуючи результати дослідження за методом множинної регресії можна припустити, що людина яка впевнена у своїх знаннях та ефективності наявних стратегій, може виконувати дії, які не будуть ефективними для протидії ІВ. Підтвердження цього припущення також були нами помічені коли учасники навчально-розвивальної програми (описаної у розділі 3), які повідомляли про свою обізнаність у галузі медіагігієни, продемонстрували невисокі результати у тестуванні щодо розпізнавання фейків. Тобто, вказані психологічні особливості певним чином характеризують специфіку інформаційної поведінки, проте не усі з них є основоположними для прогнозування передумов, що її детермінують.

Висновки до розділу 2

У розділі описано процедуру та результати проведення емпіричного онлайн дослідження, в якому взяли участь 203 респонденти. Для збору даних було використано психодіагностичні стандартні методики («Самооцінка метакогнітивних знань та метакогнітивної активності»), Тест-опитувальник «Інформаційна компетентність особистості», Опитувальник особистісної зрілості) та вербально-комунікативний метод збору даних (авторська анкета «Інформаційна поведінка») контентна валідність якої була оцінена методом експертних оцінок.

Для визначення зв'язку між діагностованими параметрами інформаційної зрілості особистості був проведений кореляційний аналіз з використанням коефіцієнта кореляції r_{xy} -Пірсона. Результати показали наявність сильного та помірного позитивного зв'язку між всіма досліджуваними показниками.

Методи математичної статистики дали змогу дати відповіді на дослідні питання та встановити наступне.

– Існують взаємозв'язки між компонентами інформаційної зрілості, що підтверджується результатами кореляційного аналізу. Це свідчить про те, що інформаційна зрілість має комплексний характер і залежить від різних психологічних факторів.

– Інформаційна зрілість впливає на сприйняття та оцінку інформації. Зрілі індивіди мають більш критичне ставлення до інформації, здатні здійснювати об'єктивну оцінку та розуміти її значення в контексті соціального оточення.

– Особистісна зрілість і інформаційна поведінка мають прямий зв'язок. Наявність певного рівня особистісної зрілості є необхідною умовою для формування зрілої інформаційної поведінки.

– Фактори, які мають найбільшу вагу для формування інформаційної поведінки – це інформаційна компетентність, метакогнітивну компетентність та риси особистісної зрілості (відповідальність, децентрація, життєва філософія, креативність).

– Вікові групи мають статистично достовірні відмінності за параметрами інформаційної зрілості.

– Застосування методу множинної регресії дозволило підтвердити що на інформаційну поведінку мають вплив усі параметри інформаційної зрілості, зокрема, особистісна зрілість, інформаційна компетентність та метакогнітивна активність, проте метакогнітивні знання мають зворотну залежність.

РОЗДІЛ 3. РОЗВИТОК ІНФОРМАЦІЙНОЇ ЗРІЛОСТІ ОСОБИСТОСТІ: ЗАГАЛЬНІ ТЕНДЕНЦІЇ ТА ЗАКОНОМІРНОСТІ

3.1. Розробка та апробація навчально-розвивальної програми «Розвиток інформаційної зрілості»

Проведений аналіз практичних та теоретичних досягнень у галузі медіа-просвітництва сприяв упорядкуванню різноманітних підходів до зниження вразливості до ІВ. На сьогодні в Україні існують різні програми, спрямовані на розвиток медіаграмотності та медіагігієни [94; 144; 142; 148]. Зазначимо, що автори цих програм зосередились на розвитку саме інформаційної компетентності та окремих елементів інформаційної поведінки, не враховуючи значущість таких властивостей, як особистісна та інформаційна зрілість, а також рівень метакогнітивної компетентності.

Обґрунтування точки зору щодо необхідності психологічних втручань в розвиток особистості знаходимо у Токаревої Н. М. Дослідниця вважає, що в часи ІС фокус дій, спрямованих на особистісний розвиток, зміщується в напрямку розвитку навичок критичного мислення, творчої винахідливості, креативності, самостійності та гнучкості у формуванні логічних поведінкових схем [156]. Під час розробки програми були використані нароби різних дослідників щодо створення розвивальних програм. Зокрема, Макаренко Н. М. радить для підвищення ефективності роботи під час навчання додавати приклади креативної поведінки, свободу думки, відсутність непотрібних правил та заборон, позитивне ставлення та багаті сенсорні стимули [131].

Розроблена нами навчально-розвивальної програми (НРП) ґрунтується на описаній вище параметричній організації інформаційної зрілості (пункт 1.4.3., рис. 1.5.) та на її поясненні психологічними механізмами інформаційного впливу (підрозділ 1.3., рис. 1.3.). Інформаційну зрілість ми визначаємо як здатність особистості до самодетермінованої інформаційної поведінки, тобто інформаційно зріла людина може самостійно та усвідомлено

приймати рішення щодо інформації, яку вона споживає, робити висновки щодо її якості та необхідної кількості.

Ми виокремили такі параметри інформаційної зрілості: особистісна зрілість, метакогнітивна компетентність, інформаційна компетентність, інформаційна поведінка.

Особистісна зрілість як інтегральна властивість особистості, що зумовлює її здатність робити самодетермінований вибір на основі власних критеріїв, зберігати свою цілісність та ефективність своєї діяльності в контексті трансформації зовнішніх умов і впливів. Особистісна зрілість є системним фоновим простором, в якому локалізуються інші параметри інформаційної зрілості. Зріла особистість здатна достатньо ефективно та адаптивно реагувати на актуальні зміни оточення, зокрема в інформаційному контексті; виявляти самоконтроль в процесі реалізації завдань діяльності; приймати відповідальність за власні рішення, дії та їхні наслідки; рефлексувати характер і спосіб своєї активності та здійснювати необхідне коригування.

На фоні особистісної зрілості реалізується зріла інформаційна поведінка, яка забезпечується відповідним рівнем інформаційної та метакогнітивної компетентності. Компетентність (у широкому сенсі) є інтегральна здатність особистості, що зумовлює успішність виконання певної діяльності, оволодіння її різноманітними формами, засобами здійснення та необхідними знаннями.

Сутність метакогнітивної компетентності пояснюється у вузькому сенсі як здатність людини до рефлексії власних когнітивних процесів, і містить набір стратегій пізнавальної діяльності взагалі, та відображення інформації зокрема, що дозволяє особистості усвідомлювати й адекватно оцінювати свої можливості, моніторити та прогнозувати свою продуктивність й ефективність, вносити корективи у свою пізнавальну стратегію відповідно до завдань та актуальних умов.

Сутність інформаційної компетентності ми розкриваємо у прикладному смислі – як здатність до виконання інформаційної поведінки. Інформаційно компетентна особистість має можливість ефективно оперувати різноманітними типами інформації, використовуючи адекватні методи її збору, аналізу, інтерпретації, а також оцінки джерел.

Інформаційна поведінка є проявом активності особистості, спрямованої на споживання інформації, на формування до неї певного емоційного, на її раціональний аналіз, на ухвалення щодо цієї інформації усвідомлених рішень. Реалізація зазначених завдань відбувається на основі самоконтролю процесу споживання інформації; використання інформації відповідно до визначеної мети; планування, організації та самокерування інформаційним процесом; усвідомленню впливу інформації на власну діяльність.

Виокремлені (у підрозділі 1.2.) психологічні механізми інформаційного впливу пояснюють параметри інформаційної зрілості та визначають теоретичне підґрунтя впровадженої НРП.

1. Взаємодія між механізмами відображення інформації (емоційна залученість та когнітивна процесуальність) має значний вплив на сприйняття світу навколо людей, оскільки емоційний стан впливає на спосіб, в який люди сприймають та оцінюють інформацію. У цьому контексті є доречним використання стратегій когнітивно-поведінкової терапії (КПТ), які спрямовані на опанування учасниками навичок самодетермінованого регулювання емоцій та раціонального аналізу інформації.

2. Механізми соціальної зумовленості інформаційної поведінки (соціальне порівняння, соціальне прийняття, соціальна авторитетність) впливають на формування уявлень, переконань та поведінки людей через зовнішні чинники, зокрема думки інших людей, груп та джерел інформації, оскільки люди підпорядковуються механізмам соціальної перцепції. Механізми соціальної зумовленості пояснюють критерії прийняття або відхилення інформації у процесі пошуку на основі особистісної та групової ідентифікації, а також критерії інтерпретації інформації на основі

достовірності. З огляду на це, у НРП використання КПТ дозволить учасникам програми розвивати свідоме сприйняття та критичне осмислення соціальних впливів на їхнє мислення та поведінку.

3. Механізми особистісної зумовленості інформаційної поведінки (диспозиційна вибірковість, диспозиційні викривлення) визначають спосіб розуміння інформації, відображають тенденцію сприймати, інтерпретувати та запам'ятовувати інформацію відповідно до попередніх переконань, стереотипів та уподобань. Механізми особистісної зумовленості пояснюють критерії прийняття або відхилення інформації на основі відповідності/суперечливості власним думкам, переконанням та очікуванням, а також критерії інтерпретації інформації на основі поширення на неї ставлення до людей і груп, про які йдеться в цій інформації. Зокрема, джерела інформації (ЗМІ) можуть навмисно або ненавмисно підкреслювати певні диспозиції, виокремлювати ті факти і думки, які відповідають їхнім власним інтересам. Використання КПТ дозволить учасникам програми свідомо розпізнавати і перебудовувати власні диспозиційні установки у напрямку гнучкості мислення та відкритості до нової інформації.

Методологічною базою нашої НРП виступили принципи КПТ: принцип ідентифікації та переосмислення негативних думок, принцип заміни шкідливих переконань на більш раціональні, принцип розкриття та розуміння емоцій, принцип повсякденної практика та розвитку нових навичок [12]. Вважаємо, що ці принципи сприятимуть кращому розумінню психологічних механізмів інформаційного впливу, допоможуть учасникам розпізнавати емоції, що впливають на інформаційну поведінку та прийняття рішень, а також закріпити та вдосконалити нові навички зрілої інформаційної поведінки.

Останні дослідження щодо дистанційної психологічної допомоги демонструють, що КПТ є найбільш ефективною стратегією для дистанційного формату за необхідності подолати когнітивні упередження та розвинути нові навички [115; 19; 15; 27], зважаючи на умови, в яких ми вимушено впроваджували НРП (описано далі). За такого методу протокол надання

допомоги у форматі онлайн повинен мати психоедукацію з питань основних проблем, пов'язаних з Інтернетом, використанням технічних засобів і сучасним віртуальним простором; вправи, спрямовані на розвиток поведінкових вмінь через виконання домашніх завдань.

Як ми вже зазначали, здатність людини до обробки інформації та взаємодії з ІКТ різняться відповідно до віку. Хоча вважається, що технології мають більший вплив на дітей та молодь, поведінка дорослих та зрілих людей також зазнає змін. У процесі життєдіяльності в Інтернет-середовищі у людини формуються певні здібності, які сприяють ефективній переробці соціальної інформації. Підтвердження цієї думки знаходимо у роботах Gorni K., яка зазначає, що кожна людина має здатність до змін, навіть до фундаментальних, упродовж всього свого життя [39]. Kettell R. також вказує на подібну тенденцію в ракурсі інтелектуального розвитку: інтелект людини розвивається приблизно до 25 років, після чого поступово починає знижуватись рівень його операційно-динамічного аспекту, до того ж у старшому віці цей процес відбувається особливо інтенсивно. Однак набуті знання, рівень компетентності та арсенал вмінь залишаються на високому рівні навіть у глибокій старості та можуть удосконалюватись при навчанні та тренуванні [48]. У період між 18 та 25 роками спостерігається інтенсивний розвиток та індивідуалізація когнітивних функцій, зокрема абстрактного мислення, яке починає відігравати важливу роль у формуванні узагальненої картини світу та у з'ясуванні зв'язків між різними аспектами реальності. На наступній фазі дорослості (26-33 роки) відбувається диференціація окремих сторін інтелекту, але водночас зберігається його загальна інтегрованість. Від 34 до 37 років можна спостерігати другий пік розвитку мислення, де встановлюються більш глибокі зв'язки між образним, вербально-логічним та практичним мисленням [17].

Згідно з дослідженням Засекіної Л. В., психоедукаційні заняття можуть бути корисними як засіб для зменшення емоційного дистресу, розвитку резилієнтності, подолання ситуацій невизначеності, спричинених

особливостями ІС [115]. На нашу думку, усвідомлення дорослою людиною того, яких інформаційних маніпулятивних впливів вона зазнала, до яких наслідків для її психічного здоров'я це може призвести, сприятиме підвищенню її вмотивованості щодо опанування техніками зменшення негативного ІВ.

Тож, нами було розроблено й апробовано НРП «Розвиток інформаційної зрілості». Апробація відбувалась у два етапи: І – січень-березень 2022 року, та ІІ – січень-лютий 2023 року. Учасниками стали студенти психолого-педагогічного факультету Криворізького державного педагогічного університету віком від 17 до 37 років. Через об'єктивні обставини сьогодення в Україні (карантинні обмеження, воєнний стан) програма одразу впроваджувалась в онлайн форматі.

На першому етапі апробації (2022 рік) програма не була реалізована в повному обсязі. Причини були як зовнішньо-практичного характеру (поганий інтернет зв'язок, зміна місця проживання, повітряні тривоги), так і внутрішньо-емоційного (надмірна тривожність, страхи, неможливість зосередитись на навчанні). Однак, учасники давали зворотний зв'язок щодо корисності цих онлайн-зустрічей, які вже стали виконувати функцію психологічної групи підтримки. Студенти зазначали, що отримані знання, наприклад, про методи маніпулятивного впливу, «інформаційну бульбашку» та правила дозування новин допомагали їм впоратись зі стресом та навчили користуватись соціальними мережами з більшою ефективністю і комфортом для себе.

Другий етап апробації НРП був реалізований з іншою групою студентів, з використанням зміненого формату через платформу Google Class (приклад оформлення програми наведено у додатку Г). Завдяки цьому учасники мали змогу долучатись, опрацьовувати матеріали та виконувати завдання, коли у них є технічна можливість. Тобто навчання відбувалось самотійно, але із можливістю звернутись до ведучого програми за індивідуальною консультацією, порадою чи з питанням. Комунікація відбувалась через цю

платформу, студенти залишали коментарі, питання та виконані завдання, на які отримували зворотний зв'язок, оцінки та відповіді.

Основна мета НРП «Розвиток інформаційної зрілості» – підвищення рівня інформаційної зрілості дорослої людини, тобто розвиток її здатності до самодетермінованої інформаційної поведінки. Повний зміст програми викладено в додатку Д.

Програма складається з 5 блоків, в кожному з яких реалізовано мету відповідно до спрямованості на розвиток певного параметру інформаційної зрілості (табл. 3.1).

Таблиця 3.1.

**Структура і мета навчально-розвивальної програми
«Розвиток інформаційної зрілості»**

Блоки НРП	Мета блоку	Параметри інформаційної зрілості
I. Медіагігієна	Формування навичок для забезпечення інформаційної компетентності та зрілої інформаційної поведінки.	інформаційна компетентність
		інформаційна поведінка
II. Особистісна зрілість	Розвиток особистісної зрілості учасників, самосвідомості, самодетермінації, саморефлексії.	особистісна зрілість
III. Свідомий вибір	Формування навичок ефективної постановки та досягнення мети, вміння приймати свідомі рішення.	особистісна зрілість
		інформаційна поведінка
IV. Критичне мислення	Розвиток критичного мислення, використання логіки, аргументації, стимулювання творчості.	метакогнітивна компетентність
		інформаційна компетентність
V. Когнітивні здібності	Стимулювання саморозвитку когнітивних здібностей	метакогнітивна компетентність

План навчально-розвивальної програми «Розвиток інформаційної зрілості»

Кожен блок НРП складається з двох занять, перше з яких реалізує засвоєння теоретичних знань, друге – формування практичних навичок свідомої інформаційної поведінки.

Блок 1. Медіагігієна

Завдання:

- засвоєння інформації про механізми інформаційного впливу, техніки пропаганди та дезінформації;
- опанування правил і технік опрацювання медіа-інформації, розрізнення фейкової та правдивої, інформації в медіапросторі.

Заняття 1

На цьому занятті відбувається засвоєння учасниками програми теоретичних знань про механізми інформаційного впливу, техніки маніпуляцій, пропаганди та дезінформації. Учасникам демонструється лекційний матеріал у форматі презентації: правила і техніки опрацювання медіа-інформації, необхідні для захисту від пропаганди та неправди.

Заняття 2

На цьому занятті відбувається первинне формування практичних навичок інформаційної поведінки на основі засвоєних на попередньому занятті теоретичних знань. Учасникам надається тестова GoogleForm, в якій вони мають ознайомитись із новинами на сайтах, проаналізувати їх та написати власні висновки щодо цього медіаконтенту, використовуючи правила медіагігієни.

Блок 2. Особистісна зрілість

Завдання:

- самоаналіз своїх цінностей, переконань та поглядів на світ;
- розвиток рефлексії та самооцінки;

- формування навички розпізнавання та регулювання власних емоцій, розуміння емоцій інших людей;
- здатність до ефективного спілкування.

Заняття 3

Теоретичний матеріал у формі презентації містить інформацію про поняття та складові особистісної зрілості, механізми її розвитку, відеоматеріали з деталізованими поясненнями.

Заняття 4

Виконання вправ, спрямованих на формування навичок самопізнання та саморефлексії, творення активної життєвої позиції: «Знайти свої цінності» [12], «Пізнати себе» [43], «Розкриття та розуміння емоцій» [12], «Коло субособистостей», «Сканування реальності», «Дерево життя».

