

**ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В. Н.
КАРАЗІНА**

СОЦІОЛОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ

Кафедра прикладної соціології та соціальних комунікацій

Пояснювальна записка

до кваліфікаційної роботи

на тему

**«ПСИХОЛОГІЧНІ НАСЛІДКИ ВІЙНИ В УКРАЇНІ У ФОКУСІ
ОНЛАЙН-МЕДІА: СТРЕС, СТРАХ І ГНІВ»**

Виконала: студентка 4 курсу групи СМК-46
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
спеціальності 061 Журналістика

Хрипченко Є.О

Керівник: доцент кафедри прикладної соціології та соціальних
комунікацій Трифонов Р.А

Харків 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИСВІТЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ НАСЛІДКІВ ВІЙНИ В УКРАЇНІ В ОНЛАЙН-МЕДІА.....	6
1.1. Теоретична основа дослідження психологічних наслідків війни: основні поняття.....	6
1.2. Місце та роль онлайн-медіа у висвітленні воєнних подій в Україні та їх соціального сприйняття.....	12
1.3. Проблеми, виклики та етичні аспекти висвітлення наслідків війни в українських онлайн-медіа.....	16
РОЗДІЛ 2. МЕДІАПРОЄКТ – АНАЛІЗ МАТЕРІАЛІВ СУЧАСНИХ ОНЛАЙН-МЕДІА ЩОДО СПЕЦИФІКИ ВИСВІТЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ НАСЛІДКІВ ВІЙНИ В УКРАЇНІ	22
2.1. Методологія аналізу матеріалів онлайн-медіа.....	22
2.2. Тематичний та жанровий аналіз.....	28
2.3. Особливості подачі інформації	37
ВИСНОВКИ.....	47
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	50

ВСТУП

Актуальність теми. Для сучасного світу характерний високий рівень інформаційної насиченості, за якого події глобального характеру отримують відображення на численних медіаплатформах та формують суспільні настрої. У цьому аспекті війна, що триває в Україні, – це не тільки військовий конфлікт, а й своєрідний інформаційний феномен, який чинить безпосередній вплив на емоційний стан суспільства і в межах країни, і поза ними. Сьогодні онлайн-медіа, що максимально оперативно висвітлюють усі події в Україні та світі, в контексті війни набувають визначальної ролі у формуванні психологічних реакцій аудиторії, зокрема стресу, страху та гніву. Ці реакції мають вплив не тільки на особистісний, але й на суспільний рівень сприйняття подій війни в Україні.

Особливої актуальності ця тематика набула з початком повномасштабного вторгнення росії в Україну, що призвело до тяжких гуманітарних, соціальних та психологічних наслідків. Внаслідок вторгнення мільйони українців зіткнулися з постійним ризиком втратити як власне життя та здоров'я, так і життя та здоров'я близьких людей, були змушені покинути свої домівки та звичні умови проживання і переселитись у більш безпечні регіони нашої країни, а також за кордон. Всі вони три роки проживають в умовах невизначеності та невідомості, як жити далі. Водночас іще більшої емоційної та психологічної травматизації українці зазнають внаслідок перегляду та прочитання матеріалів онлайн-медіа, які є емоційно насиченими. Це вказує на необхідність здійснювати ретельний аналіз психологічних наслідків війни, які отримують закріплення в матеріалах онлайн-медіа, а також вивчати те, яким чином ці матеріали впливають на формування громадської думки та сприйняття суспільством подій війни.

Особливо актуально дослідити висвітлення психологічних наслідків війни в онлайн-медіа через призму стресу, а також емоцій страху та гніву, адже саме вони є основними реакціями суспільства на травматичні події, а водночас

служать фактором спонукання соціуму до дій у відповідь. Завдяки аналізу відображення психологічних наслідків війни в матеріалах онлайн-медіа можна глибше досягнути те, яким чином війна впливає на трансформацію не тільки психологічного стану людей, але й загальних суспільних настроїв.

Новизна обраної теми зумовлюється тим, що вона перебуває на межі психологічних досліджень та медіа-аналізу. Проаналізувавши наукову літературу з теми дослідження, ми встановили, що комплексного вивчення психологічних наслідків війни в Україні у фокусі онлайн-медіа досі не здійснено. Низку досліджень присвячено вивченню психологічних наслідків війни в цілому, серед яких праці таких науковців, як В. Кердивар, І. Клименко, Т. Коновальчук, Ю. Ліннік, Т. Титаренко, О. Яцина та інші. Однак у цих дослідженнях не висвітлюється медійний вимір психологічних наслідків війни.

Практична спрямованість теми зумовлюється як аналізом наявних медійних тенденцій, так і необхідністю розробки рекомендацій для журналістів та онлайн-медіа стосовно етичного висвітлення подій війни в Україні з урахуванням психологічної чутливості аудиторії. Тому вважаємо, що дослідження не тільки є теоретично важливим, але й має прикладне значення, оскільки спрямовується на мінімізацію негативного психологічного впливу наслідків війни в Україні, відображених у матеріалах онлайн-медіа, на аудиторію, передбачає розвиток ефективної комунікації та підтримку психологічного добробуту населення в умовах війни в Україні.

Мета роботи – комплексне дослідження специфіки висвітлення психологічних наслідків війни в Україні у фокусі онлайн-медіа, виявлення проблем та окреслення перспектив удосконалення матеріалів онлайн-медіа, які висвітлюють психологічні наслідки цієї війни.

Для досягнення цієї мети слід виконати такі **завдання**:

- окреслити теоретичну основу дослідження психологічних наслідків війни (основні поняття);

- встановити місце та роль онлайн-медіа у висвітленні воєнних подій в Україні та їх соціального сприйняття;
- визначити проблеми, виклики та етичні аспекти висвітлення наслідків війни в українських онлайн-медіа;
- схарактеризувати методологію аналізу матеріалів онлайн-медіа;
- здійснити тематичний та жанровий аналіз висвітлення психологічних наслідків війни в Україні;
- окреслити особливості подачі інформації щодо висвітлення психологічних наслідків війни в Україні в сучасних онлайн-медіа.

Об'єктом дослідження є сучасні онлайн-медіа як джерела висвітлення психологічних наслідків війни в Україні.

Предмет дослідження – психологічні наслідки війни в Україні: стрес, страх і гнів.

Методи дослідження було обрано з урахуванням мети та завдань цього дослідження. Зокрема, на основі методу спостереження було визначено проблеми, виклики та етичні аспекти висвітлення наслідків війни в українських онлайн-медіа. На основі методу опису було схарактеризовано матеріали онлайн-медіа. З використанням методу аналізу було здійснено тематичний та жанровий аналіз висвітлення психологічних наслідків війни в Україні у сучасних онлайн-медіа. На основі методу синтезу було окреслено особливості подачі інформації щодо висвітлення психологічних наслідків війни в Україні у сучасних онлайн-медіа. З використанням методу узагальнення було сформульовано висновки до розділів та загальні висновки за проведеним дослідженням.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИСВІТЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ НАСЛІДКІВ ВІЙНИ В УКРАЇНІ В ОНЛАЙН-МЕДІА

1.1. Теоретична основа дослідження психологічних наслідків війни: основні поняття

Війна – одна з найбільших трагедій, які можуть спіткати людство. Її вплив на суспільство відчувається на багатьох рівнях, але насамперед вона залишає значний відбиток на психіці. Кожна війна пов'язана з травматичним досвідом для людей. Багато досліджень показали сильні негативні психологічні реакції як у військових, так і у цивільних жертв війни. Вони варіюються від панічних атак або шоку до більш складних синдромів, таких як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Саме такі наслідки має й агресія росії проти України, черговий етап якої розпочався 24 лютого 2022 року. Ще більш посилюються психологічні наслідки війни внаслідок поширення онлайн-медіа матеріалів, що відображають її події, без врахування психологічної чутливості аудиторії.

Однак, перш ніж розпочати дослідження психологічних наслідків війни в Україні у фокусі онлайн-медіа, потрібно дати визначення основним поняттям дослідження: «війна», «психологічні наслідки війни», «онлайн-медіа», «стрес», «страх» та «гнів».

Тож війна – це складне соціально-політичне явище, що являє собою одну з форм розв'язування засобами збройного насильства суспільно-політичних, економічних, ідеологічних, національних, територіальних, релігійних та інших суперечностей між державами, народами, націями, класами, соціальними групами. Війна є продовженням політики насильницькими засобами і пов'язана зі зміною відносин між суб'єктами політики [7].

