

*Шебанова Віталія Ігорівна,  
доктор психологічних наук, професор  
професор кафедри психології  
Херсонського державного університету, м. Херсон*

## **ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЩОДО МЕДІАПОВЕДІНКИ ЯК ІНДИВІДУАЛЬНОГО РЕСУРСУ ОСОБИСТОСТІ**

Презентовано, що здоров'язбережувальна компетентність щодо медіаповедінки є складним утворенням, що одночасно надає чітку зорієнтованість з питань медіаспоживання та є індивідуальним ресурсом особистості, це дозволяє їй орієнтуватися у колі визначених питань при вирішенні різноманітних життєвих завдань повсякденності.

*Ключові слова:* медіатравматизація, здоров'язбережувальна компетентність, культура медіаповедінки, культура медіаспоживання, ресурси особистості, здоров'я.

*Постановка проблеми.* Масштаби і темпи поширення пандемії COVID-19 зумовили стрімке поширення дистанційних форматів взаємодії, роботи та навчання. Відповідно, зросли ризики тотального входження віртуальності у повсякденне життя, зокрема такого явища як інфодемія<sup>1</sup>. З'явилися нові аспекти медіатравматизації, що потребує визначення основних векторів протистояння деструктивним інформаційним впливам як на дітей та молодь, так і на дорослих.

*Мета* – обґрунтувати необхідність формування здоров'язбережувальної компетентності щодо медіа поведінки як індивідуального ресурсу особистості.

*Виклад основного матеріалу.* Кожна людина впродовж усього свого життя перебуває в універсумі культури<sup>2</sup>, що існує не тільки у людській пам'яті, але й у певних культурних текстах, котрі мають знаковий характер. До культурних текстів як сукупності артефактів, відносять не тільки штучно створені людиною предмети, але й народжені нею думки, винайдені та використані людиною засоби та способи дії тощо.

---

<sup>1</sup> Інфодемія за визначенням Н. Череповської це – інформаційна епідемія, яка є фальшивими новинами, дезінформацією, спекуляцією про те, як виник вірус, що його викликає, як він поширюється і як його можна лікувати, а також шкідливі поради які нібито можуть урятувати життя (Череповська, 2020).

<sup>2</sup> Ми базувалися на інформаційно-семіотичному розумінні культури, що акцентує увагу на функціонуванні інформаційних процесів, які здійснюються в знаковій формі. Серед багатьох існуючих визначень культури найбільш близькими до нашого дослідження є визначення психологічного спрямування та нормативного типу за типологією А. Кребера та К. Клакхона (Шебанова, 2019).

Подібну думку висловлює Т. Д. Суходуб, яка зазначає, що сучасна культура «сама стає текстом, здатним формувати певний духовно-соціальний простір людського буття. Вона перестає бути освітянською «енциклопедією» та є здатністю оволодіння власною життєдіяльністю (Суходуб, 2014, с. 224). З цього випливає два важливих моменти: 1) особистість (у позабіологічному розумінні) поза культурою не існує; 2) культурні тексти поза особистістю як носієм смислового контексту текстів також втрачають притаманний для них сенс та значущість. Отже, культура, з одного боку, є тим фактором, що формує (зумовлює перетворення людської істоти в особистість), з іншого – не існує поза межами людського сприйняття та усвідомлення. При цьому суб'єкт завжди спрямований на ту субкультуру (як частку культури), яку він оцінює для себе як найкориснішу у своїй повсякденності. Ми погоджуємося з думкою А. Я. Флієр, що індивід стосовно культури, одночасно перебуває у чотирьох іпостасях: 1) як продукт культури, 2) як споживач культури, 3) як творець культури, 4) як транслятор культури (Флиер, 2020, с.127-131]. Із цього випливає, що опановуючи будь-яку частину культури, наприклад, культуру медіаповедінки, здоров'я, навчання тощо, у центрі уваги суб'єкта опиняються не тільки матеріальні і духовні надбання людства (певні цінності, смисли, символи, еталони, зразки поведінки, притаманні референтній групі, котрі складають зовнішню форму існування культури), але й внутрішня діяльність, що спрямована на перетворення власної тілесності – вроджених і надбаних особливостей та форм поведінки згідно з особистісною індивідуальною метою та значущими для людини цінностями.

Аналізуючи різноманітні визначення, близькі до поняття культура медіаповедінки (культура медіаспоживання, медіаінформаційна гігієна, культура здоров'я, культура здорового способу життя, культура поведінки, культура рефлексивної поведінки), вважаємо, що всіх їх об'єднують такі спільні параметри як ставлення, знання та готовність до дії щодо таких «об'єктів» як медіа, здоров'я, критичне (логічне) медіаспоживання, зразки поведінки.

Однак, незважаючи на безліч рекомендацій та правил культури щодо медіаповедінки, кількість людей з різноманітними варіантами медіатравматизації та її негативними наслідками (у вигляді підвищення тривоги, страхів, агресії, панічних настроїв тощо) останнім часом значно збільшилася.

Вважаємо, що суттєво змінити вищезначені негативні тенденції можливо за рахунок *формування культури медіаповедінки з позицій компетентнісного підходу*. Під поняттям «компетентнісний підхід» більшість науковців розуміють формування та розвиток базових (провідних, основних, ключових) компетенцій особистості, результатом чого є сформована загальна компетентність, що є сукупністю всіх ключових компетенцій. Отже, виходячи зі специфіки тематики нашого дослідження, вважаємо, що *формування культури медіаповедінки можливо здійснити через формування здоров'язберезувальної компетентності щодо медіаспоживання*. На нашу думку, означена компетентність є одночасно культурною зорієнтованістю особистості з питань медіаповедінки та індивідуальним ресурсом особистості щодо вибору варіанту життя. Таке поєднання уможливує: а) реальне підвищення особистісної відповідальності за власне здоров'я, на що спрямовують державні документи останніх років; б) реальну оптимізацію стану здоров'я населення загалом, як соціального ресурсу соціальної цінності та капіталу держави.