Блок 3. Усвідомлений вибір

Завдання:

- вивчення поняття свідомості та її роль у прийнятті свідомих рішень;
- розробка власного життєвого плану, визначення мети та шляхів досягнення цієї мети.

Заняття 5

Теоретичний матеріал, в якому аргументується важливість і необхідність прийняття виважених свідомих рішень; пояснюються способи удосконалення таких навичок; описано алгоритм аналізу ситуації в процесі прийняття рішення; роз'яснюється зміст понять «свідомість», «усвідомлене рішення».

Заняття 6

Виконання вправ, спрямованих на усвідомлення своїх бажань та цінностей, формування навичок ефективної постановки та досягнення мети, вміння приймати рішення: «Вільний», «SMART» [26], «Дерево прийняття рішень» [150], «Техніка вирішення проблем» [12].

Блок 4. Критичне мислення

Завдання:

- підвищення рівня критичного мислення та здатності до аналізу медіа-контенту;
- розвиток вміння знаходити логічні помилки та невідповідності, формувати контраргументи;
- планування та самоорганізація власного навчання та інформаційної поведінки.

Заняття 7

Теоретичний матеріал про когнітивні упередження та помилки [36]; про способи розвитку вмінь професійного інформаційного пошуку; про способи розвитку здатності до аналізу, оцінки та доцільного застосування інформації; про відмінностей інтуїтивного та критичного мислення [42].

Заняття 8

Виконання вправ, спрямованих на розвиток критичного мислення, використання логіки, аргументації, стимулювання творчості, вміння дивитись ширше та приймати зважені рішення: «Ідентифікація та переосмислення негативних думок», «Шість капелюхів» [23], «П'ять чому», «РАФТ» [81], «За та Проти», «Аналіз джерел».

Блок 5. Когнітивні здібності

Завдання:

- засвоєння основних положень щодо характеристик когнітивних здібностей, нейропластичності та механізмів розвитку;
- розвиток пізнавальної активності через навчально-тренувальні вправи;
- саморефлексія пізнавальних процесів.

Заняття 9

Презентація теоретичного матеріалу з інформацією про когнітивні здібності та особливості їх розвитку. Учасникам пропонуються приклади дій, які можна здійснювати в повсякденному житті для формування нових

нейронних зв'язків: заохочення до нових видів діяльності, вивчення нової інформації, розвиток пам'яті, уяви, уваги, мислення через ігри, вправи у мобільні застосунках [78].

Заняття 10

Учасникам пропонується тест, який містить логічні та математичні задачі, під час рішення яких активізується мисленнєва діяльність. На основі результатів тестування відбувається усвідомлення та рефлексія індивідуального стилю когнітивної діяльності.

Таким чином, представлені заняття дали змогу здійснити навчально-розвивальну роботу з розвитку інформаційної зрілості. Після реалізації програми стояло завдання перевірити її результативність.

3.2. Оцінка ефективності впровадження навчально-розвивальної програми

Задля визначення ефективності НРП «Розвиток інформаційної зрілості» було проаналізовано результати діагностичного обстеження до і після виконання усіх занять програми. Загалом кількість учасників становила 27 осіб, віком від 17 до 37 років.

Ефективність корекційного впливу підтверджується результатами повторної діагностики. З метою визначення напрямку зсуву показників досліджуваних параметрів було використано критерій T -Вілкоксона. Висновок робиться на основі критичних значень T -критерію (у нашому випадку $T_{0,05}=107$, $T_{0,01}=83$). Якщо $T_{емп} < T_{0,05}$ приймається рішення про наявність типового зсуву показників у певному напрямку на рівні значущості $p < 0,05$, якщо $T_{емп} < T_{0,01}$ – на рівні значущості $p < 0,01$ [149]. Отримані результати внесені до таблиць 3.2.

Результати обчислень демонструють статистично достовірні типові зсуви у напрямку збільшення для показників інформаційної поведінки, метакогнітивних знань і активності. Хоча для показників інформаційної

компетентності та особистісної зрілості не виявлено достовірних змін, але бачимо типові зсуви також у напрямку збільшення. Таким чином, результати розрахунків підтверджують ефективність реалізованого нами навчально-розвивального впливу.

Таблиця 3.2.

Показники критерію *T*-Вілкоксона

Параметри інформаційної зрілості	T_{eml}	Напрямок типового зсуву
Інформаційна поведінка	00,0**	збільшення
Інформаційна компетентність	-	збільшення
Метакогнітивні знання	87,0*	збільшення
Метакогнітивна активність	86,0*	збільшення
Особистісна зрілість	-	збільшення

Примітка: * – на рівні значущості $p < 0,05$, ** – на рівні значущості $p < 0,01$

Щодо параметрів метакогнітивної компетентності, інформаційної поведінки, інформаційної компетентності, то в цьому аспекті саме елементи навчання є доволі ефективними, оскільки ґрунтуються на техніках КПТ, що має відповідний ефект. Значення показників метакогнітивних знань та активності збільшується не так суттєво, але достатньо аби констатувати збільшення усвідомленості учасників щодо своїх когнітивних процесів та здатності контролювати їх для досягнення бажаних результатів в інформаційному середовищі.

Розглянемо зміни що відбулися у групі досліджуваних в аспекті параметрів інформаційної зрілості за результатами констатувальної та підсумкової діагностик (табл. 3.3., рис. 3.1.-3.5., дод. В).

Порівняння усереднених показників параметрів інформаційної поведінки за результатами констатувальної і підсумкової діагностик дозволяє констатувати таке.

Таблиця 3.3.

Усереднені показники параметрів інформаційної зрілості

Параметри інформаційної зрілості	Констатувальна діагностика		Підсумкова діагностика	
	X	s_x	X	s_x
Інформаційна поведінка	28,2	6,85	31,4	5,41
Інформаційна компетентність	20,3	3,33	25,1	3,50
Метакогнітивні знання	12,0	3,46	13,9	2,94
Метакогнітивна активність	10,0	3,36	12,2	4,05
Особистісна зрілість	54,1	6,87	54,5	7,29

Як видно з рисунку 3.1., загальна тенденція зміни параметрів інформаційної зрілості досліджуваних виявляється у напрямку збільшення.

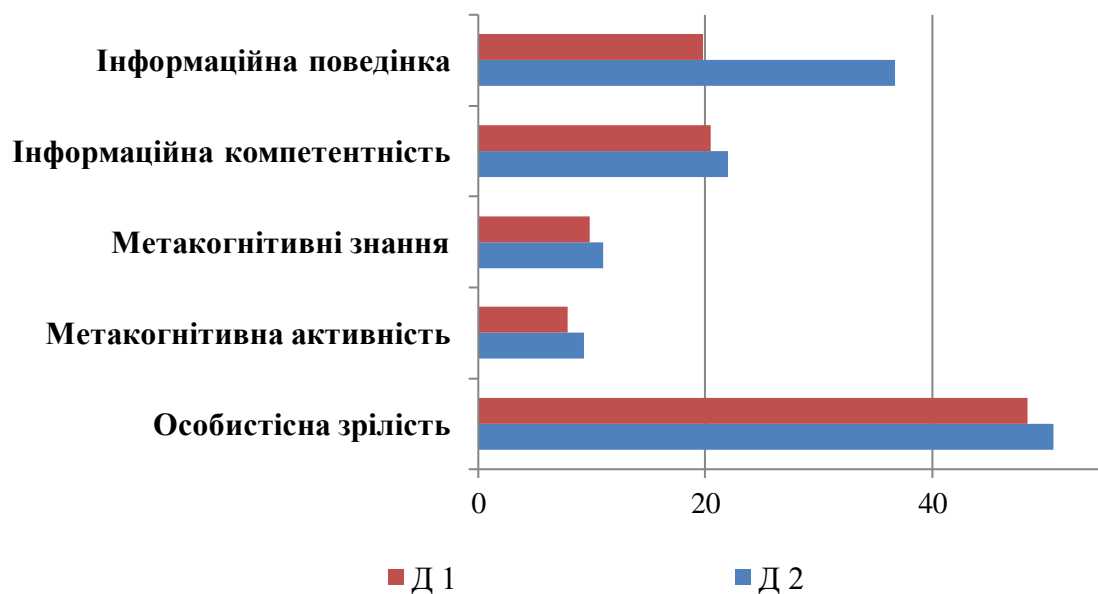


Рисунок 3.1. Усереднені показники зміни параметрів інформаційної зрілості (Д1 – констатувальна діагностика, Д2 – підсумкова діагностика)

Це пояснюється тим, що феноменологія останньої має складний інтегральний характер та визначається як глибинними факторами формування і функціонування особистісних конструктів, так і факторами соціалізації,

тривалого розвитку і становлення системи морально-етичних, індивідуально-суб'єктивних критеріїв самодетермінації, особистісних захисних патернів та стратегій копіngu. Тобто, особистісна зрілість – результат тривалого особистісного розвитку, тому протягом впровадження розвивального навчання не має можливості здійснити зрушення цього конструкту на рівні значущості $p < 0,01$.

Як бачимо, більш значні зміни відбулися за показниками інформаційної поведінки, інформаційної компетентності, метакогнітивних знань, метакогнітивної активності. Це пояснюється тим, що навчально-розвивальна робота була зконцентрована саме на когнітивних аспектах переробки, аналізу інформації, виявленні її фактичного змісту та застосованих автором інформації маніпулятивних засобів. Також особливого значення при цьому набуває формування навичок емоційної саморегуляції, протистояння віртуальним симуляціям, рефлектування індивідуальних особливостей щодо вразливості афективним ІВ.

Порівняльний аналіз показників компонентів параметрів інформаційної зрілості за результатами діагностик представлений у таблиці додатку В. Щодо компонентів інформаційної поведінки можемо констатувати такі тенденції (рис. 3.2.).

Розрахунки для шкал «Час» та «Поширення» показують, що усереднені значення показників цих компонентів мають незначні збільшення. Хоча ці зміни не є значущими, вони демонструють все ж незначне підвищення інформаційної активності учасників щодо часу контактування із ЗМК та розповсюдження інформації від інших людей та джерел. Щодо шкал «Оцінка» та «Використання» виявлено збільшення усереднених показників після завершення програми, що засвідчує зміни в навичках учасників оцінювати, аналізувати та ефективно використовувати інформацію у своїй діяльності.

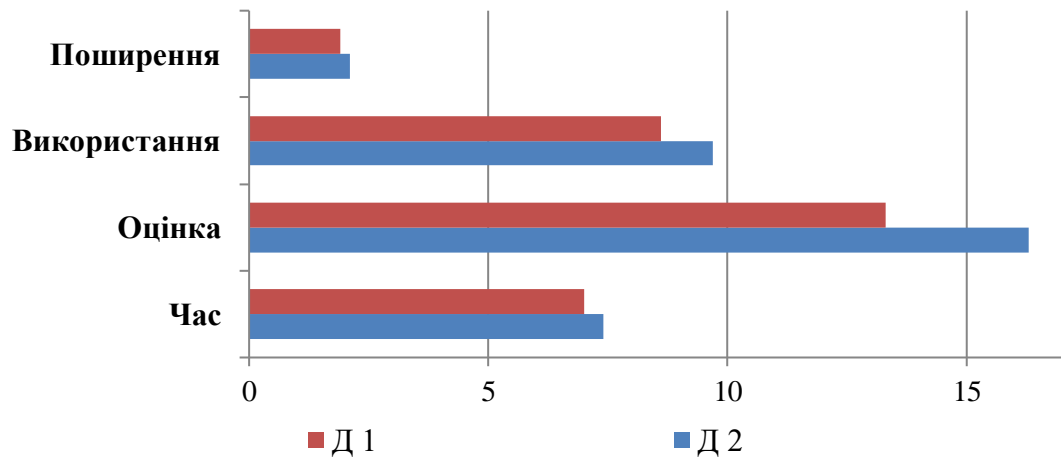


Рисунок 3.2. Усереднені показники зміни компонентів інформаційної поведінки

Результати порівняльного аналізу за компонентами інформаційної компетентності зображено на рисунку 3.3.

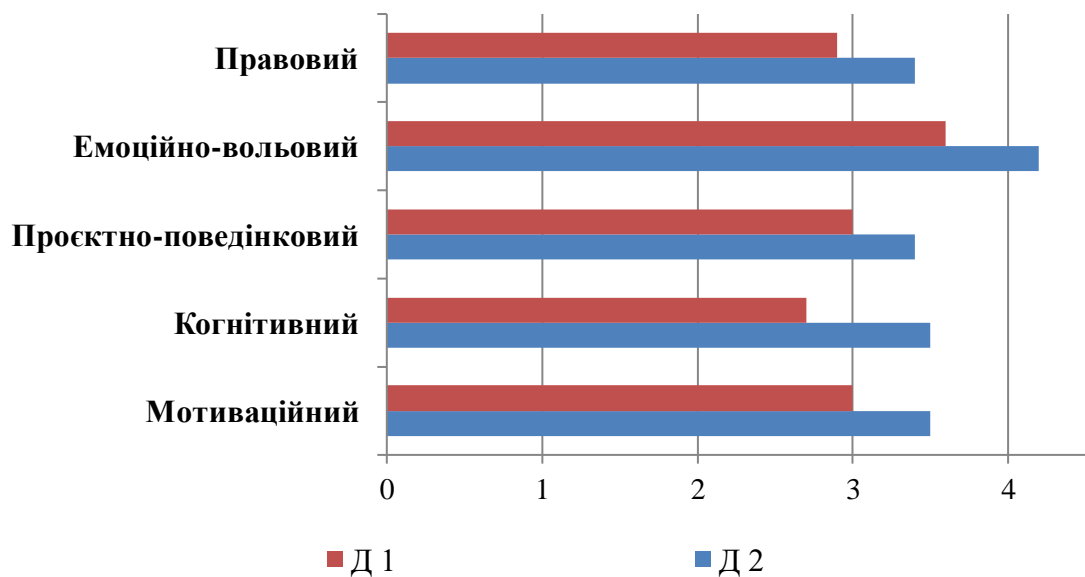


Рисунок 3.3. Усереднені показники зміни компонентів інформаційної компетентності

Загалом, усереднені показники за усіма шкалами підтверджують підвищення рівня інформаційної компетентності учасників після участі в

НРП. Розглянемо кожен із компонентів детально щодо їхньої користі для суб'єктів розвивального впливу.

Зокрема мотиваційний аспект відображає особистісні потреби у самовираженні та вирішенні завдань, пов'язаних з інформацією. Оскільки результати демонструють позитивне зростання цього аспекту інформаційної компетентності, розвивальний вплив був спрямований на стимулювання мотивації учасників до цілеспрямованої інформаційної діяльності, то можемо стверджувати про ефективність програми щодо задоволення потреб учасників у самореалізації на основі успішного виконання запропонованих завдань.

Ми бачимо статистично достовірні зрушення за результатами порівняльного аналізу та підвищення усереднених показників когнітивного компоненту інформаційної компетентності. Це засвідчує підвищення рівня та якості сприйняття, мислення та форм спілкування учасників. тобто можемо стверджувати, що було реалізовано одне із загальних завдань НРП було вдосконалення когнітивних навичок та навичок набуття знань, необхідних для ефективної роботи з інформацією. Певне збільшення показників проєктно-поведінкового компоненту інформаційної компетентності засвідчує ефективність програми в розвитку навичок планування та стимулювання прагнення учасників до досягнення успіху у проєктній діяльності.

Емоційно-вольовий компонент охоплює наявність емоцій та почуттів у роботі за обраним фахом та рівень вольових якостей, тож статистично достовірні зсуви у напрямку збільшення цього аспекту підтверджують розвиток емоційного ставлення учасників до роботи в галузі протидії медіавпливам. Зазначимо, що саме роботі з емоціями була присвячена велика частка вправ, оскільки саме вони є вирішальними індикаторами у прийнятті рішень щодо власної поведінки загалом і в соціальних мережах, зокрема. Збільшення показників правового компоненту, який відображає рівень сформованості громадянської активності, засвідчують ефективність програми в формуванні соціальних цінностей, засвоєнні правових норм та розширення уявлень учасників про характеристики сучасного інформаційного суспільства.

Як ми вже зазначали, метакогнітивні знання та метакогнітивна активність є складовими метакогнітивної компетентності, тобто вирішальними для розвитку інформаційної зрілості. Аналіз показників до та після розвивального впливу (рис. 3.4.) дозволяє констатувати зміни параметру МКК, що знову підтверджує загальну ефективність програми.

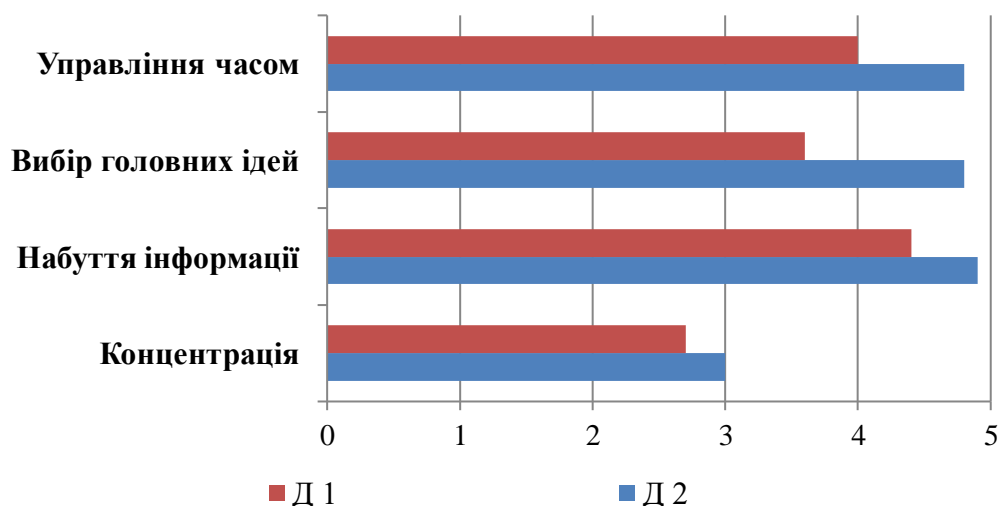


Рисунок 3.4. Усереднені показники зміни компонентів метакогнітивних знань та активності

Тож, характеристика «Концентрація» як вміння керувати увагою та зосереджуватись на завданні є допоміжним у розвитку здатності ігнорувати фактори, що відволікають, та фокусуватись на суттєвому, що сприяє підвищенню продуктивності та зниженню вразливості до ІВ. Підвищення показників компоненту «Набуття інформації» засвідчує удосконалення навичок засвоєння та збереження знань, вміння швидко знаходити потрібну інформацію, завдяки чому учасники стають більш активними та свідомими споживачами інформації. Уміння відокремлювати головне від другорядного характерно для компоненту «Вибір головних ідей», тож збільшення усереднених показників підтверджує розвиток навичок швидко засвоювати нові матеріали, концентруватись на суттєвому та здійснювати аналіз і синтез

інформації для подальшого вивчення. Завдяки розвитку компоненту «Управління часом» суб'єкти навчаються організовувати та розподіляти власний час, ефективно планувати свою роботу.