Говорячи про психологічні наслідки війни, відзначимо, що укладачі термінологічного словника російсько-української війни М. Слюсаревський та С. Чуніхіна відносять до них такі поняття: «вина виживанця» (того, хто

вижив), «посттравматичний стресовий розлад», «травма агресора», «травма жертви», «травматичний стрес», «травматичний шок» [38, с. 14-16].

Війна завжди призводить до руйнації, і руйнуються не лише військові, цивільні об'єкти та інфраструктура, а й насамперед людські життя, життєві плани людей. Спостерігаються суттєві відмінності між життям людини у мирний і воєнний час, що відображається у ставленні людини до самої себе, до інших людей та загалом до навколишнього світу. У мирний час людина проживає життя сповна: кохає, робить улюблені справи, будує плани на майбутнє тощо. За умов війни відбувається руйнування життєвого устрою людини, її планів, наростають тривога та невизначеність, очікування неминучого, що безпосередньо відображається на психічному здоров'ї особистості. Спостерігаються гострі емоційні реакції, перепади емоцій, істерики, стан ступору, який змінюється різким надмірним збудженням, страх тощо. При цьому навіть ті люди, які перебувають за кордоном, здавалось би, в абсолютній безпеці, стикаються з відчуттям провини чи комплексом того, хто вижив. Людина під час війни страждає від стресу, депресії, втрати ідентичності, тривожності, ПТСР, замикається в собі, часто поміщуючи себе в добровільну соціальну ізоляцію, а також вдаючись до асоціальної поведінки [40, с. 104].

З початком війни багато українців мають провали в пам'яті про поточні події, викликані послабленням зосередженості та уваги внаслідок постійних обстрілів та руйнувань, загибелі людей. Люди відчують втрату життєвого стимулу, нерозуміння ситуації, сенсу майбутнього, не бажають продовжувати раніше розпочаті справи через втрату будь-яких сенсів. Багато справ відкладається, зупиняється та переривається. Є великі проблеми з відновлюваністю ресурсів, від того тотальна виснаженість і постійна втома [2]. Людям значно важче спланувати свій день, утримувати думки, що постійно плутаються. Людина не може зосереджуватись на почутому, часто не усвідомлює суті сказаного іншими. Звичайні на перший погляд речі забирають значно більше часу, ніж було в мирному житті. Відчуття неспроможності

змінити ситуацію на краще спричиняє раптові напади гніву та ненависті до когось чи чогось, роздратування через дрібниці.

Багато людей почуваються самотніми та покинутими, перебувають у постійному смутку (особливо це стосується тих, які під час війни втратили житло чи близьких). Для них світ втрачає сенс, стає нецікавим, спустошеним, «пошматованим» [34]. Все це – лише частина негативних психологічних наслідків війни, з якими стикаються українці в повсякденному житті.

У межах нашого дослідження на особливу увагу заслуговують такі негативні психологічні наслідки війни, як стрес, страх та гнів. Тож визначимо їх розуміння в контексті цього дослідження.

Стрес – це прояв захисної реакції організму у відповідь на дуже сильний емоційний, фізичний чи психологічний чинник впливу ззовні [28, с. 32]. Це спроба пристосуватись до складних життєвих змін, зокрема й тих, які спричиняє війна. Під час війни посилилися фактори виникнення різноманітних стресових станів – від економічних процесів до масових публічних убивств та катувань. Події війни вимагають значних ресурсів для подолання їхнього негативного впливу на людину та її психіку, а також супроводжуються постійним стресом для індивіда з різними наслідками [23, с. 262-263].

За даними опитування, проведеного соціологічною компанією *Gradus Research* у межах Всеукраїнської програми ментального здоров'я, у 2024 році майже 77% опитаних українців відчують стрес та сильну знервованість, при цьому 72% опитаних визнають основною причиною цього стресу повномасштабну війну з росією [33].

У контексті повномасштабного вторгнення росії в Україну набули значимості такі стресоформувальні фактори:

- переживання за безпеку близьких є причиною стресу для 70% українців;
- переживання за власне життя та ризик отримати тілесні ушкодження – для 51% респондентів;

- хвилювання за втрату майна – для 35% українців;
- втрата роботи та джерела доходу – для 34% опитаних;
- переживання, викликані розлукою з рідними, сім'єю – для 29% українців;
- відсутність можливості покинути країну – для 17% респондентів [33].

Серед інших факторів спричинення стресу під час повномасштабного вторгнення українці відзначають проблеми із зв'язком з рідними та друзями, страх перед тим, що чекає після вимушеного переїзду на інше місце проживання, відсутність можливості покинути населений пункт у разі окупації, отримані в умовах війни поранення та їхні наслідки тощо.

Тож, як бачимо, стрес під час війни значно посилюється. Зокрема, це наочно можна побачити на рис. 1.1.

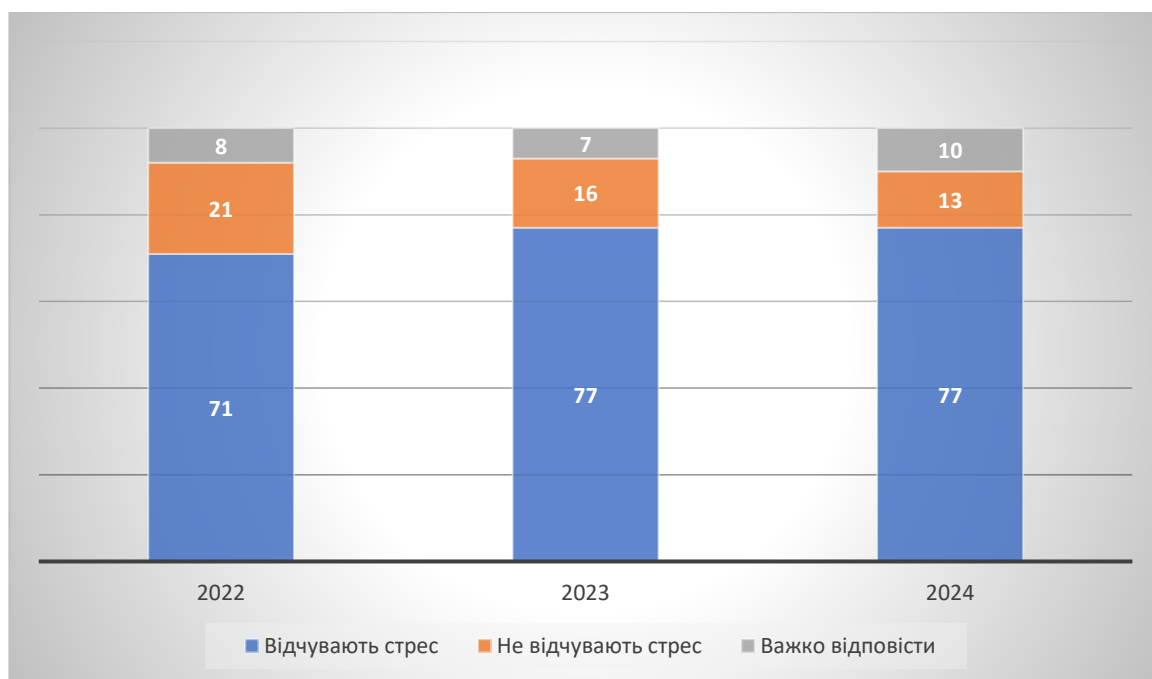


Рис. 1.1. Показники відчуття стресу в українців під час повномасштабного вторгнення (2022-2024 роки) [33]

Це свідчить про те, що стрес – один із негативних психологічних наслідків війни в Україні.

Страх – це одна з людських емоцій, що виникає у випадках загрози біологічному чи соціальному існуванню людини і спрямовується на джерело

дійсної чи уявної небезпеки [57, с. 502]. Страх як гостра негативна емоція має різні ступені інтенсивності: афект, переляк тощо. Залежно від характеру загрози інтенсивність та специфіка пережитого страху можуть варіюватись у досить широкому діапазоні відтінків (побоювання, страх, переляк, жах). У ситуаціях, коли страх досягає стадії афекту (паніка, жах), він може викликати прояви стереотипної поведінки (заціпеніння, втеча, захисна агресія тощо).