У нашому дослідженні ми спиралися на сучасне інформаційно-семіотичне розуміння культури, як сукупності інформаційних процесів у межах соціокультурної комунікації, які здійснюються в знаково-символічній формі (за Подольською, Лихвар, Івановою, 2003).

Водночас нам близькі погляди Т. Парсонсона, який, спираючись на теорію загальних властивостей живих та неживих систем, розглядав культурну систему як сукупність взаємопов'язаних між собою компонентів (*цінностей, смислів, символів, норм*) що є складовою цілісної системи людської дії (Парсонс, 2020)<sup>3</sup>. Виходячи з цього, ми приєднуємося до розуміння культурної

---

<sup>3</sup> На відміну від автора, ми надаємо перевагу терміну «поведінка», тому що у центрі нашої уваги окрім смислосмістовного та смислоутворюючого порядку продуктів людської дії є саме фізичний та психологічний аспект медіаповедінки суб'єкта.

орієнтації в широкому аспекті, у межах якого поведінка особистості, окрім внутрішніх механізмів саморегуляції також зумовлюється фактором зовнішнього впливу з боку суспільства або окремих субкультур через соціальні установки, що формують спрямованість індивіда на засвоєння артефактів певного культурного змісту, орієнтують на певні наміри та готовність діяти певним чином. Але у разі засвоєння (інтеріоризації) таких субкультурних орієнтацій щодо медіаповедінки, вони набувають характеру внутрішніх смислових орієнтирів (цінностей, символів, норм), що регулюють поведінку, зокрема зумовлюють конкретні стереотипи медіаспоживання. Інакше кажучи, засвоєні субкультурні орієнтації щодо медіаповедінки, у певному розумінні, є призмою, крізь яку особистість сприймає новий інформаційний матеріал.

Вважаємо, що формування здоров'язбережувальної компетентності щодо медіаповедінки, це у певному розумінні, формування «захисного бар'єру» особистості, підвищення її «стійкості» до тих провокувальних чинників, що можуть детермінувати ініціацію переживання різних негативних станів особистості (тривожності, страхів, панічних настроїв тощо). Як захисний бар'єр ми розглядаємо, по-перше, компетентність, як індивідуальну якість особистості, яка виконує функцію продуктивного захисту щодо здоров'я на рівні окремої особистості; по-друге – компетентність, як соціальну установку (культурну орієнтацію) на стимуляцію критичного мислення медіаспоживачів, що є ефективною системою захисту та протидією деструктивним інформаційним медіавпливам.

Вважаємо, що це дозволить сформувати ціннісне ставлення та вмотивованість на критичне мислення медіаспоживачів та раціоналізацію негативних емоцій викликаних інформаційно-деструктивним впливом медіа (*ціннісний та емоційно-мотиваційний аспект ЗЗК*), активну цілеспрямовану діяльність щодо закріплення відповідних навичок та самостійного свідомого вибору медіаспоживання як варіанту життя (*поведінковий аспект ЗЗК*).

Отже, формування здоров'язбережувальної компетентності щодо медіаповедінки за сутністю процесу є формуванням суб'єктної орієнтації, що

спрямовує на засвоєння (інтеріоризацію) культурних еталонів щодо раціоналізації негативних емоцій, викликаних впливом медіа і стимуляцію логічного, критичного мислення щодо медіасприймання, що уможлиблює розв'язання низки проблем:

а) збереження, зміцнення та відновлення здоров'я кожного окремого індивіда, а отже, всього населення України у просторі всіх рівнів здоров'я (соматичного, психічного, соціального і духовного);

б) запобігання поширенню інфодемії та неправдивої інформації, що детермінує маніфестацію різноманітних негативних емоційних станів у медіаспоживачів, що у подальшому може зумовити провокування паніки у суспільстві та масової істерії.

*Висновки.* Здоров'язбережувальна компетентність щодо медіаповедінки уявляється нам складним утворенням, що одночасно надає чітку зорієнтованість з питань медіаспоживання та є індивідуальним ресурсом особистості, це дозволяє їй орієнтуватися у колі визначених питань при вирішенні різноманітних життєвих завдань повсякденності. Це відбувається під впливом процесів соціалізації та інтеріоризації, навчання та виховання, самонавчання та самовиховання, а отже, як стихійно (безпосередньо в процесі повсякденних життєвих практик), так і організовано через різноманітні засоби або канали трансляції культури – освіти, виховання, ЗМІ.

### ***Список літератури***

Парсонс Т. О структуре социального действия. М. : Академический Проект, 2020. 880 с.  
Подольська Є. А., Лихвар В. Д., Іванова К. А. Культура як знаково-семіотична система : Інформаційно-семіотичне розуміння культури. *Культурологія*. К. : Центр навчальної літератури, 2003. 288с.

Суходуб Т. Д. Культура как текст. *Уч. зап. Таврического национального ун-та им. В. И.Вернадского: Сер. Философия. Культурология. Политология. Социология*. Т. 27 (66). 2014. № 1–2. С. 224-234.

Флиер А. Я. Культурология для культурологов. М.: Академический Проект, 2020. 492 с.  
Череповська Н. Медіагігієна: підтримка психологічного добробуту дорослих і дітей. *Соціальний педагог*. № 9–10 (165-166), вересень-жовтень 2020. С. 42–50.

Шебанова В. Психологічні умови та технології формування здоров'язбережувальної компетентності щодо харчової поведінки. *Психологічні технології ефективного функціонування та розвитку особистості*. Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2019. с. 506-530.