Також зафіксовані збільшення показників за рисами особистісної зрілості (рис. 3.5.). Однак, зростання усереднених показників відрізняються за різними шкалами, тому проаналізуємо їх детально.

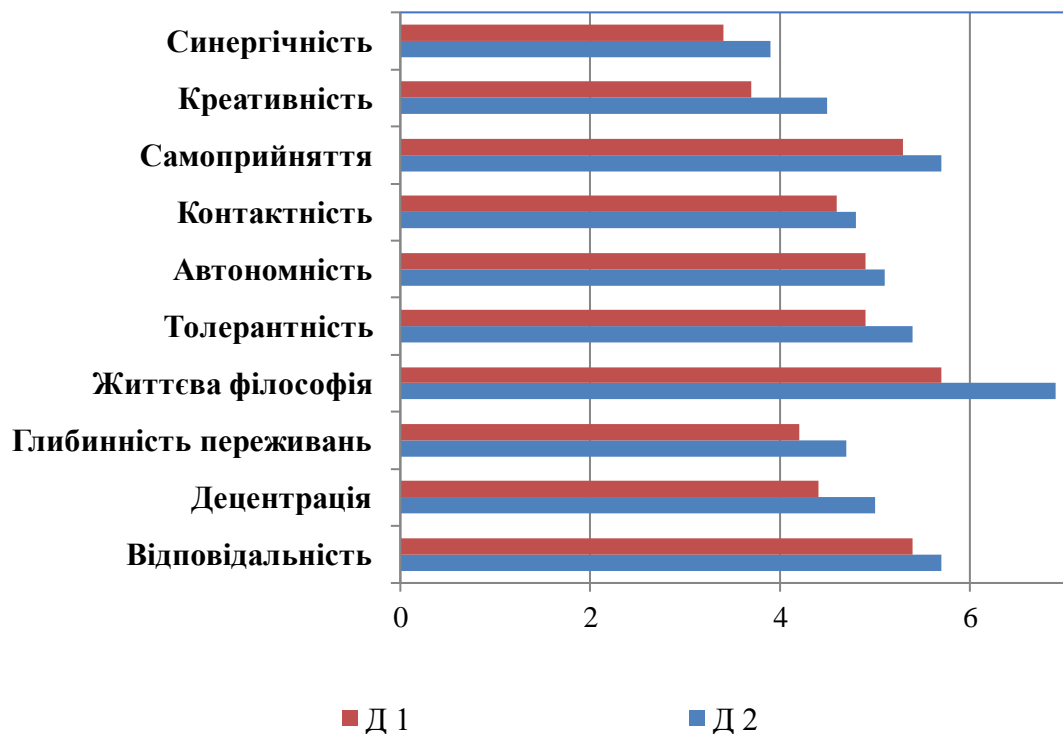


Рисунок 3.5. Усереднені показники зміни рис особистісної зрілості

Найбільше підвищення помітно за рисою «Життєва філософія», що трактується як усвідомлення індивідом особистої реальності у взаємозв'язку з навколишнім світом. Тож, ми можемо констатувати розвиток здатності до пошуку сенсу життя та формування осмисленої життєвої позиції.

Виявлені зміни за рисою «Відповідальність» засвідчують реалізацію учасниками сміливості бути, самостійно творити своє життя, що сприяє їхній особистісній зрілості.

Підвищення усереднених показників за рисою «Креативність» апелює до здатності учасників втілювати власний погляд на життя в результатах діяльності, виражати себе у творчій діяльності.

Риса «Децентрація» відображає здатність до внутрішнього діалогу і здатність залишатись самим собою, забезпечуючи самоверифікацію. Зміни в цьому показнику демонструють розвиток учасників в напрямку більшої децентрації і здатності до самовизначення, незалежно від зовнішніх впливів.

«Глибинність переживань» розуміється як здатність до екзистенційного сприймання світу, і оскільки ми спостерігаємо збільшення показників за цим критерієм, то можемо говорити про розвиток здатності до більш глибокого розуміння себе і оточуючого світу.

За шкалою «Толерантність», яка описує готовність до безумовного прийняття людей і подій, також спостерігаємо збільшення показників. Це засвідчує більш неупереджену та відкриту позицію учасників у сприйнятті різних поглядів та цінностей.

Розвиток готовності до колективної роботи та побудови гармонійних відносин з іншими людьми (риса «Синергічність») засвідчується збільшенням усереднених показників.

За шкалою «Самоприйняття», яка описує позитивне ставлення до себе і своїх можливостей, також спостерігаємо збільшення показників після розвивального впливу, що демонструє збільшення рівня самооцінки і задоволеності учасників своєю діяльністю.

Вважаємо, що розвиток впевненості у власних силах та здатності до самостійності є недостатнім, оскільки відбулось незначне підвищення показників за рисою «Автономність», яка передбачає готовність довіряти собі та самовизначатись. Також спостерігається незначне збільшення показників шкали «Контактність», яка відображає комунікативну готовність до взаємодії. Це вказує на несуттєві зміни соціальних навичок, що, очевидно, пов'язано з онлайн-форматом програми. З цього приводу важливо звернути більшу увагу на розвиток цих аспектів особистісної зрілості в подальшій роботі.

Таким чином, можемо дійти висновку, що навчально-розвивальний вплив, який було здійснено за розробленою нами програмою, був ефективним щодо розвитку й удосконалення інформаційної зрілості учасників, зокрема усіх її параметрів.

Висновки до розділу 3

Відзначено, що у сучасному інформаційному суспільстві зростає значимість розвитку навичок критичного мислення, творчої винахідливості, креативності, самостійності та гнучкості у формуванні логічних поведінкових схем. Розроблено та апробовано НРП «Розвиток інформаційної зрілості», яка має за мету підвищення рівня інформаційної зрілості дорослої особистості, зокрема вміння шукати, аналізувати та оцінювати інформацію, розрізняти факти від дезінформації та здатність до прийняття обґрунтованих рішень.

Апробація програми відбувалась у два етапи через платформу Google Class: січень-березень 2022 року та січень-лютий 2023 року. Розробка НРП ґрунтується на результатах емпіричного дослідження, а її змістовний аспект відповідає параметрам інформаційної зрілості, які пояснюються психологічними механізмами інформаційного впливу.

НРП «Розвиток інформаційної зрілості» складається з 5 блоків: медіагігієна, особистісна зрілість, свідомий вибір, критичне мислення та когнітивні здібності, кожний з яких реалізує мету відповідно до спрямованості на розвиток параметрів інформаційної зрілості. Окрім того, особливу увагу приділено формуванню навичок емоційної саморегуляції, протистоянню віртуальним симуляціям та рефлексії індивідуальних особливостей щодо вразливості до емоційних впливів інформаційного середовища.

З метою оцінки ефективності НРП було проведено аналіз результатів діагностичного обстеження до початку і після завершення всіх занять програми. Використані методики: авторська анкета «Інформаційна поведінка», Методика «Самооцінка метакогнітивних знань та метакогнітивної

активності» (Скворцова, Кашапов), Опитувальник особистісної зрілості (Штепа), Тест-опитувальник «Інформаційна компетентність особистості» (Матохнюк). Загальна кількість учасників становила 27 осіб у віці від 17 до 37 років.

На підставі отриманих даних можна спостерігати загальну тенденцію збільшення показників усіх параметрів інформаційної зрілості. Це підтверджує наші теоретичні положення про інтегральний характер феномену інформаційної зрілості, про її зумовленість внутрішніми чинниками особистісного розвитку та зовнішніми чинниками соціалізації, які реалізуються на основі психологічних механізмів інформаційного впливу що розкривають особливості відображення інформації (емоційна залученість та когнітивна процесуальність), соціальної зумовленості інформаційної поведінки (соціальне порівняння, соціальне прийняття, соціальна авторитетність), особистісної зумовленості інформаційної поведінки (диспозиційна вибірковість, диспозиційні викривлення).

Отже, відповідаючи на дослідні питання, можна стверджувати, що для розвитку інформаційної зрілості дорослих доцільними будуть стратегії навчально-розвивального впливу. Засобами реалізації цих стратегій є техніки когнітивно-поведінкової терапії оскільки вони спрямовані на опанування учасниками навичок самодетермінованого регулювання емоцій та раціонального аналізу інформації, свідоме сприйняття та критичне осмислення соціальних впливів на їхнє мислення та поведінку, розпізнавання і перебудову установок у напрямку гнучкості мислення та відкритості до нової інформації.

ВИСНОВКИ

З метою визначення психологічних механізмів інформаційного впливу на особистість дорослої людини нами було теоретично досліджено особливості існування людини в інформаційному суспільстві. Дослідження має важливе значення, оскільки воно допомагає зрозуміти, як інформація впливає на формування психіки людини, переконань, цінностей та ставлень. Можливі стратегії захисту від негативного впливу інформації в епоху інформаційних технологій охоплюють розвиток особистісної та інформаційної зрілості й, як результат, підвищення рівня інформаційної компетентності серед дорослої аудиторії.

За результатами роботи виокремлено такі висновки.

1. Характеристики інформаційного суспільства полягають у мінливості, невизначеності, складності та неоднозначності. Результати дослідження виявляють, що технологічний прогрес має як позитивні, так і негативні наслідки. Технологічний прогрес може спричинити деформацію особистості на фізіологічному, соціальному та особистісному рівнях.

2. Інформаційний вплив на особистість спричинений кількістю та якістю інформації, які зазнає людина та суспільство загалом. Поява такого явища спровокована актуальним етапом розвитку людства, який стрімко набирає обертів і все більше прискорює темп життя. Як результат, молоді люди мають більше шансів встигнути пристосуватись до таких умов, у той час, як старші люди можуть зазнавати деякого дискомфорту. На наш погляд, це обумовлено, також і недостатнім рівнем розуміння механізмів функціонування медіа та відсутністю знань щодо інформаційної безпеки та гігієни.

3. З'ясовано, що інформація, яку людина отримує, фільтрується через психологічні механізми інформаційного впливу, що розкривають особливості відображення інформації (емоційна залученість та когнітивна процесуальність), соціальної зумовленості інформаційної поведінки

(соціальне порівняння, соціальне прийняття, соціальна авторитетність), особистісної зумовленості інформаційної поведінки (диспозиційна вибірковість, диспозиційні викривлення).

4. Систематизовано інформацію щодо вікових особливостей сприймання інформації. В межах дослідження ми дотримувались вікової періодизації Erikson E. H., оскільки цей підхід відповідає епігенетичному принципу та критеріям психосоціального розвитку, що є ключовими для визначення фаз життєвого циклу людини. Такий погляд дозволив систематизувати різноманітні аспекти розвитку людини, а також визначити особливості сприйняття інформації та соціальної активності на різних етапах життя.

5. Обґрунтовано поняття «інформаційної зрілості особистості» для позначення самодетермінованої інформаційної поведінки та виокремлено такі її параметри: особистісна зрілість, інформаційна поведінка, інформаційна компетентність та метакогнітивна компетентність. Описано інтегральний характер феномену інформаційної зрілості, а саме вважається, що він зумовлений внутрішніми чинниками особистісного розвитку та зовнішніми чинниками соціалізації, які реалізуються на основі психологічних механізмів інформаційного впливу.

6. Проведено і описано емпіричне дослідження, результати якого дали змогу встановити кореляції між параметрами інформаційної зрілості та констатувати наявність сильного та помірною позитивного зв'язку між ними. Порівняльний аналіз параметрів інформаційної зрілості різних вікових груп продемонстрував наявність статистично достовірних відмінностей за. Метод множинної регресії дозволив зробити висновок щодо впливу усіх параметрів інформаційної зрілості на інформаційну поведінку, зокрема, особистісна зрілість, інформаційна компетентність та метакогнітивна активність, проте метакогнітивні знання мають зворотну залежність із інформаційною поведінкою.

7. Описано розроблену й апробовану навчально-розвивальну програму «Розвиток інформаційної зрілості» та перевірено її ефективність. Базуючись на параметрах інформаційної зрілості, онлайн-програма містить 5 блоків, наповнених лекційними та практичними заняттями. Було встановлено статистично значущі збільшення показників за параметрами інформаційної зрілості досліджуваних. Особливо значні зміни спостерігались у показниках інформаційної поведінки, інформаційної компетентності, метакогнітивних знань та метакогнітивної активності. Ці результати дають можливість зробити висновок про ефективність впровадженого навчально-розвивальної стратегії.

Таким чином, дисертаційна праця є важливим етапом для розуміння і розвитку психологічних механізмів інформаційного впливу на особистість дорослої людини, що сприятиме розвитку навичок ефективної взаємодії з інформацією та зниженню вразливості до інформаційного впливу. Перспективи подальших досліджень вбачаються у вивченні впливу інших факторів необхідних для формування інформаційної зрілості та розробку методик для її діагностики, а також аналіз впливу різних типів інформаційних технологій на особистість дорослої людини.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Akin H., Landrum A. R. A Recap: Heuristics, Biases, Values, and Other Challenges to Communicating Science. In Kathleen Hall Jamieson, Dan M. Kahan, and Dietram A. Scheufele (eds). *The Oxford Handbook of the Science of Science Communication*, Oxford Library of Psychology, 2017. DOI: 10.1093/oxfordhb/9780190497620.013.48
2. Allport G. W. *Pattern and growth in personality*. Holt, Rinehart and Winston, 1961. 610 p.
3. American Psychological Association. Media. In *APA dictionary of psychology*. 2021. URL: dictionary.apa.org/media
4. Amygdala volume and social network size in humans / Bickart K. C., Wright C. I., Dautoff R. J., Dickerson B. C., Barrett L. F. *Nature neuroscience*. 2011. Vol. 14. P. 163–164. DOI: 10.1038/nn.2724
5. Bacon F. *Novum organum*. (J. Devey, Ed.). New York: P.F. Collier, 1902. URL: oll-resources.s3.us-east-2.amazonaws.com/oll3/store/titles/1432/0415_Bk_Sm.pdf
6. Bandura A. *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1977. 244 p.
7. Baron J. *Thinking and deciding* (3rd ed.). New York: Cambridge University Press, 2000.
8. Barrett L. F. *How emotions are made: The secret life of the brain*. Houghton Mifflin Harcourt, 2017. 425 p.
9. Barrett L. F., Mesquita B., Gendron M. Context in emotion perception. *Current Directions in Psychological Science*. 2011. 20(5). P. 286–290.
10. Bartlett F. C. *Remembering: A study in experimental and social psychology*. Cambridge University Press, 1932.
11. Bauer J. J., McAdams D. P. Personal Growth in Adults' Stories of Life Transitions. *Journal of Personality*, 2004. 72(3). P. 573–602. DOI:10.1111/j.0022-3506.2004.00273.x

12. Beck A. T., Weishaar M. E. Cognitive therapy. *Current psychotherapies*. Eds. R. J. Corsini & D. Wedding. Boston, 2018. P. 218–257 p.
13. Bell D. *The Coming of Post-Industrial Society: A Venture in Social Forecasting*. New York: Basic Books, 1999. 507 p.
14. Biswas-Diener R., Diener E. *Noba Textbook Series: Psychology*. Champaign, IL: DEF Publishers. 2014. URL: eastpsych.files.wordpress.com/2011/08/textbook-noba.pdf
15. Blending face-to-face and internet-based interventions for the treatment of mental disorders in adults: Systematic review / Erbe D., Eichert H. C., Riper H., Ebert D. D. *Journal of Medical Internet Research*. 2017. 19(9):e306.
16. Bora J., Sungeun C., Sangho B. Media influence on intention for risk-averse behaviors: the direct and indirect influence of blogs through presumed influence on others. *International Journal of Communication*. 2018. Vol. 12. P. 2443–2460. URL: ijoc.org/index.php/ijoc/article/viewFile/7763/2373
17. Casey B. J., Jones R. M. Neurobiology of the Adolescent Brain and Behavior. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. 2010. Vol. 49(12). P. 1189–1285. DOI: 10.1016/j.jaac.2010.08.017.
18. Castells M. *The Information Age: Economy, Society, and Culture*. John Wiley & Sons, Ltd, 2010. 625 p.
19. Comprehensive Review and a Meta-Analysis of the Effectiveness of Internet-Based Psychotherapeutic Interventions / Barak A., Hen L., Boniel-Nissim M., & Shapira N. *A Journal of Technology in Human Services*. 2008. 26(2–4), P. 109–160. DOI: 10.1080/15228830802094429
20. Costa P. T., McCrae R. R. Neo PI-R professional manual. *Psychological Assessment Resources*, 1992. P. 223–256.
21. Craig G. J., Baucum D. *Human Development* (9th ed.). Pearson College Div, 2001. 718 p.
22. Croskerry P., Singhal G., Mamede S. Cognitive debiasing 1: Origins of bias and theory of debiasing. *BMJ Quality & Safety*. 2013. Vol. 22, Suppl 2. P. 58– 64. DOI: 10.1136/bmjqs-2012-001712