Відчуття страху під час війни є природною емоційною реакцією людини на загрозу, яка постійно супроводжує індивіда. Війна викликає відчуття невизначеності, втрати контролю над власними життям та безпекою, внаслідок чого людину сковує глибока тривога та страх за своє життя і здоров'я, а також майбутнє. Страх нерідко змінюється гнівом – на себе та ситуацію, у відповідь на власне безсилля щось змінити.

Гнів є однією з найбільш яскравих емоцій, яка виникає в разі розходження інтерпретації факту з нормами етики та моралі [37, с. 373]. Одне з його пояснень полягає в тому, що високий рівень гніву пов'язаний з природним інстинктом виживання. Коли люди стикаються з надзвичайною загрозою, вони часто реагують гнівом. Гнів може допомогти людині вижити, змінивши її фокус. Людина зосереджує всю увагу, думки та дії на виживанні. Гнів також є типовою реакцією на події, які здаються несправедливими або жертвою яких людина стала. Як доречно відзначав свого часу професор психології та соціальної поведінки UCI Р. Новако, «гнів є частиною людської тканини, емоційним компонентом реакції «борись або тікай» на загрози» [60].

Гнів під час війни – це природна реакція на несправедливість, втрати та безсилля перед масштабами руйнувань. Ця емоція може спонукати людину як до боротьби та протистояння, так і до повного виснаження та безсилля. Як відзначають М. Гула і Т. Гайворонська, гнів як прояв підвищеної тривожності під час війни має вигляд як сильного бажання, так і нездатності себе захистити від воєнних дій. При цьому постійна відсутність емоційного спокою призводить до виснаження людини, внаслідок чого гнів стає руйнівним фактором для психіки [8]. Це вказує на те, що людині в умовах війни

надзвичайно важливо навчитись справлятися зі своїм гнівом заради психологічного здоров'я.

Важливим інструментом як висвітлення подій війни, так і посилення її психологічних наслідків, зокрема й стресу, страху та гніву, є онлайн-медіа. Саме їм в умовах російсько-української війни належить провідна роль не тільки в контексті ефективного інформаційного протистояння ворогу, але й висвітлення подій війни з урахуванням психологічної чутливості аудиторії. Тож з'ясуємо, що таке онлайн-медіа та які вони бувають.

Онлайн-медіа – це медіа, яке здійснює регулярне поширення інформації у текстовому, аудіо-, аудіовізуальному чи іншому форматі в електронному (цифровому) вигляді з використанням мережі Інтернет на власному веб-порталі [31]. Таке визначення поняття онлайн-медіа отримало у Законі України «Про медіа».

Для онлайн-медіа як різновиду сучасних медіа характерна низка особливостей, які суттєво вирізняють їх від традиційних ЗМІ:

- інтерактивність, яка дозволяє забезпечити широку взаємодію з аудиторією;
- персоналізація інформації, що дає змогу адаптувати контент під відповідного користувача;
- гнучкість змісту, форми та можливостей використання;
- безперервний характер подання та споживання контенту;
- можливість оперативного редагування та вилучення опублікованої інформації;
- швидкість надання та оновлення інформації [44, с. 213].

Таким чином, у ході дослідження психологічних наслідків війни в Україні у фокусі онлайн-медіа ми насамперед дали визначення основним поняттям дослідження. Перейдемо до конкретних аспектів проблеми.

1.2. Місце та роль онлайн-медіа у висвітленні воєнних подій в Україні та їх соціального сприйняття

Сьогодні онлайн-медіа посідають вагоме місце у висвітленні воєнних подій в Україні, впливаючи як на інформування суспільства, так і на формування громадської думки. Їхнє місце у висвітленні воєнних подій в Україні зумовлюється поданими нижче факторами.

По-перше, вони є засобом інформування суспільства про події війни. Одна з головних переваг онлайн-медіа – їхня здатність швидко поширювати інформацію. Під час війни онлайн-медіа стали ключовими каналами публікації новин як для української, так і для глобальної аудиторії, адже інформація в них оновлюється та змінюється в режимі реального часу. Як свідчать результати дослідження Інституту масової інформації, станом на квітень 2024 року 30,7% новин українських онлайн-медіа присвячувались війні в Україні та безпосередньо бойовим діям під час неї [6]. І хоча порівняно з 2022 і 2023 роками кількість публікацій про війну в онлайн-медіа значно скоротилась, висвітлення воєнних подій в Україні все ще лідирує в матеріалах онлайн-медіа. Зокрема, лідером за кількістю опублікованих матеріалів про війну стало онлайн-медіа «Цензор.НЕТ», 51% новинних матеріалів якого присвячені висвітленню воєнних подій (для порівняння, у 2023 році частка таких матеріалів у цьому виданні становила 71%). Найменше матеріалів про події війни, за даними ІМІ, опубліковано онлайн-медіа NV – всього 17% [6]. Однак доцільно наголосити й на тому, що переважна частка матеріалів онлайн-медіа мають той чи інший зв'язок з війною, навіть якщо говорити про контент розважального характеру, який часто подається з урахуванням воєнного контексту чи на його фоні.

Це свідчить про важливість онлайн-медіа як засобів інформування суспільства про події війни в Україні. У цьому аспекті онлайн-медіа мають як свої переваги, так і недоліки. Зокрема, до числа переваг онлайн-медіа у ході висвітлення воєнних подій належать:

- їхня доступність, адже доступ до онлайн-медіа користувачі можуть отримати з найрізноманітніших пристроїв – смартфонів, планшетів, комп'ютерів, що дозволяє їм мати доступ до контенту у будь-який час та з будь-якого куточка України та світу, зокрема і з тимчасово окупованих територій;

- можливість інтерактивної взаємодії з користувачами – більшість українських онлайн-медіа дають змогу користувачам залишати коментарі, надавати спільний доступ, обмінюватися мультимедійним контентом;

- діяльність онлайн-медіа в умовах війни є більш економічно вигідною, адже розповсюдження матеріалів онлайн-медіа значно дешевше, ніж друк преси чи ефірна трансляція новин, а це, у свою чергу, полегшує можливості для створення та обміну контентом;

- онлайн-медіа мають змогу здійснювати миттєве оновлення в режимі реального часу, що позитивно впливає на швидкість поширення інформації, а отже, на оперативність інформування суспільства про події війни;

- онлайн-медіа під час війни вражають різноманіттям контенту – це і відео, і різноманітні подкасти, і текстові публікації тощо, які відповідають широким потребам суспільства та вподобанням різних людей;

- онлайн-медіа мають можливість глобального охоплення – більшість онлайн-медіа публікує інформацію про війну в Україні як українською, так і англійською мовами, що дозволяє іноземній громадськості легко отримати доступ до найновішої інформації про війну в Україні;

- онлайн-медіа мають змогу вести аналітику даних про залученість та поведінку аудиторії, зокрема в контексті висвітлення матеріалів про воєнні події в Україні, що дозволяє їм вдосконалювати свої стратегії на основі даних [59].

До недоліків онлайн-медіа у контексті висвітлення подій війни в Україні та інформування громадськості належать:

- значна інформаційна перевантаженість – велика кількість інформації стосовно подій війни в Україні у різних онлайн-медіа часто призводить до

того, що користувачам складно знайти потрібну інформацію і ту, яка є максимально достовірною, адже онлайн-медіа часто так подають інформацію, щоб зробити її сенсаційною, не задумуючись при цьому про етичний аспект і дотримання журналістських стандартів при цьому;

- можливість дезінформування аудиторії, що пояснюється швидкістю поширення інформації та частою ускладненістю перевірки достовірності джерела цієї інформації в умовах війни;

- посилення розриву між людьми, які мають доступ до цифрових технологій та можливість ознайомлення з матеріалами онлайн-медіа, і тими, які такого доступу не мають через вік, соціальний статус тощо. В умовах війни багато людей, які втратили все майно під час ворожого обстрілу, не можуть собі дозволити швидко придбати нові гаджети, що робить їх обмеженими в доступі до онлайн-медіа. Крім того, багато людей пенсійного віку, особливо з невеликих сіл, не мають належного рівня цифрової грамотності та можливості ознайомлення з матеріалами онлайн-медіа;

- надмірна зацікавленість та постійне читання матеріалів про війну в Україні в онлайн-медіа може призвести до психічних відхилень та проблем у користувачів, особливо це стосується молодого покоління, психіка якого й без того не пристосована до тяжких реалій сьогодення, а зловживання читанням онлайн-медіа посилює негативний вплив на психіку [59].

Таким чином, онлайн-медіа можуть бути як важливими джерелами інформування суспільства, так і поширювачами фейків та дезінформації, не завжди свідомо. Це свідчить про їхній неоднозначний статус у сучасному суспільстві, однак низка переваг робить їх затребуваними та необхідними, особливо в умовах війни. Проте їх значне поширення актуалізує також потребу в цифровій освіті та підвищенні медіаграмотності населення.

Онлайн-медіа шляхом висвітлення воєнних подій в Україні формують їх соціальне сприйняття та думку громадськості щодо війни в цілому. У сучасному світі ключову роль набуває інформація та зростає значення онлайн-медіа у формуванні думки суспільства, особливо під час воєнного стану. У

цьому контексті онлайн-медіа постають провідними джерела інформації. Їхній вплив ще посилюється в контексті сучасної глобальної геополітики, де інформаційна війна стала критичним компонентом конфліктів. Український онлайн-медіа-ландшафт під час воєнного стану пропонує унікальне розуміння того, як демократичні суспільства можуть збалансувати свободу онлайн-медіа, одночасно вирішуючи виклики безпеки під час війни.

Суспільну думку слід розглядати як сукупність індивідуальних поглядів, переконань і точок зору, що стосуються конкретного предмета, поширених у значній частині суспільства або певній групі [58]. У цьому аспекті онлайн-медіа важливі для підтвердження існуючих суспільних поглядів. Ці медіа відіграють важливу роль у просуванні конкретних точок зору та спонуканні людей до відповідних дій, повідомляючи думки різних членів спільноти та забезпечуючи інформацією широку аудиторію як на території України, так і за її межами.

Суспільство та окремі люди намагаються досягнути своє оточення, отримуючи інформацію, яка потребує опори на конкретні дані. Однак інформація рідко публікується в нескороченому вигляді. Онлайн-медіа часто презентують своє бачення подій, фактично «програмуючи» споживачів новин змінювати погляди на нагальні проблеми. Пропонуючи конкретні точки зору, онлайн-медіа намагаються сформувати громадську думку на основі достовірності новин і готовності цільових груп їх інтерпретувати.

Під час воєнного стану динаміка поширення інформації та формування громадської думки зазнає суттєвих трансформацій. Завдання онлайн-медіа – підтримувати свій авторитет, захищати інтереси громадян, взаємодіяти з владою та спиратися на достовірні факти. Своєчасне поширення новин і статей в онлайн-медіа гарантує, що громадяни залишаються в курсі важливих подій, підвищуючи свою обізнаність і об'єктивність.

Окрім фактичного висвітлення, онлайн-медіа дають інтерпретації подій відповідно до своїх ідеологічних установок [58]. Професійний аналіз і коментарі впливають на суспільне розуміння ситуацій та їх наслідків. Це

спрощує орієнтацію в неоднозначному контексті та сприяє публічному дискурсу. Під час воєнного стану сила онлайн-медіа полягає в їхній здатності створювати наративи, пов'язані з кризою, одночасно протидіючи дезінформації в публічному просторі.

Отже, роль онлайн-медіа в умовах воєнного стану багатогранна, вона охоплює поширення, інтерпретацію та оприлюднення інформації. Ці функції суттєво впливають на суспільне сприйняття та розуміння подій. Визнання впливу засобів масової інформації підкреслює їхню відповідальність за розвиток поінформованого та критичного суспільства в періоди підвищеної невизначеності. Метою повідомлень онлайн-медіа є передача ключової достовірної інформації, виклик реакцій та підкреслення солідарності громади, пробудження суспільної активності. Крім того, онлайн-медіа служать інструментом протидії дезінформації та помилковим уявленням. Тож сьогодні онлайн-медіа стали ключовим гравцем у формуванні суспільного сприйняття та впливі на динаміку російсько-української війни. Їхня роль у контексті війни в Україні багатогранна і має як позитивні, так і негативні наслідки.

1.3. Проблеми, виклики та етичні аспекти висвітлення наслідків війни в українських онлайн-медіа

Висвітлення наслідків війни в українських онлайн-медіа – це складне завдання, яке супроводжується рядом проблем, викликів і порушень етичних засад суспільства та журналістської діяльності.

Основними проблемами, з якими стикаються українські онлайн-медіа під час висвітлення наслідків війни, є:

1. Неповнота й упередженість інформації. Це зумовлено тим, що під час війни журналісти мають обмежений доступ до зони бойових дій та окупованих територій. Крім цього, онлайн-медіа часто використовують матеріали, взяті з інших джерел, надійність яких не завжди легко перевірити. Серед них – соціальні мережі, роль яких як джерел онлайн-медіа в Україні під час війни невпинно зростає. Зокрема, як свідчать останні дослідження ІМІ, проведені у

грудні 2024 року, 40% матеріалів українських онлайн-медіа мають своїм джерелом соціальні мережі, що порівняно з 2023 роком більше аж на 13,4% [9]. Переважна частка онлайн-медіа посиляється на дописи в Telegram (57%) та Facebook (17,5%) у своїх матеріалах, зокрема й тих, що відображають наслідки війни в Україні. Як ідеться в дослідженні, джерелами для новин слугують акаунти державних відомств та посадових осіб у Telegram, що свідчить про значну роль останнього як засобу комунікації влади та громадськості. Така залежність онлайн-медіа від соцмереж ставить під сумнів можливість дотримання ними журналістських стандартів, адже редакції онлайн-медіа часто запозичують інформацію без її належної перевірки, що посилює ризики поширення дезінформації та фактів, що є неповними.

2. Дезінформація та фейки – це ще одна проблема онлайн-медіа під час висвітлення наслідків війни в Україні. Фейкові новини та дезінформація – це інформація, що свідомо створюється людьми, для введення аудиторії в оману задля своєї мети, яка полягає в тому, щоб викликати паніку, вплинути на важливі рішення людей і маніпулювати думками суспільства [30]. Фейки часто плутають із журналістськими помилками, проте відмінність перших полягає в тому, що їх готують цілеспрямовано, з чіткою метою, при цьому їх маскують під правдиві матеріали. В онлайн-медіа під час висвітлення наслідків війни в Україні найбільш поширеними способами створення фейків є фальсифікація новин з використанням вигаданих фактів та подій; перекручування інформації, що була вирвана з контексту та змінена відповідно до певних інтересів; застосування сенсаційних заголовків з використанням емоційних слів та символів, які часто не відповідають змісту статті і націлені на привертання уваги читачів [30]. Поширенню дезінформації та фейків у онлайн-медіа сприяє відсутність фактчекінгу через недостатність ресурсів або часу.

3. Підвищений емоційний фон матеріалів про наслідки війни. Сьогодні українські онлайн-медіа стикаються з проблемами коректного висвітлення чутливого контенту про наслідки війни, а також не завжди мінімізують негативний травматичний вплив і фактажно повідомляють про складні

ситуації чи події. Одним із яскравих прикладів став випадок, коли українські онлайн-медіа висвітлювали ракетний удар росіян по дитячій лікарні «Охматдит» та приватній лікарні «Адоніс». У гонитві за охопленням та накрученням аудиторії деякі медіа не блюрили жахливі кадри наслідків ракетного обстрілу, вільно демонструючи криваві сцени з місця події. Зокрема, такі мали місце в матеріалі онлайн-медіа LB.ua під назвою «Унаслідок удару Росії по «Охматдиту» є загиблі та поранені», який згодом було оновлено, після чого залишились тільки кадри закривавленого одягу лікаря «Охматдиту» [5]. І таких випадків можна навести багато, адже у гонитві за сенсаціями та збільшенням охоплення аудиторії онлайн-медіа забувають, який психологічний вплив можуть мати їхні матеріали на суспільство та окремих індивідів.