23. De Bono E. *Six thinking hats: An essential approach to business management*. Boston, MA: Little, Brown and Company, 1985. 207 p.
24. De Cooman R., Vleugels W. Person-Environment Fit: Theoretical Perspectives, Conceptualizations, and Outcomes. *Oxford Research Encyclopedia of Business and Management*. 2022. DOI: 10.1093/acrefore/9780190224851.013.377
25. Deutsch M., Gerard H. B. A study of normative and informational social influences upon individual judgment. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*. 1955. Vol. 51(3), P. 629–636. DOI: 10.1037/h0046408
26. Doran G. T. There's a S.M.A.R.T. way to write management's goals and objectives. *Management Review*. 1981. Vol. 70(11). P. 35–36.
27. Efficacy of self-guided internet-based cognitive behavioral therapy in the treatment of depressive symptoms: A meta-analysis of individual participant data / Karyotaki E., Riper H., Twisk J., Hoogendoorn A., Kleiboer A., Mira A., ... Cuijpers P.. *JAMA Psychiatry*. 2018. Vol. 75(4). P. 351–359.
28. Emotion shapes the diffusion of moralized content in social networks / Brady W. J., Wills J. A., Jost J. T., Tucker J. A., Van Bavel J. J. *Proceedings of the National Academy of Sciences*. 2017. Vol. 114(28). P. 7313–7318. DOI: 10.1073/pnas.1618923114
29. Erikson E. H. *Identity: Youth and crisis*. New York, NY: Norton, 1968.
30. Faibisoff S. G., Ely D. P. *Information and information needs*. Columbia Univ., New York, NY, 1974. 96 p.
31. Falk E. B., Berkman E. T., Mann T. Predicting persuasion-induced behavior change from the brain. *Journal of Neuroscience*. 2010. Vol. 30(25). P. 8421–8424. DOI: 10.1523/JNEUROSCI.0063-10.2010
32. Felder R. M., Silverman L. K. Learning and teaching styles in engineering education. *Engineering Education*. 1988. Vol. 78(7). P. 674–681.
33. Flanagin A. J. & Lew Z. Individual Inferences in Web-Based Information Environments: How Cognitive Processing Fluency, Information Access, Active Search Behaviors, and Task Competency Affect Metacognitive and

Task Judgments. *Media Psychology*. 2022. Advance online publication. DOI: 10.1080/15213269.2022.2085116

34. Flavell J. H. Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry. *American Psychologist*. 1979. Vol. 34(10). P. 906–911. DOI: 10.1037/0003-066X.34.10.906

35. Folkman S., Lazarus R. S. Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1988. Vol. 54(3). P. 466–475.

36. Forer B. R. The fallacy of personal validation: A classroom demonstration of gullibility. *Journal of Abnormal and Social Psychology*. 1949. Vol. 44(1). P. 118-123.

37. Foster H. Information literacy and information skills instruction: Applying research to practice in the 21st century. Rowman & Littlefield, 2013.

38. Giddens A. The consequences of modernity. John Wiley & Sons, 2012.

39. Gorni K. Theory and Practice of Adult Psychotherapy. New York: Routledge, 2018.

40. Graf P., Schacter D. L. Implicit and explicit memory for new associations in normal and amnesic subjects. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*. 1985. Vol. 11(3). P. 501–518. DOI: 10.1037/0278-7393.11.3.501

41. Habermas J. Technik und Wissenschaft als “Ideologie” (2nd ed.). Suhrkamp Verlag, 1968.

42. Halpern D. F. Thought and knowledge: An introduction to critical thinking (5th ed.). New York, NY: Psychology Press, 2014.

43. Johnson C. It's About You!: Know Your Self. CreateSpace Independent Publishing Platform, 2013.

44. Jowett G. S., O'Donnell V. Propaganda and persuasion. (5th. ed.) Sage publications, 2012. 50 p.

45. Kahan D. M. Ordinary science intelligence: A science-comprehension measure for study of risk and science communication, with notes on evolution and

climate change. *Journal of Risk Research*. 2017. Vol. 20(8). P. 995–1016. DOI: 10.1080/13669877.2016.1148067

46. Kahneman D. *Thinking, Fast and Slow*. New York, NY: Farrar, Straus and Giroux, 2011.

47. Kelly G. A. *The psychology of personal constructs*. New York: Norton, 1955.

48. Kettell R. *Abilities, Their Structure, Growth, and Action*. New York: Houghton Mifflin, 1971.

49. Knobloch-Westerwick S. The selective exposure self- and affect-management (SESAM) model: Applications in the realms of race, politics, and health. *Communication Research*. 2015. Vol. 42(7). P. 959–985. DOI: 10.1177/0093650214539173

50. Knudsen E. I. Sensitive periods in the development of the brain and behavior. *The Journal of cognitive neuroscience*. 2004. Vol. 16(8). P. 1412–1425. DOI: 10.1162/0898929042304796

51. Knutson B., Greer S. M. Anticipatory affect: neural correlates and consequences for choice. *Philos Trans R Soc Lond B Biol Sci*. 2008. Vol. 363(1511), P. 3771–3786. DOI: 10.1098/rstb.2008.0155.

52. Kobayashia K., Hsu M. Common neural code for reward and information value. *Proceedings of the National Academy of Sciences*. 2019. Vol. 116(26). P. 13061–13062. DOI: 10.1073/pnas.1907417116

53. Kowalski R., Limber S., Agatston P. *Cyberbullying: Bullying in the digital age*. John Wiley & Sons, 2012.

54. Kress G. R. *Literacy in the new media age*. London: Routledge, 2003.

55. Kress G. R. *Multimodality: A social semiotic approach to contemporary communication*. New York: Routledge, 2000.

56. Kühn S., Romanowski A., Schilling C., Lorenz R., Mörsen C., Seiferth N., Gallinat J. The neural basis of video gaming. *Translational Psychiatry*. 2016. Vol. 6(11), e956. DOI: 10.1038/tp.2011.53

57. Landrum A. R., Hallman, W. K., & Jamieson, K. H. Examining the impact of expert voices: Communicating the scientific consensus on genetically-modified organisms. *Environmental Communication*. 2019. Vol. 13(1). P. 51–70. DOI: 10.1080/17524032.2018.1502201
58. Landrum A. R., Olshansky A. The role of conspiracy mentality in denial of science and susceptibility to viral deception about science. *Politics and the Life Sciences*. 2019. Vol. 38(2). P. 193–209. DOI: 10.1017/pls.2019.9
59. Landrum A. R., Olshansky A., Richards O. Differential susceptibility to misleading flat earth arguments on youtube. *Media Psychology*. 2021. Vol. 24:1, P. 136–165. DOI: 10.1080/15213269.2019.1669461
60. Lerner Melvin J. The belief in a just world: A fundamental delusion. Springer US, 1980. DOI: 10.1007/978-1-4613-3087-5
61. Lim A. L. Assessing personal maturity skills in higher education. *Journal of Educational Psychology*. 2010. Vol. 102(2). P. 497–509.
62. Loewenstein G. F., Weber E. U., Hsee C. K., Welch N. Risk as feelings. *Psychological Bulletin*. 2001. Vol. 127(2). P. 267–286. DOI: 10.1037/0033-2909.127.2.267
63. Mackey T. P., Jacobson T. E. Reframing Information Literacy as a Metaliteracy. *Communications in Information Literacy*. 2011. Vol. 5(2). P. 84–91. DOI: 10.5860/crl-76r1
64. Marcuse H. One-dimensional man: Studies in the ideology of advanced industrial society, 1964.
65. Mark G., Gonzalez V. M., Harris J. No task left behind? Examining the nature of fragmented work. *Take a Number, Stand in Line*. 2005. Vol. 1. P. 321– 330. URL: ics.uci.edu/~gmark/CHI2005.pdf
66. Marshall M. Understanding media: The extensions of man. Routledge, 1964.
67. McQuail D., Windahl, S. Communication models: For the study of mass communications. Routledge, 2015.
68. Myers D. G. Social psychology. New York: McGraw-Hill, 2010.

69. Neisser U. *Cognition and reality: Principles and implications of cognitive psychology*. W. H. Freeman, 1976.
70. Pariser E. *The filter bubble: What the Internet is hiding from you*. Penguin, 2011.
71. Pervin L. A., John O. P. *Naturalizing the self*. *Handbook of personality: Theory and research*. Guilford, 1999. P. 443–477.
72. Petty R. E., Cacioppo J. T. The elaboration likelihood model of persuasion. *Advances in experimental social psychology*. 1986. Vol. 19. P. 123–205. DOI: 10.1016/S0065-2601(08)60214-2
73. Pink D. H. *A whole new mind: Why right-brainers will rule the future*. New York: Riverhead Books, 2005.
74. *Psychological differentiation: Studies of development* / Witkin H. A., Dyk R. B., Fattuson H. F., Goodenough D. R., Karp S. A. Wiley, 1962.
75. Raney A. A. The Role of Morality in Emotional Reactions to and Enjoyment of Media Entertainment. *Journal of Media Psychology: Theories, Methods, and Applications*. 2011. Vol. 23 (1) P. 18–23. DOI: 10.1027/1864-1105/a000027
76. Riding R., Rayner S. *Cognitive styles and learning strategies: Understanding style differences in learning and behaviour*. London: David Fulton Publishers, 1998.
77. Robinson K. *The element: How finding your passion changes everything*. New York: Viking, 2009.
78. Rock D. *Your brain at work: Strategies for overcoming distraction, regaining focus, and working smarter all day long*. HarperCollins, 2009.
79. Rogers C. A Theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework. *Psychology: A study of science*. 1959. Vol. 3. P. 184–256.
80. Rushkoff D. *Media Virus: Hidden Agendas in Popular Culture*. Ballantine Books, 1994.

81. Santa T. The RAFTs technique: What we know about it. *Educational Leadership*. 1988. Vol. 46(7). P. 60–62.
82. Schraw G., Dennison R. S. Assessing metacognitive awareness. *Journal of Educational Psychology*. 1994. Vol. 86(3). P. 406–411.
83. Sennett R. *Building and Dwelling: Ethics for the City*. Farrar, Straus and Giroux, 2018.
84. Shu K., Sliva A., Wang S., Tang J., Liu H. Fake news detection on social media: A data mining perspective. *ACM SIGKDD Explorations Newsletter*. 2017. Vol. 19(1). P. 22–36. DOI: 10.1145/3137597.3137600
85. Spitzer M. *Digitale Demenz: Wie wir uns und unsere Kinder um den Verstand bringen*. Droemer Knauer, 2013.
86. Tewell E. A Decade of Critical Information Literacy: A Review of the Literature. *Communications in Information Literacy*. 2015. Vol. 9 (1). P. 24–43. DOI: 10.15760/comminfolit.2015.9.1.174
87. The relationship between online vigilance and affective well-being in everyday life: Combining smartphone logging with experience sampling / Johannes N., Meier A., Reinecke L., Ehlert S., Setiawan D. N., Walasek N., Dienlin T., Buijzen M., Veling H. *Media Psychology*. 2021. Vol. 24/5, P. 581–605. DOI: 10.1080/15213269.2020.1768122
88. Toffler A. *Future shock*. Random House, 1970.
89. Toffler A. *The Third Wave*. Bantam Books, 1980.
90. USAID-Internews. Ставлення населення до ЗМІ та споживання різних типів медіа у 2019 р. URL: internews.in.ua/wp-content/uploads/2021/11/Opytuvannya-stavlennya-naselennya-do-media-ta-spozhyvannya-riznyh-typiv-media-2021.pdf
91. Valkenburg P. M., Peter J. The differential susceptibility to media effects model. *Journal of Communication*. 2013. Vol. 63. P. 221–244. DOI: 10.1111/jcom.12024

92. Valli Ch., Nai A. Let Me Think about It: Cognitive Elaboration and Strategies of Resistance to Political Persuasion. *Media Psychology*. 2022. DOI: 10.1080/15213269.2022.2098774
93. Van Dijk J. A. G. M. *The Network Society: Social Aspects of New Media*. SAGE Publications, 2006.
94. Very Verified: онлайн-курс з медіаграмотності. Як розпізнати фейкові новини та маніпуляції. Дія. Освіта. URL: osvita.diia.gov.ua/courses/very-verified
95. Weber R. Brain, mind and media neuroscience meets media psychology. *Journal of media psychology-theories methods and applications*. 2015. Vol. 27(3). P. 89-92. DOI: 10.1027/1864-1105/a000162
96. Webster F. *Theories of the Information Society*. J. Urry (Ed.), Taylor & Francis e-Library, 2006.
97. Wickens C. D., Carswell C. M. Information processing. G. Salvendy & S. Cahyono (Eds.), *Handbook of human factors and ergonomics* (4th ed.). Wiley, 2012.
98. Wilson T. D. *Human information behavior*. Informing Science. 2000. Vol. 3(2). P. 49-56.
99. Wooten D., Reed II A. Informational influence and the ambiguity of product experience: Order effects on the weighting of evidence. *Journal of Consumer Psychology*. 1998. Vol. 7(1). P. 79–99.
100. Брюховецький М. М. Знання як соціально-економічний чинник розвитку інформаційного суспільства. (Вашкевич В. М. ред.) *Гілея: науковий вісник: збірник наукових праць*. 2017. Вип. 121 (6). С. 71–75.
101. Вірна Ж. П., Кревська О. В. Мотиваційна детермінація професійної самоефективності в межах політичної реалізації особистості. *Психологічні перспективи*. 2018. Вип. 32 С. 35–48. DOI: 10.29038/2227-1376-2018-32-35-48

102. Галета Я. В. Інформаційна культура як показник зрілості особистості в умовах інформатизації суспільства. *Наукові записки Серія: Педагогічні науки*. 2015. Вип. 135. С. 83–87.

103. Гапоненко, Л. О. (2019). Особистісна зрілість як проблема сучасної психології. Том 1: колективна монографія. З. М. Мірошник (ред.). Кривий Ріг: Вид. Р. А. Козлов.

104. Гарматій О. Критичне мислення як ключова компетенція медіаграмотності. *Критичне мислення в епоху токсичного контенту: Збірник статей Восьмої міжнародної науково-методичної конференції* Київ: Центр Вільної Преси, Академія української преси, 2020. С. 1–15.

105. Гильбух Ю. З. Тест-опросник личностной зрелости. Киев: Научно-практический центр «Психодиагностика и дифференцированное обучение», 1994.

106. Голобородько В. Проблема вимірювання наслідків поширення дезінформації в українському інформаційному просторі. Восьма міжнародна науково-методична конференція «*Критичне мислення в епоху токсичного контенту*» Київ: Центр Вільної Преси, Академія української преси, 2020. С. 427–435.

107. Голубовська В. С. Інформаційне суспільство: можливості, проблеми та перспективи розвитку. *Інформація і право*. 2013. № 2. С. 98–104.

108. Гурлева Т. С. Особистісна зрілість громадянина як гарантія успішного протистояння агресивному медіа-впливу. В. Л. Зливков, О. В. Завгородня, С. О. Лукомська та О. В. Котух (Ред.), *Раціогуманістичні студії: збірник наукових статей за матеріалами круглого столу*, Київ, 2019. С. 175–181.

109. Данильян О. Г., Дзьобань О. П. Людина в інформаційному суспільстві: проблема моральної ідентифікації. *Вісник Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого*. 2019. № 1(40). С. 1-18.

110. Еріксен Т. Г. Тиранія моменту: Швидкий і повільний час в інформаційну добу. Львів, 2004. 196 с.

111. Еріксон Е. Дитинство і суспільство. Київ, Україна: Основа, 2001. 448 с.
112. Зазимко О. В. Саморозвиток особистості юнацького віку в наративних історіях. За ред. Н. В. Чепелева та М. В. Папучі, Особистість та її історія: колективна монографія. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2018. С. 270–286.
113. Закон України «Про інформацію». Відомості Верховної Ради України (ВВР), 1992, № 48, ст. 650. URL: zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-12#Text
114. Закон України. Про Основні засади розвитку інформаційного суспільства в Україні на 2007-2015 роки, 2007, № 12, ст.102. URL: zakon.rada.gov.ua/laws/show/537-16
115. Засекіна Л. Онлайн когнітивно-повідінкова терапія емоційного дистресу студентів у період пандемії Covid-19. *Психологічні перспективи*. 2021. Пр. 38. С. 49–62.
116. Захаренко К. Інформаційні впливи як джерела загострення інформаційної небезпеки. *Релігієзнавство. Культурологія. Філософія*. 2015. № 47. С. 167–175.
117. Історія інформаційно-психологічного протиборства Жарков Я. М., Компанцева Л. Ф., Остроухов В. В., Петрик В. М., Присяжнюк М. М.. за ред Є. Д. Скулиш. Київ: НА СБ України, 2012.
118. Коваль З. Запровадження комплексних механізмів інформаційної гігієни як засобів забезпечення інформаційно-психологічної стійкості людини, суспільства, держави. *Актуальні проблеми державного управління*. 2017. № 2(70).
119. Коваль О. Тематичний словник-довідник з психології та педагогіки: Навчальний посібник. Тернопіль: ТНЕУ, 2013.
120. Ковальчук Ю. О. Теорія освітніх вимірювань. Ніжин: Видавець ПП Лисенко М. М., 2012. 200 с.