Крім проблем, українські онлайн-медіа у висвітленні наслідків війни в Україні стикаються з рядом викликів:

1. Дотримання балансу між правдою та етичністю – це один з основних викликів, які постають перед українськими онлайн-медіа в умовах війни. Журналісти онлайн-медіа мають враховувати, що не завжди висвітлення всієї правди є етичним. Зокрема, яскравим прикладом цього стала публікація відео зі стратою воїна ЗСУ, який перед смертю говорить «Слава Україні!». Відразу після публікації в соціальних мережах онлайн-медіа стали активно поширювати відео, маючи на меті «підняти весь народ і весь світ на боротьбу проти російських загарбників» [15]. При цьому, не будучи повністю впевненими у правдивості інформації, онлайн-медіа згодом почали активно поширювати дані, що загиблим є Тимофій Шадура, поширивши фото цього безвісти зниклого чоловіка. Однак у гонитві за сенсацією медійники не врахували того, які почуття матимуть рідні Тимофія Шадури, коли всі медіа активно поширюють відео смерті їхнього сина, батька, коханого. Та й найгірше не це, а те, що згодом ці ж таки онлайн-медіа вирішили, що це не Тимофій Шадура, а Олександр Мацієвський, при цьому жодних вибачень рідним чи спростувань інформації щодо того, що це не Тимофій Шадура, не

здійснили. Ситуація з рідними Олександра Мацієвського була ще гіршою. Ось як про ті події згадує мати загиблого героя: «З появою в мережі відео загибелі моє серце знову сколихнулось. Це був мій Сашко, а потім дзвінок від його сина, він зі слізьми кричав: «Я бачив, як убили мого батька!»» [15].

У цьому аспекті постає питання: чи доречно було публікувати це відео без дозволу рідних загиблого героя? Звичайно, ні. Виправданням цього вчинку не може слугувати навіть те п'ятихвилинне «патріотичне піднесення», з метою якого онлайн-медіа начебто поширювали вищезгадане відео.

Крім цього, слід наголосити й на тому, що масова публікація страти героя мала негативне відображення й на психічному стані пересічних громадян, особливо членів родин військових, зниклих безвісти, військовополонених, які, й без того живучи у постійному страху та хвилюванні за рідну людину, бачать таку картину. Звичайно, ніхто не говорить про те, що потрібно ідеалізувати війну, та висвітлення її наслідків в онлайн-медіа робити доцільно таким чином, щоб були дотримані всі етичні та журналістські стандарти.

2. Захист персональних даних – це ще один виклик, з яким стикаються онлайн-медіа в контексті висвітлення наслідків війни в Україні. Зокрема, журналістським кодексом закріплюється низка засад стосовно можливості висвітлення персональних даних людини: захист приватності, пріоритет безпеки, уникнення сенсаційності, обґрунтованість розкриття, етичність, дотримання законодавчих приписів [12]. Якщо в контексті оприлюднення персональних даних порушується хоча б один із вищезазначених пунктів, то від її оприлюднення краще відмовитись. Проте українські онлайн-медіа часто розкривають персональні дані попри порушення вищевказаних вимог. Зокрема, таке розкриття мало місце при публікації персональних даних убивці української мовознавиці І. Фаріон [12]. Ще більш важливим є дотримання стандартів захисту персональних даних стосовно військових, жителів окупованих та прифронтових територій, загиблих та поранених під час

ворожих атак осіб, адже їх нехтування може стати фактором порушення безпеки цих осіб та їх близьких.

3. Потреба надавати психологічну підтримку журналістам онлайн-медіа, які в ході висвітлення наслідків війни в Україні часто є безпосередніми учасниками жакликих подій чи їх свідками. Цей виклик є доволі вагомим у контексті висвітлення наслідків війни у матеріалах онлайн-медіа, адже журналісти, які постійно спостерігають жакливі картини наслідків ворожих атак, з часом можуть самі зіткнутись із психологічними проблемами.

Говорячи про етичні аспекти висвітлення наслідків війни в Україні, слід наголосити на тому, що в Україні існує кілька редакцій кодексу професійної етики журналіста. Так, у 2002 році члени Національної спілки журналістів України ухвалили сучасний кодекс професійної етики журналіста. Відтоді текст кілька разів змінювався і доповнювався, й чинну редакцію затвердили у 2013 році [13]. І хоча кодекс характеризується як такий, положення якого не є обов'язковими до виконання, однак дотримання українськими онлайн-медіа професійних етичних норм – це запорука довіри аудиторії до них. Проте в контексті дотримання етичних засад українські медіа стикаються з найбільшою кількістю проблем під час висвітлення подій війни. Зокрема, невирішеними залишаються такі етичні аспекти: поширення шокового контенту без явної на те потреби, вторинна травматизація постраждалих осіб та аудиторії, сенсаціоналізм та маніпуляції на матеріалах щодо трагедій, викривлення фактів з огляду на емоційний чи патріотичний підхід онлайн-медіа, ігнорування стандартів фактчекінгу, публікація матеріалів, які несуть загрозу життю та здоров'ю населення тощо. Причиною цього, мабуть, є те, що положення Кодексу журналістської етики мають суто декларативний характер, а належного механізму контролю та притягнення до покарання онлайн-медіа за порушення етичних стандартів досі не затверджено.

Висновки до розділу 1

Роль онлайн-медіа в умовах воєнного стану є багатогранною, охоплюючи поширення, інтерпретацію та оприлюднення інформації. Ці функції суттєво впливають на суспільне сприйняття та розуміння подій. Визнання впливу засобів масової інформації підкреслює їхню відповідальність за розвиток інформованого та критичного суспільства в періоди підвищеної невизначеності. Цілі медійних повідомлень – це передача ключової інформації, виклик реакцій та підкреслення солідарності громади, поширення достовірної інформації та пробудження суспільної активності. Крім того, онлайн-медіа служать інструментом протидії дезінформації та помилковим уявленням. Тож сьогодні онлайн-медіа стали ключовим гравцем у формуванні суспільного сприйняття та впливі на динаміку російсько-української війни. Їх роль у контексті війни в Україні багатогранна і має як позитивні, так і негативні наслідки.

Висвітлення наслідків війни в українських онлайн-медіа стикається з такими проблемами: неповнота й упередженість інформації; дезінформація та фейки; підвищений емоційний фон матеріалів про наслідки війни. Українські онлайн-медіа стоять перед такими викликами: дотримання балансу між правдою та етичністю; необхідність захисту персональних даних; потреба надання психологічної підтримки журналістам онлайн-медіа. Дотримання етичних аспектів з боку онлайн-медіа спостерігається не завжди, причинами чого є декларативність положень кодексу етики журналіста, а також відсутність належного механізму контролю та притягнення до покарання онлайн-медіа за порушення етичних стандартів.

РОЗДІЛ 2

МЕДІАПРОЄКТ – АНАЛІЗ МАТЕРІАЛІВ СУЧАСНИХ ОНЛАЙН-МЕДІА ЩОДО СПЕЦИФІКИ ВИСВІТЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ НАСЛІДКІВ ВІЙНИ В УКРАЇНІ

2.1. Методологія аналізу матеріалів онлайн-медіа

Медіадослідження є процесом збору та обробки з різних типів медіа чи соцмереж кількісних і якісних даних з метою розуміння окремих соціальних, споживчих, комунікаційних чи ринкових тенденцій [56]. Надзвичайно важливими та цікавими є медіадослідження в періоди різноманітних змін у суспільстві (економічних, політичних, соціальних тощо) [19, с. 107]. Саме тому аналіз матеріалів сучасних онлайн-медіа стосовно специфіки висвітлення психологічних наслідків війни в Україні потребує особливої уваги, адже їхній вплив на аудиторію в умовах війни є особливо вагомим.

Для аналізу було обрано публікації українських онлайн-медіа за період з 24 лютого 2022 року до сучасних днів.

До числа онлайн-медіа України, матеріали яких проаналізовано в межах цього дослідження, увійшли:

1. «Цензор.НЕТ» – українське новинне суспільно-політичне онлайн-медіа з популярним форумом, засноване у 2004 році [32]. Це медіа посідає одне з лідерських місць серед інтернет-видань України, зокрема, у 2023 році – 2 місце, а в 2024 році – 1 місце за охопленням аудиторії, про що свідчить дані дослідження *Similarweb* (рис. 2.1).