121. Коломієць О., Головата О. Формування інформаційної культури майбутнього фахівця у контексті сучасних освітніх завдань. *Society. Document. Communication*. 2021. № 1(10). С. 310-333. DOI: 10.31470/2518-7600-2020-10-310-333
122. Конверський А. Є. Критичне мислення. Київ: Центр учбової літератури, 2020.
123. Крупник І. Р. Особливості впливу мас-медіа на емоційний стан людини / за ред. І. Р. Крупник, О. Є. Блинова, Н. І. Тавровецька (відп. за випуск) та ін.. *Соціокультурні та психологічні виміри становлення особистості*: Зб. наук. 69 праць за матеріалами III Міжнародної науково-практичної конференції. 2021.
124. Кузіна Є. І. Вікові особливості інформаційної компетентності в умовах інформаційного суспільства. Наукові праці МАУП. Психологія. 2021. №3(52). С. 63-67. DOI: 10.32689/maup.psych.2021.3.9
125. Кузіна Є. І. Інформаційне суспільство як чинник формування особистості. *Габітус*. 2021. № 25. С. 97–101. DOI: 10.32843/2663-5208.2021.25.16
126. Кузіна Є. І. Інформаційний вплив як об'єкт наукового дослідження. Педагогіка, психологія та методика навчання: міжнародний досвід: зб. тез допов. міжнар. наук.-практ. конф. Рига, Латвія, 2021. С. 253–256. DOI: 10.30525/978-9934-26-114-5-65
127. Кузіна Є. І. Психологічні механізми інформаційного впливу на особистість дорослої людини. *Психологічні перспективи*. 2022. №40. С. 75–86. DOI: 10.29038/2227-1376-2022-40-kuz
128. Кузіна Є. І. Психологічні механізми нудьги та інформаційної залежності. *Knowledge, Education, Law, Management*. 2020. № 1(36). С. 117–124. DOI: 10.51647/kelm.2020.8.1.17
129. Левківський К. М., Іванов В. Ф. Медіаосвіта (медіаграмотність): [навч. програма]. Київ: Міжнародний фонд «Відродження», 2011.

130. Лютко Н. В. Інформаційне суспільство та ціннісні орієнтації особистості. Наукові праці. Політологія. 2012. № 170(182). С. 98–101.
131. Макаренко Н. М. Розвиток креативного мислення методом тренінгової діяльності / за ред. Н. М. Токаревої. Поліmodalність особистісного розвитку суб'єктів освіти у сучасному інформаційному суспільстві: науково-методичний посібник. Кривий Ріг, Україна: видавець, 2022.
132. Максименко С. Д. Загальна психологія: Навчальний посібник. Київ: Центр навчальної літератури, 2004.
133. Максименко С. Д., Злишков В. Л., Кузікова С. Б. Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2015.
134. Максименко С.Д., Носенко Е.Л. Експериментальна психологія. Підручник. Київ. Центр учбової літератури, 2008. 360 с.
135. Матохнюк Л. О. Психологія інформаційної компетентності особистості (генеза онтологічного розвитку): дис. ... д-ра психол. н. Одеса, 2019. 527 с.
136. Матохнюк Л. О. Теоретичний аналіз проблеми інформатизації суспільства / за ред. С. Д. Максименко, Л. А. Онуфрієва. *Проблеми сучасної психології*: зб. наук. праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Кам'янець-Подільський: Аксіома. 2017. Вип. 37. С. 228–243.
137. Медведєва В. Особливості процесу соціалізації особистості в умовах інформаційного суспільства. Збірник наукових праць/НАН України. 2016. №43. С. 584–595.
138. Медіапсихологія: на перетині інформаційного та освітнього перспектив: монографія / за ред. Л. А. Найдьонова та Н. І. Череповська. Київ, Україна: Міленіум, 2014.

139. Мей К. Інформаційне суспільство. Скептичний погляд. Київ: К.І.С., 2004.

140. Михайлова О. І. Особливості формування емоційно-ціннісної та когнітивної рефлексії як психологічної умови усвідомлення зрілою особистістю відхилених життєвих альтернатив / за ред. Н. В. Чепелевої та М. В. Папучі. *Особистість та її історія: колективна монографія*. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя. 2018. С. 341–355.

141. Мірошник З. М. Рольова структура особистості – складова компетентності майбутнього практичного психолога. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2016. №52. С. 87–95.

142. Мороз О. Боротьба за правду: як мій дядько переміг брехню. Київ. Yakaboo Publishing, 2020. 160 с.

143. Москаленко В. В. Соціальна психологія. Підручник. Київ: Центр учбової літератури, 2008.

144. Найдьонова Л. А., Слюсаревський М. М. Концепція впровадження медіаосвіти в Україні. Київ, 2016. URL: mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2016/12/концепція-медіаосвіти.pdf

145. Остроухов В., Петрик В. До проблеми забезпечення інформаційної безпеки України. *Політичний менеджмент*. 2008. №4. С. 135–141.

146. Помилуйко В. Ю. Характеристика вікових стадій дорослості з урахуванням можливостей розвитку ключових компетентностей особистості. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки*. 2016. № 5(2). С. 50–55.

147. Пономаренко Я. І. Психокультура суспільства та її вплив на становлення особистості. *Вісник Національного Авіаційного Університету. Серія: Філософія. Культурологія*. 2011. №14(2). С. 148–152.

148. Практична медіаосвіта: авторські уроки / за ред. В. Ф. Іванов, О. В. Волошенюк, В. В. Різун. Київ: Академія української преси, Центр вільної преси, 2013. 447 с.
149. Руденко В. М., Руденко Н. М. Математичні методи в психології. Київ: Академвидав, 2009. 384 с.
150. Системи і методи підтримки прийняття рішень / Бідюк П. І., Тимошук О. Л., Коваленко А. Є., Коршевніук Л. О. Київ: КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2022.
151. Скворцова Ю. В., Кашапов М. М. Методика самооценки метакогнитивных знаний и метакогнитивной активности. *Обдарована дитина*. 2011. №6. С. 23–25.
152. Стариш А. Г. Философия информации. Симферополь: Таврия, 2004.
153. Старіш О. Г. Інформаційна політика держави в контексті глобалізації : дис... д-ра політ. наук: 23.00.03. Київський національний ун-т ім. Тараса Шевченка. Київ, 2008. 401 с.
154. Теплицкий, И., Евтеев, В., & Семериков, С. (2004). Личность в информационном обществе. *Актуальні проблеми духовності : збірник наукових праць*, 5(2), 179–191.
155. Термінологічний словник російсько-української війни / за ред. М. М. Слюсаревського ; упоряд. С. Л. Чуніхіна. Київ : Ін-т соціальної та політичної психології НАПН України, 2022. 20 с.
156. Токарева Н. М. Лабіринти дорослішання: психічний розвиток особистості підлітково-юнацького віку: монографія. Кривий Ріг, Україна: ТОВ НВП «Інтерсервіс», 2021.
157. Фейки як інструмент впливу на вибори: Аналітична доповідь / Дубов Д. В., Корецька І. О., Баровська А. В., Гнатюк С. Л., Ожеван М. А., Ісакова Т. О., Черненко Т. В., Ковальова О. І., Яковлев М. В., Шулімов С. Ф., Суслов А. І. Київ: Національний інститут стратегічних досліджень, 2020.

158. Фоміних Н. Ю. Сутність поняття «інформаційно-комунікаційні технології» та їх значущість на сучасному етапі інформатизації освіти. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*: зб. наук. праць, 2009. №5(58). С. 396–400.

159. Харченко Н. Розвиток критичного мислення. Інноваційні форми роботи для дітей і дорослих. Київ: Видавнича група «Шкільний світ», 2018.

160. Холод О. М. Комунікаційні технології. Київ: КиМУ, 2011.

161. Хохліна О. П. До проблеми суті категорії відображення у психології. *Актуальні питання корекційної освіти*, 2016. Вип. 7

162. Цимбал С. М. Самоідентичність особистості в умовах формування глобального інформаційного суспільства. *Філософія науки: традиції та інновації*. 2012. №1, С. 143–150. URL: repository.sspu.edu.ua/bitstream/123456789/636/1/Samoidentychnist%20osobystosti.pdf

163. Чайка І. Ю. Інформаційне суспільство: від становлення до зрілості. *Філософія. Людина. Сучасність*. 2017. С. 136–138.

164. Чалдині Р. Психологія впливу. Київ: Клуб сімейного дозвілля, 2017. 352 с.

165. Шаповал І. Н. Компетентностный подход в образовании: психологическое содержание основных понятий. *Proceedings of the International Scientific Conference «Pedagogy and Psychology: Contemporary Issues»*. Riga, Latvia: Baltija Publisher. 2021a. P. 35–38. DOI: 10.30525/978-9934-26-114-5-8

166. Шаповал І. М. Особистісна зрілість як предиктор професійної ідентичності психолога. З. М. Мірошник (Ред.), *Особистісна зрілість як проблема сучасної психології*. Том І. Кривий Ріг: Видавництво Р.А. Козлов. 2019. С. 24–41.

167. Шаповал І. М. Особистісна зрілість: Структурно-функціональний аналіз. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2021b. №8. С. 179–185. DOI: 10.30970/PS.2021.8.23

168. Шишкіна Х. Ю. Інформаційна позиція як чинник соціально-психологічної зрілості студентів: дис. ... канд. психол. наук. Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, 2013. URL: theses.oa.edu.ua/DATA/23/%D0%A8%D0%B8%D1%88%D0%BA%D1%96%D0%BD%D0%B0_dis.doc.pdf

169. Штепа О. С. Особистісна зрілість: Модель. Опитувальник. Тренінг. Монографія. Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2008.

170. Яскула С. Общества в новом информационном пространстве. *Соціологія, психологія, педагогіка*. зб. наук. праць міжнародного наукового форуму. 2010. №2. С. 233–247.

ДОДАТКИ

Додаток А

**Анкета «Інформаційна поведінка»
стимульний матеріал та інтерпретація**

Блок	Час	Бали
Питання	<i>Скільки часу ви витрачаєте на контакт із гаджетами (телефон, смартфон, планшет, комп'ютер, телевізор)?</i>	
Варіанти відповіді	Більше ніж 10 годин на день	5
	10-5 годин на день	4
	5-2 годин на день	3
	0,5-2 години на день	2
	не використовую кожний день, лише декілька разів на тиждень	1
Питання	<i>Скільки часу на день у середньому Ви витрачаєте на знайомство з новинами в різних медіа?</i>	
Варіанти відповіді	не дивлюсь новини кожний день, лише декілька разів на тиждень	1
	0,5-2 години на день	2
	більше 2 годин на день	3
Питання	<i>Чи даєте ви собі час аби перепочити від сприймання медіа-контенту?</i>	
Варіанти відповіді	Так	2
	Ні	0
	Іноді	1
Блок	Оцінка	
Питання	<i>Які джерела інформації Ви вважаєте надійними?</i>	
Варіанти відповіді	Інтерв'ю з очевидцем події	1
	Думка відомого експерта	1
	Посилання на інформацію від офіційних українських органів влади	1
	Аналітика чи коментар громадської організації, що працює в цій сфері	1
	Офіційні повідомлення для преси на урядових вебсайтах	1
	Інтерв'ю з посадовою особою	1
	Повідомлення інформаційного агентства	1
	Вебсторінка міжнародної західної організації	1
	Особистий акаунт політика у соціальній мережі	1
	Важко сказати	0
Питання	<i>За якими ознаками ви визначаєте маніпулятивне повідомлення/новину?</i>	
Варіанти відповіді	Висвітлено лише один бік події	1
	Вирішую інтуїтивно	1
	Інформація не повна або не точна	1
	Замало аргументів, багато кліше, ярликів, стереотипних суджень	1
	Надмірна емоційна забарвленість	1
	Відсутні посилання на джерело	1
	Інформація суперечить моєму розумінню ситуації/процесу	1
	Емоційна маніпуляція, наприклад залякування	1
	Подію коментують невідомі або упереджені експерти	1
	Маніпуляція цифрами, даними соціологічних досліджень	1
Факти подаються разом з оцінками	1	

	Цитата чи подія подані окремо, висмикнуті з контексту	1
	Важко сказати	0
Питання	<i>Чи впливають особисто на Вас медіа? Як само?</i>	
Варіанти відповіді	Ніяк не впливають на мене	0
	ЗМІ привертають увагу до подій, про які я буду думати і які буду обговорювати	1
	На оцінки суспільно-політичної ситуації	1
	На інтереси, життєві цінності	1
	На вибір товарів та послуг	1
	На емоційний стан	1
	На ставлення до публічних персон	1
	На політичний вибір: рішення підтримати того чи іншого політика чи партію	1
	Важко сказати	0
Блок	Використання	
Питання	<i>Для чого ви, як правило, використовуєте інтернет? Оберіть тільки те, чим ви займалися за останній місяць.</i>	
Варіанти відповіді	Навчання	1
	Спілкування	1
	Робота	1
	Саморозвиток	1
	Знайомство з новинами	1
	Пошук корисної для мене інформації	1
	Не використовую	0
Питання	<i>Яким чином ви перевіряєте інформацію на достовірність?</i>	
Варіанти відповіді	Не перевіряю	0
	Шукаю підтвердження новини в інших ЗМІ	1
	Читаю коментарі користувачів (якщо матеріал в інтернет-ЗМІ)	1
	Оцінюю надійність джерела, на яке є посилання	1
	Шукаю першоджерело інформації, на яке є посилання	1
	Дивлюся на репутацію ЗМІ	1
	Беру до уваги, хто є власником ЗМІ	1
	Шукаю інформацію про експертів/коментаторів події	1
	Шукаю інформацію про автора	1
	Важко сказати	0
Питання	<i>Чи помічаєте ви що обираєте товари та послуги які бачили в рекламі?</i>	
Варіанти відповіді	Так	2
	Ні	0
	Іноді	1
Блок	Поширення	
Питання	<i>Чи схильні Ви ділитись інформацією, яку знаходите в мережі Інтернет з Вашими знайомими (репости, пересилання, історії, особисте спілкування)?</i>	
Варіанти відповіді	Так	2
	Ні	0
	Свій варіант	1
Питання	<i>Чи долучаєтесь Ви до обговорення актуальних питань у соціальних мережах?</i>	
Варіанти відповіді	Так	2
	Ні	0

	Свій варіант	1
Максимальний бал		75

Респондентам пропонується дати відповіді на 11 запитань щодо їхньої поведінки з медіа повідомленнями. Питання містять різні форми відповідей, в декількох потрібно обрати один з варіантів «Так», «Ні», «Іноді», або написати свій варіант. В інших питаннях пропонується перелік, в якому можна обрати будь-яку кількість відповідей. Відповідно до цього сумується кількість балів за кожним обраним варіантом. Максимальний бал – 75 балів. Вважається, що чим більше балів набирає респондент, тим більш активним він є під час взаємодії з медіа-інформацією.

Додаток Б

Порівняння показників параметрів інформаційної зрілості
в різних вікових групах

Шкали	18-25 років		26-35 років		36-55 років		56-70 років		H_{emp}
	\bar{X}	s_x	\bar{X}	s_x	\bar{X}	s_x	\bar{X}	s_x	
Інформаційна поведінка									
Час	7,4	1,21	7,5	1,23	7,4	1,12	7,7	0,86	-
Оцінка	11,8	4,46	10,9	3,48	9,6	4,89	7,7	0,83	22,05**
Використання	8,6	2,80	7,8	2,34	7,7	3,09	6,9	2,88	-
Поширення	2,2	1,35	1,9	1,50	2,4	1,44	1,9	1,32	-
<i>Інформаційна поведінка</i>	3,0	7,05	28,2	5,82	27,2	7,50	27,0	8,33	-
Інформаційна компетентність									
Мотиваційний	2,8	1,10	2,8	0,94	2,9	0,96	2,5	0,99	-
Когнітивний	2,6	1,01	2,2	1,37	2,3	1,06	2,4	1,12	-
Проектно-поведінковий	3,8	1,02	3,5	0,80	3,6	1,03	3,5	1,04	-
Емоційно-вольовий	3,9	0,94	3,9	0,91	3,8	0,92	3,9	0,79	-
Екологічний	3,1	1,04	3,5	0,91	3,3	0,87	3,1	0,87	-
Правовий	2,7	1,20	2,8	1,13	2,4	1,11	2,4	0,95	-
<i>Інформаційна компетентність</i>	19,5	3,57	19,4	3,08	19,0	3,51	18,3	3,10	-
Метакогнітивна компетентність									
Концентрація	3,1	1,58	3,2	1,69	3,2	1,55	3,3	1,72	-
Набуття інформації	6,6	1,92	6,3	2,31	6,3	2,14	6,4	2,04	-
Вибір головних ідей	6,6	1,91	6,9	2,23	6,8	1,99	7,1	1,25	-
Управління часом	4,6	2,23	5,1	2,24	4,7	2,50	4,9	2,25	-
<i>Метакогнітивні знання</i>	11,5	3,25	12,6	3,6	13,2	3,54	11,6	3,50	8,45*
<i>Метакогнітивна активність</i>	10,3	2,69	11,6	2,95	12,5	2,43	10,7	3,44	9,07*
Особистісна зрілість									
Відповідальність	5,8	1,54	5,6	1,37	5,2	1,63	4,9	1,62	8,05*
Децентрація	5,9	1,54	5,5	1,95	5,0	1,88	4,7	1,16	8,11*
Глибинність переживань	6,7	1,33	6,7	1,82	6,8	1,69	6,8	1,38	-
Життєва філософія	6,9	2,50	6,7	2,27	6,6	2,47	6,5	1,93	-
Толерантність	5,7	1,52	5,7	1,54	5,8	1,70	5,7	1,68	-
Автономність	5,1	1,31	5,3	1,07	5,8	1,24	5,5	1,27	7,95*
Контактність	5,4	1,24	5,7	1,28	6,0	1,23	6,4	1,48	11,52**
Самоприйняття	5,4	1,34	5,4	1,31	5,4	1,24	5,2	1,07	-
Креативність	4,7	1,22	5,2	1,51	5,3	1,89	3,8	1,86	8,32*
Синергічність	3,2	1,28	3,7	1,76	3,4	1,24	3,1	1,04	-
<i>Особистісна зрілість</i>	51,6	4,78	54,2	5,59	58,8	6,01	55,3	4,53	9,25*