№	назва медіа	середній показник аудиторії 2 квартал 2024, МЛН	середній показник аудиторії 2 квартал 2023, МЛН	рейтинг медіа в 2023 році	на скільки % змінився показник відвідуваності
1	Цензор	43,1	58,0	2 місце ↑	-25,7
2	Oboz.ua	39,5	10,1	14 місце ↑	291,1
3	ТСН	35,1	42,3	5 місце ↑	-17,0
4	Кореспондент	31,3	28,0	6 місце ↑	11,8
5	Українська правда	29,7	65,9	1 місце ↓	-54,9
6	УНІАН	28,1	26,7	8 місце ↑	5,2
7	РБК-Україна	24,7	44,0	4 місце ↓	-43,9
8	24 Канал	24,3	47,4	3 місце ↓	-48,7
9	NV	16,1	24,6	9 місце	-34,6
10	Фокус	15,5	27,3	7 місце ↓	-43,2

Рис. 2.1. Топ 10 найпопулярніших українських онлайн-медіа України у 2024 р. за даними дослідження Similarweb [11]

Головний редактор «Цензор.НЕТ» – його засновник Юрій Бутусов. Основне позиціонування видання – сайт «емоційних новин».

2. «Українська правда» – одне з найстарших та найбільш авторитетних інтернет-видань України, засноване ще у 2000 році Георгієм Гонгадзе. Це онлайн-медіа висвітлює події в Україні та світі з акцентом на своєчасності та якості інформації. «Українська правда» має ряд спеціалізованих проєктів, які охоплюють широкий спектр тем, зокрема: «Економічна правда», «Європейська правда», «Життя», «TabloID» та «Чемпіон». Як свідчать дані *Google Analytics* за червень 2024 року (рис. 2.2), кожен із цих проєктів приваблює значну аудиторію, що свідчить про довіру та популярність.

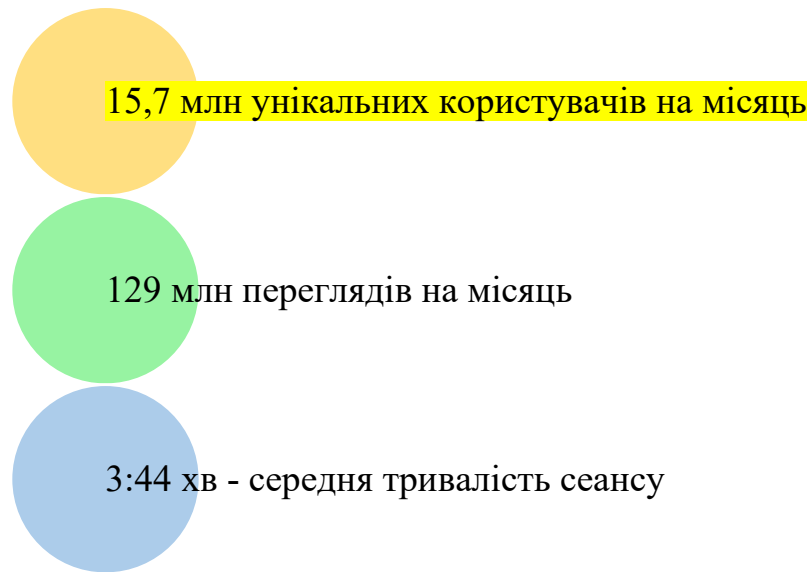


Рис. 2.2. Дані Google Analytics щодо видання «Українська правда» за червень 2024 року [45]

Онлайн-медіа «Українська правда» активно використовує різноманітні формати подачі інформації, зокрема спецпроекти, лонгріди, нестандартну верстку, калькулятори, тести. Важливу роль у роботі видання відіграє нативна реклама, яка дозволяє здійснювати інтеграцію комерційних матеріалів у журналістський контент без втрати якості та довіри аудиторії. З цією метою видання здійснює розміщення рекламних матеріалів із чіткими позначками, наприклад «Спецпроект» або «За підтримки...», забезпечуючи прозорість для читачів. Аудиторія «Української правди» охоплює всі верстви суспільства – від бізнесменів та економістів до любителів спорту й культури. «Українська правда» також пропонує інтеграцію реклами в подкасти, що сприяє залученню молодшої та активної аудиторії. Шляхом поєднання якісного контенту, гнучких форматів та сучасних підходів до публікації матеріалів онлайн-медіа залишається одним із лідерів української онлайн-журналістики.

3. «OBOZ.UA» – одне з найпопулярніших онлайн-медіа України суспільно-політичного характеру, засноване у 2001 році [4, с. 47]. Воно входить до числа найстаріших онлайн-медіа України, які висвітлюють події

політичного, економічного, соціального і культурного життя України та світу. Його власником є український політик та підприємець М. Бродський, який обіймає посаду голови редакційної ради. Онлайн-медіа публікує аналітичні матеріали, інтерв'ю, репортажі та розслідування на теми, які цікавлять українське суспільство. Має доволі широку аудиторію, у залученні якої вагома роль відводиться соціальним мережам та мультимедійним форматам. Для видання характерний як загальний новинний контент, так і спеціальні проєкти, спрямовані на аналіз суспільно значущих тем. Платформа відома оперативним повідомленням новин і глибокими розслідуваннями, які мають значний суспільний резонанс. У своїй роботі онлайн-медіа «OBOZ.UA» використовує формати текстових публікацій, відео, інфографіки та інтерактивні матеріали. «OBOZ.UA» позиціонує себе як джерело актуальної та незалежної інформації для української та міжнародної аудиторії.

4. «РБК-Україна» – це українське новинне онлайн-медіа, яке функціонує на ринку з 2006 року. Видання є цілодобовим та охоплює широке коло тем – від політичних до економічних та розважальних, що дає змогу кожному читачеві бути в курсі поточних подій в Україні та світі, а також знаходити серед новин особливо важливе, цікаве та корисне для себе. З 2023 року почала виходити англomовна версія онлайн-видання. Причиною запуску англomовної версії стала необхідність збільшити присутність українських медіа та більше подавати інформацію про Україну, зокрема й події російсько-української війни, у світовому медіапросторі. Видання вбачає свою місію в оперативному та точному інформуванні читачів стосовно подій, які відбуваються як в Україні, так і за її межами, якнайповнішому розкритті важливих та актуальних тем, поясненні простими словами складних процесів, а також висвітленні різних точок зору [35].

Основну увагу ми приділили аналізу матеріалів, які висвітлюють трагічні події російсько-української війни.

Методи дослідження масової комунікації є інструментами для збирання, аналізу та інтерпретації даних про медіа і їхній вплив [61]. Ці методи можуть

бути якісними, кількісними або їх поєднанням, кожен з яких забезпечує унікальне розуміння складності медіа та їхньої аудиторії.

Кількісні методи дослідження передбачають збір та аналіз числових даних для розуміння закономірностей, кореляції та причиново-наслідкових зв'язків медіаефектів і поведінки аудиторії. Опитування, експерименти та контент-аналіз – поширені кількісні підходи, які дозволяють дослідникам систематично вимірювати охоплення медіа, ставлення аудиторії та зміст медіаповідомлень. Наприклад, опитування можуть виявити, як різні демографічні групи споживають медіа; експерименти можуть виділити й перевірити вплив певного медіаконтенту на сприйняття аудиторії.

Якісні методи дослідження зосереджені на розумінні значення та контексту медіаконтенту й досвіду аудиторії за допомогою нечислових даних. Інтерв'ю та фокус-групи пропонують глибоке розуміння того, як люди інтерпретують повідомлення медіа і як ці інтерпретації формують їхні переконання та поведінку. Ці методи вирішальні для дослідження нюансів залучення аудиторії й символічних значень, вкладених у медіатексти.

Змішані методи є поєднанням якісних і кількісних підходів, їх використання забезпечує всебічне розуміння медіаявищ. Цей підхід може подолати розрив між числовими даними і контекстною інтерпретацією медіаефектів, пропонуючи повнішу картину поведінки аудиторії та медіатенденцій [61].