Примітка: * – на рівні значущості $p < 0,05$; ** – на рівні значущості $p < 0,1$

Додаток В

Показники критерію T-Віллкоксона до та після

впровадження навчально-розвивальної програми

«Розвиток інформаційної зрілості»

Шкали	До		Після		T _{emp}	
	X	s _x	X	s _x	Показник	Напрямок
Інформаційна поведінка						
Час	7,0	1,97	7,4	1,94	16,5**	збільшення
Оцінка	13,3	4,37	16,3	3,84	0,0**	
Використання	8,6	2,99	9,7	1,58	21,5**	збільшення
Поширення	1,9	1,34	2,1	1,30	14,0**	збільшення
<i>Інформаційна</i>	<i>19,8</i>	<i>6,72</i>	<i>36,7</i>	<i>4,00</i>	<i>0,0**</i>	
Інформаційна компетентність						
Мотиваційний	3,0	0,76	3,5	0,85	44,0**	збільшення
Когнітивний	2,7	0,74	3,5	0,88	39,0**	збільшення
Проектно-	3,0	0,85	3,4	1,01	-	
Емоційно-вольовий	3,6	1,08	4,2	1,00	89,2*	збільшення
Правовий	2,9	1,35	3,4	1,25	-	
<i>Інформаційна</i>	<i>20,5</i>	<i>3,06</i>	<i>22,0</i>	<i>4,36</i>	<i>-</i>	
Метакогнітивна обізнаність						
Концентрація	2,7	1,35	3,0	1,19	86,5*	збільшення
Набуття інформації	4,4	1,58	4,9	1,55	60,0**	збільшення
Вибір головних ідей	3,6	2,06	4,8	2,18	41,5**	збільшення
Управління часом	4,0	20,5	4,8	2,44	-	
<i>Метакогнітивні</i>	<i>9,8</i>	<i>4,46</i>	<i>11,0</i>	<i>4,04</i>	<i>87,0*</i>	збільшення
<i>Метакогнітивна</i>	<i>7,9</i>	<i>2,83</i>	<i>9,3</i>	<i>4,22</i>	<i>86,0*</i>	збільшення
Шкали	До		Після		T _{emp}	
	X	s _x	X	s _x	Показник	Напрямок
Особистісна зрілість						
Відповідальність	5,4	1,01	5,7	1,17	72**	збільшення
Децентрація	4,4	1,22	5,0	1,18	83,0**	збільшення
Глибинність	4,2	1,28	4,7	1,32	78,5**	збільшення
Життєва філософія	5,7	2,11	6,9	2,01	84,0*	збільшення
Толерантність	4,9	1,33	5,4	0,75	102,5*	збільшення
Автономність	4,9	1,28	5,1	1,03	104,5*	збільшення
Контактність	4,6	1,15	4,8	1,12	89,0*	збільшення
Самоприйняття	5,3	1,35	5,7	1,56	58,5**	збільшення
Креативність	3,7	1,38	4,5	1,65	69,0**	збільшення
Синергічність	3,4	1,05	3,9	1,22	90,5*	збільшення
<i>Особистісна</i>	<i>48,4</i>	<i>4,70</i>	<i>50,7</i>	<i>4,62</i>	<i>-</i>	

Примітка: * – на рівні значущості p<0,05; ** – на рівні значущості p<0,1

Додаток Г

Приклад оформлення НРП «Розвиток інформаційної зрілості»
на платформі Google Class



Інформаційна зрілість

здатність до
самодетермінованої поведінки
в інформаційному просторі

уміння обробляти інформацію
та протидіяти негативному
впливові від ЗМІ



Програма розвитку інформаційної зрілості



містить такі блоки:

- медіагігієна
- особистісна зрілість
- свідомий вибір
- критичне мислення
- когнітивні здібності

Додаток Д
НАВЧАЛЬНО-РОЗВИВАЛЬНА ПРОГРАМА
«РОЗВИТОК ІНФОРМАЦІЙНОЇ ЗРІЛОСТІ»

ВСТУП

Діагностика інформаційної зрілості. Учасникам пропонується дати відповіді на 4 методики у форматі тесту на платформі Google Form. Методики: Анкета «Інформаційна поведінка», «Самооцінка метакогнітивних знань та метакогнітивної активності» (Скворцова Ю. В., Кашапов М. М.), Опитувальник особистісної зрілості (Штепа О. С.), Тест-опитувальник «Інформаційна компетентність особистості» (Матохнюк Л. О.),

Вступна презентація. Учасники знайомляться з короткою презентацією яка містить головну інформацію про інформаційну зрілість та її компоненти, пояснення щодо умов проходження програми.

Зміст

Інформаційна зрілість – це здатність до самодетермінованої поведінки в інформаційному просторі; уміння обробляти інформацію та протидіяти негативному впливові від ЗМІ.

Блоки НРП «Розвиток інформаційної зрілості»

- 1) медіагігієна;
- 2) особистісна зрілість;
- 3) свідомий вибір;
- 4) критичне мислення;
- 5) когнітивні здібності.

Структура програми:

У межах цього Google Class ви знайдете 5 блоків, які відповідають за розвиток інформаційної зрілості. Кожен з блоків містить 2 завдання – одне теоретичне і друге практичне. Виконуючи одне за одним ви виконаєте 10 занять і засвоїте знання які допоможуть вам здійснювати ефективну поведінку у своєму повсякденному житті. Приємного навчання!

ТЕМА 1. МЕДІАГІГІЄНА

ЗАНЯТТЯ 1

Опис

Презентація лекційного формату де учасники читають інформацію про механізми психологічного та інформаційного впливу, техніки пропаганди та дезінформації, маніпуляцій. В презентації є фото і відео матеріали, покликання на корисні джерела та додаткові навчальні курси, які можна опанувати за бажанням.

Зміст

Медіагігієна. Що потрібно знати про інформацію яку ми споживаємо

Варто вивчати медіагігієну тому, що.

– Майже всі люди використовують медіа і вільно можуть поширювати будь-яку інформацію.

– Відкритий доступ до інформації призводить до великої кількості фейків та популяризації псевдонаук.

– Поява нових професій пов'язаних із обробкою інформації.

– Взаємодія людей у соціальних мережах (в тому числі кібербулінг).

Медіа – це засоби передавання, зберігання та відтворення інформації; інтернет, радіо, журнали, газети, телебачення; технічні засоби поширення інформації та канали комунікації (радіо, телебачення, інтернет), які формують особливе середовище комунікації.

«Коли існує надмір, а не дефіцит інформації, ступінь розуміння спадає прямо пропорційно до зростання кількості інформації» (Eriksen)

Медіагігієна/медіаграмотність – це комплекс знань, вмінь та навичок, які дають змогу людям аналізувати, критично оцінювати та створювати різноманітні повідомлення різних жанрів і форм для різних типів медіа, розуміти та аналізувати процеси функціонування медіа в суспільстві та їх вплив.

Механізми інфовпливу за Cialdini R. В.:

- правило послідовності (через нього люди публічно беруть на себе якесь зобов'язання, аби довести свою послідовність);
- принцип взаємного обміну (люди воліють відповідати добром на добро і повертати свої борги);
- принцип соціального доказу (люди роблять те, що на їхніх очах вже зробили інші люди);
- правило прихильності (чим більше вам подобається хтось, тим сильніше його вплив на вас);
- принцип впливу авторитету (ми поступаємося людям, які, на нашу думку, перевершують нас у будь-чому);
- принцип дефіциту (ми хочемо те, що не зможемо отримати в майбутньому).

Методи пропаганди. Існує багато способів змусити людину вірити у будь-яку інформацію.

- Багаторазове повторення (метод Геббельса)
- Затуманення свідомості, умисна неясність, плутанина
- Навішування ярликів
- Напівправа
- Блискучі узагальнення
- Використання упередження

Інформаційна бульбашка «filter bubble» – явище яке виникає, коли особисті алгоритми веб-пошуку та соціальних медіа підбирають інформацію для користувачів на основі їх попередніх виборів та переглядів. За словами автора, це призводить до того, що користувачі бачать лише ту інформацію, яка підтверджує їхні погляди та інтереси, і не мають можливості бачити або отримувати доступ до інформації, яка може суперечити їхнім поглядам.

Дезінформація – це навмисно неправдивий сенс, який дійові особи поширюють і знають як неправдивий

Ознаки фейків:

- Ненадійні інформатори

- Яскрава емоційна забарвленість
- Емоційний заголовок
- Викладаються думки, припущення, а не факти
- Навіщування ярликів, розповсюдження стереотипів
- Теорія змови
- Упереджене висвітлення подій
- Помилки в тексті
- Невідповідні дата та час публікації

Правила медіагігієни:

1. Сформуйте свою стрічку новин у соціальних мережах об'єктивно

У наші часи кожен може створювати контент, але важливо зрозуміти, що ви додаєте до своєї стрічки. Не додавайте друзів, яких ви не знаєте і не цікавитесь їхніми публікаціями, тому що вони мають милі фотографії. При формуванні своєї стрічки необхідно керуватися свідомим вибором і не додавати контент, який викликає в вас відразу або негативні емоції. Важливо ставитися до інформації об'єктивно та критично, враховуючи джерела та достовірність інформації.

2. Використовуйте перевірені джерела

Якщо ви зіткнулися зі співрозмовником, який поширює фейкові новини або неперевірену інформацію, то ви маєте право відмовитися від спілкування з ним. Намагайтеся спиратися на офіційні джерела та на думку експертів, які публікують достовірну інформацію.

Існує Список «білих медіа» (<https://imi.org.ua/news/bilyj-spysok-visim-media-shho-staly-najyakisnishymy-i37769>) на який ви можете спиратись аби перевірити інформацію

3. Не відволікайтеся на неважливе

Вам не потрібно стежити за кожною модою, розуміти політику, бути в курсі всіх фінансових коливань та знати імена всіх голлівудських акторів. Ви маєте право не знати щось, не цікавитися чимось та не слідкувати за цим. Інтернет і соціальні мережі є головними «відволікачами» від роботи та інших

важливих справ, тому важливо чітко визначити свої мети та не блукати без мети від сайту до сайту.

4. Живіть своїм життям

Необхідно бути уважним до інформації, яку ви споживаєте, оскільки багато засобів масової інформації переписують один від одного без перевірки джерел. Важливо знати, які джерела інформації є надійними та перевіреними. Знайдіть баланс між віртуальним та реальним життям, і не дозволяйте медіа впливати на ваші власні рішення та думки. Живіть своїм життям та насолоджуйтесь кожною миттю, що надає вам дійсність.

5. Слідкуйте за якістю

Інформаційне середовище можна порівняти з різноманітними вуглеводами, що мають різний вплив на здоров'я. Як прості вуглеводи, проста інформація засвоюється легко, але надає миттєву насолоду і може мати негативний вплив на інформаційне здоров'я. Нею важко задовольнитися, і ми можемо відчувати потребу в ще більшій дозі, що може бути шкідливим для психіки та емоційного стану.

Натомість, складні вуглеводи потребують більше часу на засвоєння, але мають корисні властивості, наповнюють наш організм енергією та дозволяють відчувати ситість на довший час. Аналогічно, інформація, яка потребує більше часу на переробку та розуміння, може бути корисною для нашого інтелектуального та емоційного розвитку. Наприклад, якісна аналітика, пізнавальна інформація та освітні проекти можуть складати основу інформаційного меню і бути корисними для нашого інтелекту та розвитку.

6. Виділяйте час, щоб подумати

Необхідно час від часу відірватися від неперервного потоку інформації та аналізування її. Візьміть собі трохи часу, щоб просто заспокоїтися, подивитися навколо та прислухатися до свого середовища. Не бійтеся бути в невідомості або не звертати увагу на нову інформацію. Очистіть свій розум, дозволивши йому відпочити від безупинного потоку інформації.

1. Скептично ставтеся до заголовків.
2. Звертайте увагу на адресу сайту.
3. Перевіряйте джерела.
4. Звертайте увагу на правопис і оформлення.
5. Оцініть фотоматеріали.
6. Вивчіть дати.
7. Перевірте свідчення.
8. Пошукайте інформацію в інших джерелах.
9. Чи не жарт це?
10. Пам'ятайте, що деякі повідомлення є цілеспрямованою брехнею».

Додаткові матеріали:

- <https://www.youtube.com/playlist?list=PL4SOO4mxq3nvQUgJOb6KYOdwbxjts0xMw>

- https://youtu.be/2-Wi0K_uaDA

- <https://gwaramedia.com/7-porad-vyjty-suhym-iz-media/>

- <https://www.stopfake.org/uk/golovna/>

- <https://fake.net.ua/reestr/fake-news>

- https://courses.prometheus.org.ua/courses/course-1:Prometheus+IH101+2021_T3/course/

- https://courses.prometheus.org.ua/courses/course-v1:Prometheus+IHWAR101+2022_T2/course/

- https://courses.prometheus.org.ua/courses/course-v1:CZ+MEDIA102+2018_T3/course/

- <https://cpd.gov.ua/>

- <https://osvita.diia.gov.ua/courses/very-verified>

ЗАНЯТТЯ 2

Опис

Містить тестову Google Form в якій учасники мають ознайомитись із запропонованими новинами на сайтах, проаналізувати та написати власні

висновки щодо цього медіаконтенту. Такі практичні вправи спрямовані на розрізнення фейкової та правдивої, помилкової та наукової інформації в медіапросторі.

Учасники можуть під час свого аналізу спиратись на такі питання:

Прочитати, проаналізувати

Хто поширює інформацію?

Що справді зображено на фото?

Що справді зображено на фото?

Чи можна знайти підтвердження новини?

Чи сумнівається хтось у правдивості новини?

Коли опублікували новину?

Ваш висновок по цій статті.

ТЕМА 2. ОСОБИСТІСНА ЗРІЛОСТЬ

ЗАНЯТТЯ 3

Опис

У межах цього блоку запроновано теоретичний матеріал і завдання, які допоможуть поглибити розуміння поняття особистісної зрілості та застосувати набуті знання на практиці. Завдання включають аналіз власного життєвого досвіду, рефлексію та практичні вправи, що сприятимуть розвитку різноманітних компетенцій, необхідних для досягнення особистісної зрілості.

Зміст

Особистісна зрілість – це інтегральна системна властивість особистості, яка зумовлює здатність здійснювати самодетермінований вибір, на основі стійких внутрішніх критеріїв у своїй життєдіяльності, зберігати свою цілісність та ефективність своєї діяльності на фоні постійно змінних зовнішніх умов і постійно наявних впливів, а також здійснювати цілеспрямовані впливи на оточення.

Складові частини особистісної зрілості

– автономність

- Я-концепція
- переконання
- компетентність
- сила Я
- особистісний потенціал

Автономність/ забезпечення самостійності:

- здатність до прийняття власних рішень
- самоконтроль
- відповідальність за наслідки своїх рішень
- сформованість психологічного простору

Я-концепція

- сукупність уявлень цінностей
- структурована й динамічна сукупність установок
- система уявлень про себе (самооцінка)

Переконання

– усвідомлення людиною власної реальності в контексті навколишнього світу в пошуках сенсу життя

- внутрішні критерії самостійного вибору

Компетентність (метакогнітивна, емоційна, соціально-психологічна)

– знання щодо пізнавальної діяльності та власних когнітивних особливостей

- рефлексія власного пізнавального процесу
- саморегуляція пізнавальної діяльності
- здатність людини розуміти й регулювати власний емоційний стан,
- розуміти емоційний стан іншої людини
- реалізовувати спілкування та спільну діяльність відповідно до

емоційного фону взаємодії

- знання про способи й норми трансляції інформації
- орієнтуватися в соціальних ситуаціях
- встановлювати взаємовідносини;

– приймати рішення щодо стратегії та способів поведінки у взаємодії

Сила Я

- адаптації людини до складних життєвих ситуацій
- подолання перепон або розв'язання конфліктів
- заміна засобів досягнення мети
- формування нового бачення ситуації

Особистісний потенціал

– забезпечення наявних резервів і додаткових внутрішніх і зовнішніх ресурсів

– здатність людини до збільшення ресурсів із метою забезпечення життєдіяльності

– здійснення психофізіологічно затратної активності, щодо подолання важких ситуацій, задля збереження здоров'я та підтримки суб'єктивного благополуччя

Ознаки зрілості

- самосвідомість (здатність до рефлексії та самоаналізу)
- відповідальність (здатність брати на себе відповідальність за вирішення проблеми)
- емоційне опанування (емоційна здатність впоратися з проблемою)
- креативність (здатність до творчого вирішення проблеми)

Дорослий = зрілий? або коли з'являється зрілість?

Неодноразові дослідження показали що людина розвивається усе життя і особистість може змінюватись як під впливом зовнішніх умов, так і завдяки внутрішньому прагненню. Саморозвиток допомагає удосконалювати себе, розвивати нові навички, набувати нових знань.

Особистісно зрілість не приходить з певним віком, а набувається поступово протягом усього життя.

Навіщо розвивати особистісну зрілість

Спираючись на визначення та ознаки зрілості, зрозуміло, що зріла людина – свідома, активна, відповідальна, креативна, емоційно стабільна.