В основі аналізу матеріалів сучасних онлайн-медіа України стосовно специфіки висвітлення психологічних наслідків війни в Україні лежать якісні та кількісні методи дослідження, зокрема контент-аналіз. Це такий метод вивчення та аналізу комунікації з метою вимірювання змінних дослідження, який відбувається в систематичний, об'єктивний і кількісний спосіб. Метод контент-аналізу є кількісним, тобто дає змогу обґрунтувати висновки на основі формалізованих (серед іншого) обчислень даних [24, с. 50]. Використання цього методу з метою аналізу матеріалів сучасних онлайн-медіа України

стосовно специфіки висвітлення психологічних наслідків війни в Україні відбувалось за таким алгоритмом:

1. Аналіз тематики матеріалів обраних онлайн-медіа щодо специфіки висвітлення психологічних наслідків війни в Україні.
2. Жанровий аналіз матеріалів.
3. Аналіз матеріалів щодо використання професійної психологічної термінології (наявність спеціалізованої термінології, коректність опису психологічних станів та емоцій тощо).
4. Аналіз матеріалів обраних онлайн-медіа щодо тональності висвітлення психологічних наслідків війни в Україні (нейтральна, позитивна, негативна).
5. Аналіз матеріалів щодо використання візуального контенту (інфографіки, фото та відео).

Наступним методом є метод тематичного аналізу, спрямований на виявлення та пояснення основних закономірностей, тем і якісних даних. Це дослідження виходить за межі поверхневого контенту. Тематичний аналіз дає можливість виявити спільні риси та повторювані теми в масивах даних сучасних українських онлайн-медіа. Виокремлюючи та аналізуючи ці теми, можна одержати глибше розуміння досліджуваних явищ, що дозволяє одержати багатий та обґрунтований контекстуально інсайт [10]. Тематичний аналіз якісних даних має на меті поглиблення знань та розуміння в певній сфері медіадосліджень через поглиблене вивчення даних.

Також у межах цього дослідження доречно використати дискурс-аналіз як міждисциплінарний науковий підхід, до складу якого входить відповідна сукупність методів дослідження, що корелюють з поставленими завданнями:

- метод лінгвістичного аналізу передбачає дослідження мовної специфіки тексту, зокрема лексики, семантики та синтаксису, з метою виявити мовні засоби вираження психологічних наслідків війни в онлайн-медіа;
- метод прагматичного аналізу досліджує мовленнєві акти й комунікаційні стратегії, використані журналістами в матеріалах онлайн-медіа;

- метод риторичного аналізу слугує дослідженню способів переконувати аудиторію з використанням риторичних засобів, серед яких – емоційне апелювання, аргументація, образи, що формують ставлення суспільства до проблеми;

- метод стилістичного аналізу – передбачає визначення стилістичних прийомів, використання яких відбувається з метою емоційного забарвлення текстів про психологічні наслідки війни в Україні;

- метод аналізу жанрової специфіки – окреслення жанрової специфіки матеріалів щодо висвітлення психологічних наслідків війни;

- метод конверсійного аналізу – аналіз діалогів, інтерв'ю та коментарів в аспекті того, яким чином відбувається формування ідей стосовно психологічних наслідків війни в суспільному дискурсі;

- метод семіотичного аналізу – дослідження невербальних аспектів мультимедійних матеріалів, які передають емоційний стан постраждалих чи вплив війни на психіку аудиторії [24, с. 78-79].

Ще один метод, який використовувався в аналізі матеріалів сучасних онлайн-медіа щодо специфіки висвітлення психологічних наслідків війни в Україні, – метод порівняльного аналізу. Його використання стало доречним з метою визначити особливості висвітлення психологічних наслідків війни в різних онлайн-медіа.

Тож загалом у межах цього дослідження з метою аналізу психологічних наслідків війни в Україні використано комплекс наукових методів, які в сукупності дозволяють ефективно проаналізувати обрані матеріали онлайн-медіа. За комплексного підходу до їх використання проведено дослідження матеріалів відповідно до поставлених мети та завдань.

2.2. Тематичний та жанровий аналіз

У процесі здійснення тематичного аналізу висвітлення психологічних наслідків війни в Україні у сучасних онлайн-медіа було виявлено основні теми, які домінують.

Перша з них – психологічні травми та ПТСР. Ряд матеріалів «Цензор.НЕТ», «Української правди», «OBOZ.UA» та «РБК-Україна» присвячено розкриттю симптомів, проявів та методів подолання посттравматичного стресового розладу. Зокрема, у статті журналіста «Української правди» Б. Мірошніченка «Повернутись до мирного життя і не збожеволіти. Чи працює в Україні психологічна реабілітація ветеранів» розкрито актуальні аспекти післявоєнних стресових розладів та їхні наслідки. Зокрема, журналіст зазначає: післявоєнні стресові розлади проявляються у відчутті пригнічення й постійної небезпеки довкола, раптових спалахах психотравматичних спогадів – флешбеків, агресії щодо близьких людей, розладах сну [25].

У статті журналіста «OBOZ.UA» В. Багненка «Думки військових. «Всередині щось зламалось. 15 діб в оточенні сиділи»» через прямі свідчення військових визначено основні характеристики посттравматичних стресових розладів: нав'язливі спогади, знижений настрій, уникнення людей, втрата інтересу до життя, агресивність. Навіть ті військові, які перебувають на війні ще з 2014 року, мають відчуття слабкості та характеризують свій стан як «щось всередині мене зламалось» [3].

У матеріалі журналістки «РБК-Україна» Н. Степанової «ПТСР у військових та цивільних: як з ним боротися та чи можна вилікувати» наголошується на тому, що посттравматичні стресові розлади можуть проявлятися не тільки у військових, а й у інших осіб. Зокрема, до їх числа журналістка відносить:

- цивільних, які перебували чи продовжують перебувати в зоні бойових дій;
- жертв сексуального та фізичного насильства;
- полонених та жертв катувань;
- свідків трагічних подій;
- людей, які внаслідок війни потрапили в кризові ситуації, що можуть травмувати психіку [41].

Як видно з цього матеріалу, коло осіб, яких може торкнутись посттравматичний стресовий розлад, є доволі широким. Усе залежить від того, наскільки стійкою є психіка конкретної людини. Основне, на чому наголошується у журналістському матеріалі, – це те, що посттравматичний стресовий розлад підлягає лікуванню і потребує його навіть через роки.

У статті журналістки онлайн-медіа «Цензор.Нет» В. Сушкової «23 тисячі людей в Україні мають офіційний діагноз ПТСР» [43] наведено офіційні статистичні дані МОЗ України від 24 травня 2024 року, де відзначено тільки ту частину населення України, якій цей діагноз поставлено. Однак частка тих, хто зіткнувся з посттравматичним стресовим розладом та страждає від нього, значно вища. На жаль, МОЗ поки не оприлюднює офіційну статистику цього захворювання серед військових, обґрунтовуючи це тим, що її буде оприлюднено після завершення війни.

Тематика психосоціальної підтримки під час війни зводиться до висвітлення ролі психологів, реабілітаційних центрів, підтримки з боку держави та громадських організацій у подоланні психологічних наслідків війни в Україні. Зокрема, у статті М. Шевчук «Socar, Monatik та БФ «Твоя опора» зібрали понад 2 млн грн на психосоціальну допомогу дітям» [49] йдеться про важливість надання психосоціальної підтримки дітям, які постраждали від війни в Україні. Мова йде про понад сто тисяч дітей Бучанського району, які постраждали від війни. З метою надання цієї допомоги Socar та Monatik передали Сімейному центр ментального благополуччя «Твоя опора» понад 2 млн гривень, що дозволить надати психосоціальну підтримку більшій кількості дітей.

У статті журналістки «РБК-Україна» Н. Костенко «Потрібна підтримка. 10 способів отримати безкоштовну допомогу психолога онлайн» [14] висвітлено інформацію щодо найкращих онлайн-ресурсів (платформ та ініціатив), завдяки яким кожному українцю може бути надана безкоштовна допомога психологів, психотерапевтів та психіатрів. Зокрема, це такі онлайн-ресурси (рис. 2.3).