В умовах сьогодення, коли світ нестабільний та переповнений інформацією, корисно мати ці якості (внутрішні опори), які як компас будуть вказувати дорогу до своїх власних цінностей та цілей.

Що робити аби розвинути зрілість

На першому занятті, одним з правил медіагігієни було – «жити своє життя».

Це і є перший крок для пізнання себе, а, отже, і саморозвитку. У наступних заняттях ми будемо пропонувати вправи які допоможуть сформувати та закріпити нові навички для актуалізації особистісної зрілості.

Додаткові матеріали:

https://lib.iitta.gov.ua/724946/1/Baranova_monographia_2020.pdf

http://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/8_2021/25.pdf

https://k-s.org.ua/psykholohiya_dlya_doroslykh/zrila-osobystist%CA%B9/

ЗАНЯТТЯ 4

Опис.

Практичне заняття містить презентацію із описом вправ, які учасники мають виконати у документі Word та прикріпити до своєї сторінки. Вправи спрямовані на формування навичок самопізнання та саморефлексія, творення активної життєвої позиції.

Зміст

Розвиток особистісної зрілості

1. Вправа «Пізнати себе» (15 хв) Johnson С.

Мета: самопізнання та саморефлексія

Завдання: дати відповіді на такі запитання (довго не думаючи, перше що спадає на думку)

що для вас важко робити? який ваш улюблений жарт? що таке, на вашу думку, дружба? що ви найбільше цінуєте? коли ви почуваетесь найкраще?

якби ви не були тим, ким ви є зараз, ким би ви хотіли бути? як ви контролюєте свій гнів? куди б ви пішли, якби захотіли побути наодинці? яка ваша улюблена річ? про що ви найчастіше мрієте? кому ви найбільше довіряєте? коли ви відчуваєтеся дуже незручно? за яких обставин ви б сказали неправду? де б вам найбільше сподобалося жити? яка ваша головна мета у житті? що сказав би про вас ваш найзапекліший ворог? що сказав би про вас ваш найкращий друг?

Рефлексія. Коли відповіді написані, подумайте як вам було писати, складно чи ні, чи здивували вас відповіді?

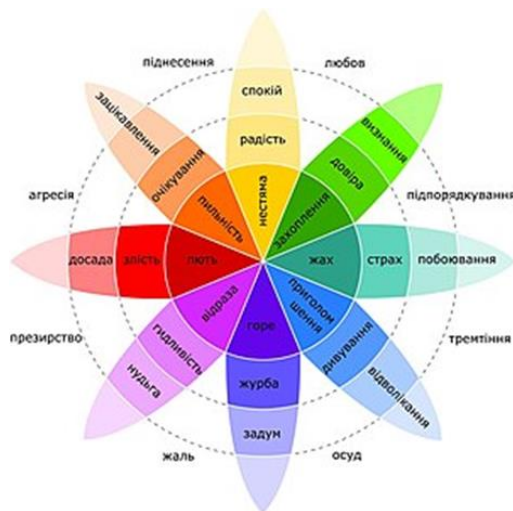
2. «Сканування реальності» (5 хв)

Мета: сформувати навичку до самоаналізу

Завдання: описати свої почуття та відчуття тут і зараз

«Сканування» своїх почуттів. На початку обов'язково проговорити, назвати словами почуття, які є у вас зараз, потім записати.

Якщо складно, вам може допомогти коло емоцій Плучика, де ви можете знайти назви емоцій і спробувати визначити свої.



2. «Сканування» думок. Помітити про що зараз думаєте і записати.

3. «Сканування» своїх тілесних відчуттів, враховуючи стан дихання, шлунка та кишківника, серцевої діяльності та ті, які можуть бути викликані переживанням певних почуттів: «кішки шкребуть», «серце стискається». Описати словесно і записати.

4. «Сканування» сприйняття реальності: що я зараз бачу, що я зараз чую, відчуваю тактильно, на смак та запах. Записати.

Повторювати вправу декілька разів на день, кожного дня. Навичка стане автоматичною, що дозволить ясніше усвідомлювати реальність.

3. «Розкриття та розуміння емоцій» (15 хв.)

Мета: розуміння емоцій та думок, які впливають на психологічний стан

Завдання: виконувати послідовно дії відповідно до опису вправи (більш ефективним є виконання цієї вправи письмово)

Процес проведення цієї вправи передбачає такі кроки.

- Визначення емоції: спочатку ви повинні ідентифікувати емоцію, яку ви відчуваєте.

- Аналіз ситуації: потім проаналізувати ситуацію, яка викликала цю емоцію. Важливо, щоб ви були детальні та об'єктивні в описі ситуації.

- Визначення думок: знайти думки, які ви мали у той момент, коли відчували цю емоцію.

- Оцінка думок: далі проаналізувати ці думки та оцінити їх за допомогою питань, які допоможуть виявити рівень об'єктивності та адекватності цих думок.

- Заміна думок: якщо виявлено шкідливі думки, то їх потрібно замінити на більш позитивні та корисні.

- Відслідковування змін: після того, як ви замінили свої шкідливі думки, ви повинні відслідкувати зміни в своїх емоціях та поведінці.

4. «Знайти свої цінності» (15 хв)

Мета: формування активної життєвої позиції

Завдання: скласти перелік 6 основних цінностей життя.

Цінності – це найглибші бажання, це те, як би ви хотіли прожити своє життя як людина. Цінності це не те, що ви хочете отримати або досягти; вони те, як ви хочете вести себе або діяти на постійній основі.

Є сотні різних цінностей, але нижче ви знайдете список найбільш поширених з них. Можливо, не всі з них будуть відноситись до вас. Майте на

увазі, що не існує такої речі, як «правильних цінностей» і «неправильних цінностей». Це трохи схоже на ваші смаки щодо піци. Якщо ви віддаєте перевагу шинці і ананасам, а я віддаю перевагу ковбасі і оливкам, це не означає, що мій смак щодо піци правильний і у вас неправильний. Це означає лише те, що в нас різні смаки. Так само ми можемо мати різні цінності.

Спробуйте скласти список з 6 цінностей, пронумеруйте кожну з них, щоб нагадувати собі, що це те, як ви хочете жити своє життя.

5. «Дерево життя» (30 хв).

Мета: пізнати себе, розвивати креативність та здатність до візуалізації

Матеріали: фабрики або олівці, папір

Завдання: заплющити очі та уявити дерево яке вам подобається. Уявіть, що корені це ваша основа, база. Подумайте що «живить» вас, (сім'я, традиції знання, інше), стовбур – це стрижень (можливо це ваші якості, принципи, досвід, риси). Далі гілки – ваші напрями зростання (цінності, цілі). Намалюйте дерево, нехай в ньому буде досталь гілок (великих і малих). Додайте на малюнок листя – ваші емоції, почуття. Додайте плоди – що це може бути для вас? (можливо досягнення?)

Рефлексія. Як бути цим деревом? Чи глибокі коріння? Чи густа крона? Чи достатньо дереву дощу та сонця? Чи подобається дерево? Хто його доглядає? Чи дозріли вже плоди, коли ви хочете їх зібрати?

Чи задоволені ви результатом малювання? можете додати на малюнок все що хочеться. Помістіть в нього усі свої напрацювання сьогоднішнього заняття та зробіть узагальнюючі власні висновки.

Напишіть усі думки.

Рефлексія загальна до заняття.

Обміркуйте усі завдання, перегляньте все що зробили. Як вам було? Яка вправа сподобалась найбільше? Яка далась важче? Чи змінювався ваш настрій під час виконання? Як зараз себе відчуваєте?

Запишіть усі свої роздуми і висновки

ТЕМА 3. УСВІДОМЛЕНИЙ ВИБІР

ЗАНЯТТЯ 5

Опис

В занятті аргументується важливість і необхідність приймати зважені свідомі рішення, пояснюється яким чином розвивається така навичка. Описано кроки за якими потрібно аналізувати ситуацію аби прийняте правильне для себе рішення. Заняття має відеоматеріали в яких роз'яснюється поняття свідомість, усвідомлене рішення та інше.

Зміст

Свідомо обирати

На попередніх заняттях щодо медіагігієни та особистісної зрілості, ви з'ясували що робити усвідомлений вибір вкрай важливо. Це допомагає протистояти великому обсягу інформації і зберігати психологічне здоров'я у стрімкому світі.

Робити вибір

Люди постійно приймають рішення, обирають що краще для них в той чи той момент часу. Не часто буває, що є лише один спосіб досягнення мети. Побачити якомога більше можливих варіантів та усвідомити свій вибір – запорука ефективного виходу з ситуації. Важливо брати відповідальність за свої дії. Тобто сприймати серйозно те що відбувається у вашому житті і розуміти наслідки своїх рішень та дій. Намагайтесь поглянути на будь-яку ідею чи проблему з різних точок зору, різних перспектив. Чим ширше погляд тим більше варіантів.

Вміти приймати рішення важливо. Але як це робити? чи можливо прийняти рішення правильно? Чи можливо навчитись? Люди навчаються приймати рішення поступово, з віком і методом спроб і помилок. Проте існують методи які допоможуть відточити цю навичку.

Послідовність прийняття рішень

Пригадати цінності в сфері у якій робиться вибір

Пошук додаткової інформації при потребі

Оцінити можливі ризики і перешкоди (як зовнішні, так і внутрішні)

Чи є якийсь зовнішній тиск (сімейний, культуральний фактор, соціальний статус, інші люди)?

Які будуть наслідки якщо приймати/ відтерміновувати рішення/вибір?

1 крок. Оцінка ситуації

Часто виникають ситуації, коли потрібно зробити вибір. Наприклад, закінчити написання статті сьогодні або відпочити і продовжити завтра; дружити з певною людиною або ні; обрати роботу, на яку працювати. Таким чином, першим кроком є усвідомлення того, що вам потрібно зробити вибір і прийняти рішення. На цьому етапі важливо згадати свої цінності та мету, до якої ви прагнете, і керуватись ними при виборі.

2 крок. Збір інформації

Щоб більш ефективно вирішити конкретну ситуацію, корисно збирати якомога більше інформації про неї, запитувати інших про їх досвід із подібними обставинами. Якщо є достатньо часу, можна провести "мозковий штурм" разом з близькими людьми, щоб знайти ефективне рішення.

3 крок. Виокремити варіанти

Після аналізу отриманої інформації, варто знайти принаймні три варіанти рішень. Якщо обмежуватись двома варіантами, то це може призвести до тупика (схоже на ситуацію у Гамлета: «Бути чи не бути?»). Спробуйте залучити свою творчість для пошуку нових і неочікуваних рішень.

4 крок. Зважити варіанти.

Розглянути можливі наслідки для вас - як позитивні, так і негативні, у випадку прийняття кожного з варіантів. Необхідно зосередитися на цьому етапі, особливо якщо вирішується важливе питання, таке як вибір університету, одруження чи зміна місця проживання. Детальний та ретельний аналіз можливих наслідків допоможе вам зробити кращий вибір.

5 крок. Прийняти рішення

Здійснити власне рішення та розпочати виконувати його. Крім того, рекомендується створити план дій, яким ви будете керуватись, щоб уникнути

збочень з обраного курсу. Налаштуватись на виконання плану, відстежувати прогрес та здійснювати коригування за необхідності.

Додаткові матеріали: <https://youtu.be/KuSOLxYq6CI>

Художні фільми про життєві вибори і прийняття рішень: «Завжди кажи “так”» 2008, «Містер Ніхто» 2009, «Все, завжди і водночас» 2022

ЗАНЯТТЯ 6

Опис

Містить презентацію із описом вправ, які учасники мають виконати у документі Word та прикріпити до своєї сторінки. Вправи спрямовані на усвідомлення своїх бажань та цінностей, формування навички ефективної постановки та досягнення мети, вміння приймати рішення.

Зміст.

1. «Вільний» (15 хв)

Мета: усвідомлення своїх прихованих бажань та цінностей.

Завдання: проведення мисленнєвого експерименту.

Уявіть, що ви отримали можливість на деякий час звільнитись від всіх моральних норм, правил та обмежень, що вас стримують. Вам не потрібно більше переживати за невдачі, тривоги, внутрішній цензор чи засудження інших. Протягом тижня ви можете робити все, що завгодно.

Подумайте, які дії ви б здійснювали за цей тиждень? Як би ви спілкувалися з оточенням та як виглядало б ваше життя? Який би був ваш емоційний стан? Опишіть, як би ви провели цей період.

Рефлексія: як почувались під час виконання вправи? Чи важко було відкинути мораль та придумати відповідь?

2. Техніка «SMART» (20 хв) (Doran, 1981).

Мета: формування навички ефективної постановки та досягнення мети.

Завдання: сформулювати (записати) мету якої ви прагнете досягти використовуючи критерії SMART.

Specific – конкретна

Measurable – вимірна

Achievable – досяжна

Relevant – актуальна

Time-bound – обмежена терміном

Тепер ви знаєте чого прагнете та куди будете йти. Це важливий крок, адже без нього буде складно приймати рішення.

У наступних вправах ви зможете відточити навичку свідомого вибору. Під час виконання, ви можете спиратись на виокремлені вами раніше цінності та мету.

3. «Дерево прийняття рішень» (Бідюк, Тимощук, Коваленко, Коршевніюк, 2022).

Мета: навчитись усвідомленому прийняттю рішень

Завдання: прийняти рішення через опис позитивних та негативних наслідків.

Запишіть проблемну ситуацію яка потребує прийняття рішення. Зверніться до презентації «Заняття 5». Поетапно здійсніть аналіз: запропонуйте як мінімум 3 варіанти рішення, запишіть наслідки для кожного з них.

Оберіть найкращий для вас.

4. «Техніка вирішення проблем».

Мета: навчитись вирішувати проблеми, а не боятись їх

Завдання: у додатковому бланку описати та розібрати проблему.

Визначте проблему і мету щодо її рішення. Подумайте, які є можливі варіанти рішення цієї проблеми. Застосуйте «мозковий штурм» й запишіть всі варіанти. Запишіть наслідки кожного варіанту: коротко й довготермінові, для себе й для інших. Зважте усі «за» й «проти» та зробіть рейтинг варіантів вирішення проблеми. Оберіть перший варіант розробіть план втілення (за потреби – репетиція навчання необхідних навичок). Оцініть результат.

ТЕМА 4. КРИТИЧНЕ МИСЛЕННЯ

ЗАНЯТТЯ 7

Опис

На цьому етапі завдяки презентації учасники можуть засвоїти інформацію про когнітивні упередження та помилки, розвиток професійного вміння пошуку необхідної інформації, здатність її проаналізувати, оцінити та застосувати, відмінностей інтуїтивного та критичного мислення. За допомогою представлених технік можуть розвинути вміння знаходити логічні помилки та невідповідності, формувати контраргументи.

Зміст

Критичне мислення – це усвідомлене ставлення до процесу міркування, яке передбачає вміння будувати доведення, спростування, вміння висувати гіпотези, проводити аналогії, нарешті, знаходити помилки у своїх і чужих міркуваннях (Конверський) [122].

Деякі науковці визначають «критичне мислення» як прикладну логіку.

Логіка – в найбільш широкому розумінні її предмету, досліджує структуру мислення, розкриває закономірності, що лежать в його основі.

Мозок людини здатний продукувати логічні форми, види мисленневих структур, незалежні від конкретного змісту думки.

Когнітивні упередження. Людське пізнання має свою особливість, яка може приводити до неправильних уявлень та висновків. Ці помилки зумовлені процесом пізнання та найчастіше несвідомі. Присутність таких помилок в пізнанні людини обумовлена індивідуальними особливостями та суспільними культурними умовами.

Це відхилення в міркуваннях, що може призвести до нелогічних висновків про інших людей та ситуації. Людина формує своє власне «суб'єктивне соціальне уявлення» на основі свого сприйняття зовнішнього світу. Існує дуже багато різних упереджень. Розглянемо деякі з них.

Експеримент. Прочитайте цей текст і оцініть наскільки він відповідає вашому характеру, за шкалою від 0 (дуже погано) до 5 (дуже добре).

«Ви хочете, щоб інші люди вас любили і захоплювалися вами. Одночасно з тим ви прискіпливо ставитесь до себе. Ваш характер має вади, але зазвичай ви можете їх компенсувати. Ви маєте значний невикористаний потенціал. Хоча інші вас бачать як стриману людину, всередині ви децю непевні і тривожні. Іноді ви вагаєтесь, чи правильним є прийняте рішення. Іноді вам потрібна зміна стану речей, і вас розчаровують перепони і обмеження. Ви вважаєте недоцільним повністю розкривати душу перед іншими. Іноді ви поводитесь як екстраверт, відкрита, привітна людина, а іноді – як інтроверт, закрита, недовірлива людина. Деякі з ваших цілей нездійсненні».

«Ефект Форера»

Цей текст використовував у своїх експериментах в 1948 році психолог Bertram R. Forer. Він роздавав його студентам з проханням оцінити точність опису. Ефект був вражаючий, переважна більшість оцінювала цей текст як дуже схожий на них і вірили в те, що він був складений саме для них.

Kahneman D. у книзі «Thinking, Fast and Slow», описує причину виникнення когнітивних похибок як наслідок наявності у людини двох систем мислення: системи 1 і системи 2. Перша спрацьовує автоматично й швидко, не вимагає інтелектуальних зусиль і контролю уваги, не потребує спеціального включення і працює більш повільно. Система 1 полегшує повсякденне міркування, але має значний шанс похибки. Система 2 потребує інтелектуальних зусиль, вдумливого і прискіпливого аналізу, але дає менший шанс похибки. Система 2 може слідувати правилам, порівнювати об'єкти за кількома параметрами і свідомо вибирати варіанти. У автоматичної Системи 1 таких можливостей немає. Найважливіша здатність Системи 2 – вміння опрацьовувати ситуації і приймати рішення, які не відповідають звичній реакції.

6 якостей для розвитку критичного мислення (Halpern).

1. Планування

Думки можуть виникати хаотично і потребують упорядкування та розташування у логічній послідовності, щоб вони стали більш впевненими.

2. Гнучкість

Створення нових ідей і думок, оскільки вона дає змогу відкрито сприймати ідеї інших та обмінюватися інформацією перед тим, як формулювати власні судження.

3. Наполегливість

Напружена робота зі складними завданнями може зневажати, але насправді надихає. Наполегливість забезпечує належну увагу до деталей та зосередженість, що веде до кращих результатів.

4. Готовність виправляти власні помилки

Людина з критичним мисленням прагне зрозуміти свої помилки і не повторювати їх у майбутньому. Замість виправдання своїх неправильних рішень, вона використовує їх як можливості для навчання та розвитку."

5. Усвідомлення

Ця якість передбачає вміння спостерігати за собою в процесі розумової діяльності, відслідковувати плин міркувань.

6. Пошук компромісних рішень

Важливо, щоб прийняті рішення могли сприйняти інші люди, інакше вони так і залишаться на рівні висловлювань.

6 кроків до розвитку критичного мислення (Харченко, 2018)

1. Нереклексивний мислитель — ще не усвідомлює «недорозвиненість» власного мислення.

2. Спонтанний мислитель — усвідомив, що має проблеми із власним мисленням.

3. Мислитель-початківець — намагається удосконалитися, але без регулярної практики.

4. Мислитель-практик — визнає необхідність регулярної практики.

5. Просунутий мислитель — зростає в процесі регулярної практики.

6. Майстер мислення — усвідомлене та проникливе мислення стає візитівкою людини.

Додаткові матеріали

<https://youtu.be/TnjDh2vQt3Y>

<https://uchoose.info/vchytysya/>

<https://www.criticalthinking.expert/najblyzhchi-podiyi/>

<https://courses.prometheus.org.ua/courses/coursev1:Prometheus+СТИUC101+2>

[022_T2_3/about](#)

ЗАНЯТТЯ 8

Опис

Заняття містить Word документ із вправами спрямованими на розвиток критичного мислення, використання логіки, аргументації, стимулювання творчості, вміння дивитись ширше та приймати зважені рішення. Учасникам необхідно виконати вправи та надіслати документ на перевірку

Зміст

1. «Ідентифікація та переосмислення негативних думок» (5 хв)

Мета: знизити рівень стресу та тривоги, зміцнити самооцінку та покращити психологічний стан в цілому.

Завдання: процес проведення цієї вправи містить такі кроки.

Вибір негативної думки: спочатку вам потрібно визначити негативну думку, яка зазвичай виникає в різних ситуаціях.

Аналіз думки: потім вам потрібно проаналізувати цю думку, розглянути її з різних сторін, виявити можливі причини та наслідки.

Оцінка думки: після аналізу думки, вам потрібно оцінити її на адекватність та об'єктивність.

Пошук доказів: потім вам потрібно знайти докази, які спростовують цю негативну думку або підтверджують, що вона не повністю відповідає дійсності.

Заміна думки: на останньому етапі вам потрібно замінити негативну думку на більш позитивну та корисну для вас.

2. Метод «Шість капелюхів» (15 хв) (De Bono, 1985)

Мета: формувати вміння розглядати проблему з різних сторін, приймати зважене рішення

Завдання: описати процес вирішення проблемного питання за методом 6 капелюхів.

Вам потрібно дати розгорнуті відповіді на кожне із запитань капелюхів і спробувати вирішити проблему.

Тема: «Проблема великої кількості безхатніх тварин на вулицях міста»

Капелюх певного кольору передбачає включення відповідного режиму мислення, якому потрібно слідувати в момент аргументації своєї позиції у процесі вирішення проблемного питання.

Білий капелюх

Процес мислення: Збір інформації

Білий допомагає групі розмірковувати про те, як інформація може допомогти вирішити конкретну проблему.

Червоний капелюх

Процес мислення: Почуття, інтуїція та емоції

Червоний дозволяє кожному учаснику групи висловити свої почуття, не обов'язково надавати раціональне пояснення.

Чорний капелюх

Процес мислення: Обережність, критика та оцінка ризиків

Чорний – це капелюх логіки та критичного мислення.

Жовтий капелюх

Процес мислення: Переваги та реалізованість

Жовтий – це оптимістична, але логічна ознака. Капелюх дозволяє групі розглянути переваги нової ідеї або певного рішення та його реалізованість.

Зелений капелюх

Процес мислення: Творчість, нові ідеї та можливості

Зелений – це ознака творчості, яка призначена для пошуку нових підходів та інноваційних рішень. Кожна ідея, навіть якщо вона здається незвичайною, повинна бути почута і не критикуватись на цьому етапі.

Синій капелюх

Процес мислення: Керування процесом

Синій представляє весь процес мислення. Використовуючи синій капелюх, ви здатні керувати власним процесом мислення, щоб зробити внутрішню дискусію якомога продуктивнішою.

3. Вправа «П'ять чому» (10 хв)

Мета: виявлення причинно-наслідкових зв'язків, навчитись визначати ключову причину дефекту чи проблеми

Завдання:

Вам пропонується пофантазувати та дати 5 різних відповідей на запитання «Чому».

Тема: «Чому студенти не здають вчасно курсові роботи?»

Кожне наступне питання ґрунтується на попередньому. Вибір числа "5" у цій методиці обґрунтовується тим, що в більшості випадків п'ять ітерацій вистачає для вирішення проблеми. Іноді можуть виникати типові відповіді «недостатньо часу», «недостатньо коштів». Це справді може бути так, але це не піддається нашому контролю. Тому, корисно додати чому процес не працює?

Під час практикування вправи «5 Чому» потрібно пам'ятати ключову фразу «помиляються не люди, а процеси».

4. Прийом «РАФТ» (15 хв) (Santa, 1988)

Role, Audience, Format, Topic

Мета: стимулювання творчості і сприяння активному навчанню

Завдання: визначити свою роль, аудиторію, формат та тему, створюючи унікальний твір, що дозволяє розглянути проблему з різних ракурсів.

Тема: «Чому я вирішив обрати професію психолога?»

Role: обирати ролі, які ви будете відтворювати в своєму творі. Наприклад: вчений, соціолог, психолог, викладач, студент, школяр, що хоче вступити і т.д.

Audience: визначити аудиторію, яку хотіли б звернутися. Наприклад: молодь, батьки, вчителі, науковці, і т.д.

Format: обрати формат свого твору. Наприклад: есе, стаття, реферат, презентація, відео, пост, і т.д.

Topic: Тема вам запропонована вище, а ви намагайтесь бути вільними в її тлумаченні, щоб сприяти розвитку творчого мислення.

Напишіть невеликий текст за мотивами міркувань на цю тему використовуючи прийом «РАФТ». Наприклад, можете використовувати прийом «РАФТ» для написання листа до батьків, застосовуючи тон та стиль, які були б відповідними для розмови зі своїми батьками. У цьому випадку приводьте аргументи які мають бути важливими для батьків, наприклад, вибір професії психолога та переваги цієї професії.

5. Вправа «За» та «Проти» (15 хв)

Мета: використання логіки, аргументації та критичного мислення; навчитись бачити протилежну точку зору.

Тема питання: «Чи повинні студенти мати можливість вибирати предмети, які вони будуть вивчати на своє розсуд?»

Завдання: створити таблицю із двох стовбців: За та Проти.

Кожну частину заповнити аргументами щодо питання.

Потрібно детально описати свої аргументи та докази щодо того, чому студенти повинні мати можливість вибирати предмети, які вони будуть вивчати на свій розсуд. І так само щодо того чому це погана ідея і студентам не потрібно давати можливості вибору.

Рефлексія. Визначити, які навички критичного мислення ви змогли розвинути. Подумайте які моменти були найбільш складними під час виконання вправи, яку сторону вам важче було прийняти. Що ви зрозуміли про тему та як можете застосувати отримані навички в майбутньому.

6. Вправа «Аналіз джерел» (30 хв)

Мета: навчитись використовувати навичку критичного мислення на практиці; навчитись проводити дослідження на певну тему та аналізувати інформацію з декількох джерел.

Завдання: зібрати інформацію з 3-5 різних джерел (статті, відео, дослідження, тощо)

Тема: обрати самостійно (те що вам цікаво)

Робота повинна мати такі кроки:

Зробити перелік з джерел, які ви зібрали, включаючи назву, джерело та дату публікації.

Проаналізувати кожне джерело на достовірність та надійність.

Зіставити інформацію з різних джерел та знайти спільні та відмінні риси.

Сформулювати висновки про переваги та недоліки інформації з використаних джерел.

ТЕМА 5. КОГНІТИВНІ ЗДІБНОСТІ

ЗАНЯТТЯ 9

Опис

Містить презентацію із теоретичною інформацією про когнітивні здібності та особливості їх розвитку. Учасникам пропонуються приклади дій які можна робити в повсякденному житті для формування нових нейронних зв'язків: заохочення до нових видів діяльності, вивчення нової інформації, розвиток пам'яті, уваги, уваги, мислення через ігри, вправи, мобільні додатки.

Зміст

Когнітивні здібності – це розумові процеси, які включають сприйняття, увагу, пам'ять, мислення та розв'язання проблем. Ці здібності дозволяють дорослій людині ефективно взаємодіяти з оточуючим світом, а також вирішувати складні завдання, що потребують високого рівня когнітивних функцій.

Розвиток когнітивних здібностей

З ростом когнітивних здібностей збільшується пам'ять, увага та ефективність розв'язання проблем, що може позитивно відобразитися на роботі та побуті, а також дозволяє краще розуміти складні проблеми. Для розвитку цих навичок корисно виконувати різні вправи, такі як розв'язування кросвордів та sudoku, вивчення іноземних мов, читання книг та розв'язання складних завдань. Крім того, фізична активність може допомогти покращити кровообіг в мозку, що збільшує ефективність розумових процесів.

Таблиця Шульте

Концентрація є ключовою навичкою, яка допомагає покращити роботу мозку, оскільки вона сприяє зміцненню інших когнітивних вмінь. Одним з ефективних способів покращення концентрації є використання таблиць Шульте. Ці таблиці є квадратними, містять 5 стовпців і 5 рядків і містять числа від 1 до 25, розташовані випадковим чином. Основна ідея роботи з таблицями Шульте полягає у швидкому послідовному знаходженні всіх чисел, розташованих у таблиці. Регулярне тренування з використанням таблиць Шульте допомагає розширити периферійний зір, що зменшує час, потрібний для пошуку інформаційних елементів у тексті.

Існує багато аспектів когнітивних здібностей, тому є безліч різних вправ, які можуть допомогти в їх розвитку. Взаємодія з друзями та вигадкування різних «ігор розуму» є одними з таких вправ, які можуть сприяти розвитку мозку (Rock [78]).

Вправа «Місцевість»

Ця вправа сприяє розвитку просторового мислення, уваги та пам'яті. Її суть полягає в запам'ятовуванні конкретної локації, такої як кімната або парк, і спробі відтворити її в уяві, описуючи всі деталі, які запам'яталися. Ця вправа може бути складнішою, якщо додати нові деталі до описуваної місцевості після кожного повторення.

«Ігри з логікою»

Ці вправи допомагають розвивати логічне мислення та аналітичні здібності. Для цього потрібно вирішувати завдання, які базуються на логіці та

розумовому аналізі, наприклад, головоломки, задачі на математичне мислення, задачі на вибір правильного варіанту тощо.

Вправа «Ігри слів»

Ця вправа допомагає покращувати лексичні та аналітичні здібності, а також увагу та пам'ять. Її суть полягає в тому, щоб взяти деяке слово і назвати його першу літеру, після чого кожна наступна людина повинна назвати слово, яке починається на останню літеру попереднього слова. Якщо потрібно, то цю вправу можна ускладнити, дозволяючи кожному наступному слову починатися на останні дві літери попереднього слова.

Додаткові матеріали:

Еберхард Хойль «Мистецтво концентрації: як поліпшити пам'ять за 10 днів», Девід Рок «Твій мозок у роботі. Як припинити відволікатися і працювати продуктивніше», Дік Франс Свааб «Ми — це наш мозок».

Курс з розвитку мислення:

https://courses.prometheus.org.ua/courses/coursev1:Prometheus+MINDSHI+FT101+2021_T2/about

Додатки для смартфона: Lumosity, Peak, Elevate, Brain Wars, Neuronation

ЗАНЯТТЯ 10

Опис

Учасникам пропонується тест в якому вони можуть практично посприяти розвитку розумової активності. Google Form містить логічні та математичні задачі, під час рішення яких активізується мисленнєва діяльність.

Зміст

Розвиток когнітивних здібностей

1. Головоломка: «Вовк, качка і трава». Вовк перевозив качку та траву через річку. На одному березі річки не може бути качки з травою без вовка. Як вовку перевести качку та траву на інший бік річки?

2. Які три цифри продовжать цей ряд: 1, 4, 9, 16, ____, ____, ____?

3. Логічна задача. У тебе є 12 каменів, всі вони однакові за вагою та виглядом, окрім одного – легший чи важчий. Є ваги, на яких можна зважити тільки три рази. Як знайти вагомість цього каменю та чи він легший, чи важчий?

4. Ви перебуваєте в космосі, далеко від землі. Якщо ви відкриваєте клапан на своєму космічному костюмі та випускаєте з нього краплю води, куди вона рухатиметься?

5. Є три лампочки, які знаходяться в підвісі від стелі. За вимикачами, які знаходяться на вході до кімнати, можна включати та вимикати лампочки, але ви не можете бачити, яка лампочка при цьому вмикається. Як визначити, яка лампочка відповідає кожному вимикачу за один раз без можливості спостереження за лампочками?

6. Ви бачите 5 дерев, кожне з яких має 6 гілок, а кожна гілка має 7 листків. Скільки листків на всіх деревах? яка відповідь?

7. Ви виявили, що єдине джерело води на південному полюсі замерзло. Як ви збережете цю воду, щоб забезпечити її наявність у прийдешні роки?

8. У вас є довга гірська стежина з 1000 сходинок. Ви можете пройти наступний крок, пропустивши через ступінь, але ви не можете повернутися назад. Як ви можете знайти, яка ступінь буде серединною на шляху до вершини гори?

9. Уявіть, що ви пілот, і ваш літак летить з Лондона до Нью-Йорка протягом семи годин зі швидкістю 800 км/год. Скільки років пілоту?

10. У Франції жив літературний працівник, який відчував велику неприязнь до Ейфелевої вежі, особливо до її жахливого вигляду. Проте, незважаючи на це, коли він відчував голод, він завжди відвідував ресторан, що розташований на першому поверсі цього архітектурного символу Парижа. Як можна пояснити таку дивну поведінку цього працівника?

Після завершення усіх завдань, учасники мають знову дати відповіді на діагностики які визначають рівень ІЗ.

Додаток Е

1. Кузіна Є. І. Взаємодія суб'єктів інформаційного простору. *Молодь у психології: етнічна самосвідомість та міжетнічна взаємодія*: зб. наук. праць, Суми: СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2021. С. 98–100.
2. Кузіна Є. І. Вікові особливості інформаційної компетентності в умовах інформаційного суспільства. *Наукові праці МАУП. Психологія*. 2021. №3(52). С. 63-67. DOI: 10.32689/maup.psych.2021.3.9
3. Кузіна Є. І. Інформаційна залежність в реаліях сучасного українського суспільства. *Ключові питання наукових досліджень у сфері педагогіки та психології у XXI ст.*: зб. тез наук. робіт учасн. міжнар. наук.-практ. конф., Львів: ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2021. С. 191–194.
4. Кузіна Є. І. Інформаційне здоров'я населення під час карантину для запобігання поширенню на території України коронавірусу COVID-19. *Соціально-психологічні технології розвитку особистості*: зб. матеріалів V Міжнар. наук.-практ. конф. Херсон, 2020. С.196–199.
5. Кузіна Є. І. Інформаційне здоров'я та гігієна під час карантину для запобігання поширенню на території України коронавірусу COVID-19. О. С. Шило (упор.), *COVID-19: Психоедукаційні нотатки. Пам'ятка-дорадник*. Кривий Ріг: Гельветика, 2020.
6. Кузіна Є. І. Інформаційне суспільство як чинник формування особистості. *Габітус*. 2021. № 25. С. 97–101. DOI: 10.32843/2663-5208.2021.25.16
7. Кузіна Є. І. Інформаційний вплив як об'єкт наукового дослідження. *Педагогіка, психологія та методика навчання: міжнародний досвід*: зб. тез допов. міжнар. наук.-практ. конф. Рига, Латвія, 2021. С. 253–256. DOI: 10.30525/978-9934-26-114-5-65
8. Кузіна Є. І. Інформація як об'єкт психологічного аналізу. *Психологія в контексті сучасних досліджень проблем розвитку особистості*: мат. міжнар. наук.-практ. конф., Запоріжжя. 2021. С. 43-44.

9. Кузіна Є. І. Психологічні механізми інформаційного впливу на особистість дорослої людини. *Психологічні перспективи*. 2022. №40. С. 75–86. DOI: 10.29038/2227-1376-2022-40-kyz
10. Кузіна Є. І. Психологічні механізми нудьги та інформаційної залежності. *Knowledge, Education, Law, Management*. 2020. № 1(36). С. 117–124. DOI: 10.51647/kelm.2020.8.1.17
11. Шаповал І., Кузіна Є. Рольова зрілість як чинник становлення професійної ідентичності психолога-практика. *Перспективи та інновації науки*. 2022. № 5(10). С. 170–187. DOI:10.52058/2786-4952-2022-5(10)-170-187