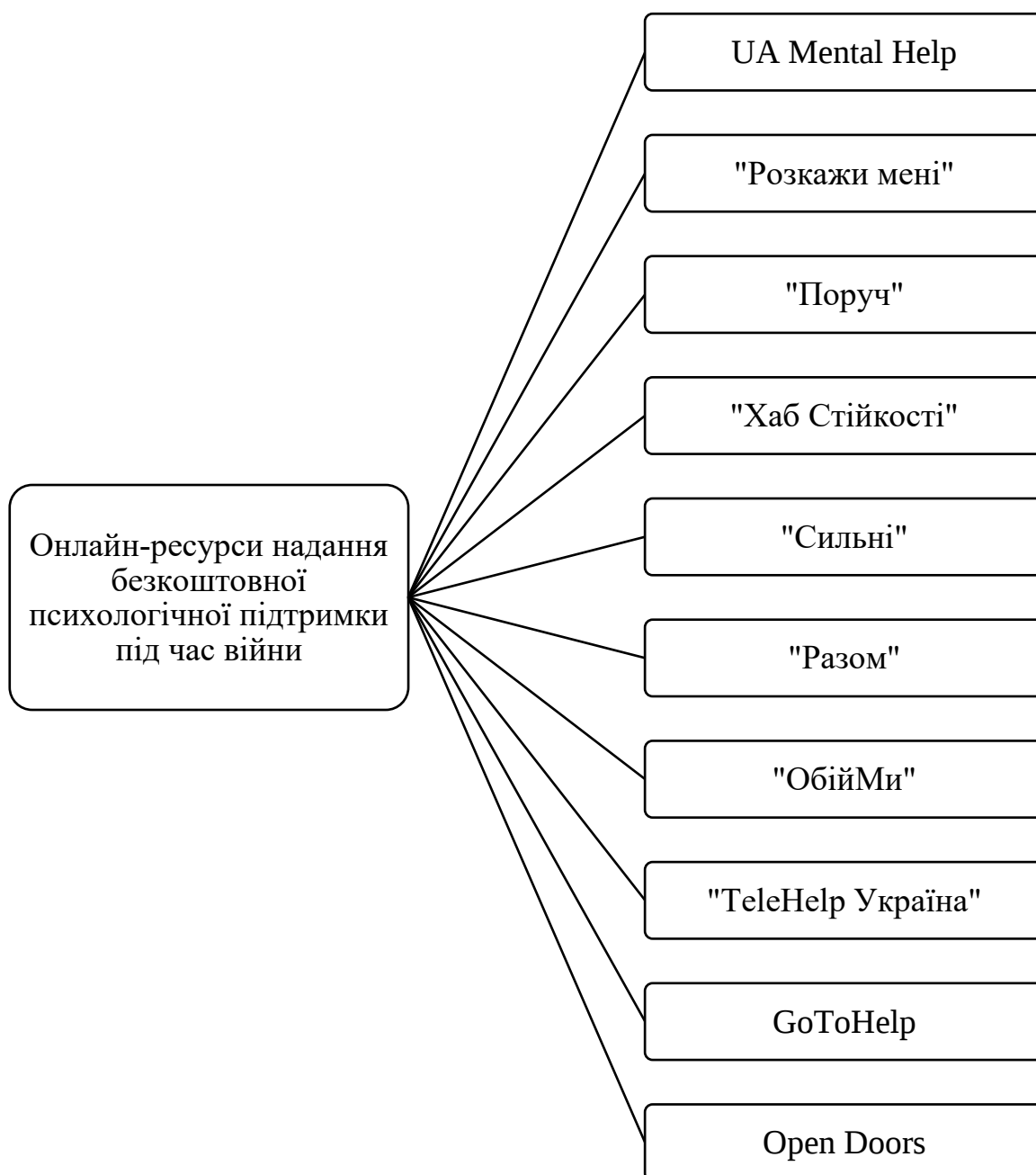


Рис. 2.3. Найкращі онлайн-ресурси для надання психологічної підтримки під час війни [14]

Це лише невелика частина з тих онлайн-ресурсів, які функціонують в Україні з метою подолання психологічних наслідків війни в Україні. Їх значна кількість свідчить про те, що українські психологи та громадські організації роблять усе для того, щоб наші співвітчизники мали змогу отримувати вчасну

та якісну психологічну допомогу, адже населення, яке є психологічно здоровим, легше справляється з тими викликами, які підготувала для нас війна.

Окрема увага у матеріалах онлайн-медіа відводиться самопідтримці українців під час війни. Зокрема, у статті «Куди подіти свою лють та безпорадність під час війни?» журналіст онлайн-медіа «Українська правда» І. Ліскі дає такі поради:

- бути чесним із собою та готуватися до найстрашнішого;
- паніку та пригніченість замінити діяльністю, при цьому неважливо якою, головне, щоб вона була свідомою [16].

У матеріалі журналістки видання «OBOZ.UA» І. Шеньє «Дитячі страхи війни: як говорити з дітьми та допомогти їм впоратися» [51] йдеться про те, що під час війни навіть найменші діти відчувають страх та тривогу, адже війна торкається їх так само, як і дорослих. Страхи дітей під час війни є природною реакцією на складні події, однак якщо батьки зможуть налагодити з дитиною відкритий діалог, ігри та надаватимуть підтримку, дитина почуватиметься в безпеці. При цьому найкращі ліки від страху – це любов та увага, які батьки можуть їй приділити.

Також йдеться про страх та гнів у дорослих, а також даються рекомендації щодо того, як мінімізувати ці негативні емоції. Зокрема, про це свідчать матеріали вже згаданих нами онлайн-медіа «Війна здирає маски. Афіна про страх смерті, кульку життя та відчуття часу на фронті» [46] («Українська правда»), «Чому страх зубожіння сильніший за страх окупації?» [27] («Цензор.НЕТ»), «Про мобілізацію, страх і лицемірство» [47] («Цензор.НЕТ»), «Панічні атаки: що це таке і чи небезпечні вони» [53] («РБК-Україна»), «Бийте подушку, кричіть у лісі: як випустити гнів і нікому не зашкодити» [52] тощо. У цих матеріалах висвітлюються різні аспекти переживань, страху та гніву під час війни, зокрема вплив останніх на психологічний стан населення та його поведінкові реакції. Автори здійснюють аналіз причин появи цих емоцій, а також пропонують техніки та практичні поради щодо їх подолання. Окрема увага приділяється необхідності вчитись

управляти своїми емоціями, адже в протилежному разі підвищується загальна напруга організму та страждає ментальне здоров'я людей, які перебувають під впливом постійного стресу від війни.

Тематика загального психологічного впливу війни на здоров'я населення також є широко висвітленою у сучасних онлайн-медіа. Зокрема, про це йдеться в таких матеріалах:

- «Як війна та переміщення впливають на психічне здоров'я українців і чому цьому потрібно дати раду» [26] (А. Нгуєн, Українська правда), де автор відзначає, що примусове переселення та повторні переміщення під час війни як територією України, так і виїзд за кордон (часто без знання мови та достатніх засобів для існування), переховування від обстрілів, спроби утримувати родини після втрати роботи, розлука з близькими, перебої в електропостачанні – це лише невелика частка з тих стресових ситуацій, які викликають у людей тривожність, паніку, легку або важку депресію, безсоння та інші розлади, пов'язані зі стресом, які є нормальною реакцією на ненормальну ситуацію. Однак їх постійний характер та відсутність протидії їхньому негативному впливу можуть призвести до незворотного підриву здоров'я.

- «Чи змінився психологічний стан українців під час війни: дослідження» [54] (Н. Юрченко, РБК-Україна) – висвітлює результати дослідження емоційного стану українців під час війни, яке було проведене психологами. За результатами дослідження загальний рівень психологічного благополуччя був оцінений у 6,7 бала з 9 можливих, що вказує на доволі стабільний стан населення. При цьому важливим фактором позитивного емоційного стану є високий рівень самооцінки респондентів, що значно посилює стійкість їх до стресу. Водночас українці говорять про труднощі в емоційній саморегуляції та подоланні життєвих викликів, що веде до емоційного виснаження. Тобто в цій статті онлайн-видання РБК-Україна відзначається негативний психологічний вплив війни на здоров'я українців,

однак певні фактори, такі як високий рівень самооцінки, стримують цей негативний вплив.

- «Понад 70% українців відчувають стрес. Головна причина – агресія РФ, – опитування» [20] – висвітлює результати дослідження *Gradus Research* щодо психологічного стану населення під час війни. Зокрема, відзначається, що відчуття стресу мають близько 71% українців, а основними причинами його виникнення під час війни слугують такі фактори (рис. 2.4.).

ВІДЧУТТЯ СТРЕСУ ТА ПРИЧИНИ СТРЕСУ

Gradus

71% опитаних респондентів відчували останнім часом стрес або сильну знервованість. Війну найчастіше називають серед причин стресу (72%), на другому місці – це фінансові складнощі (44%). Серед аспектів війни, які викликають стрес, на першому місці знаходиться безпека близьких (63%).

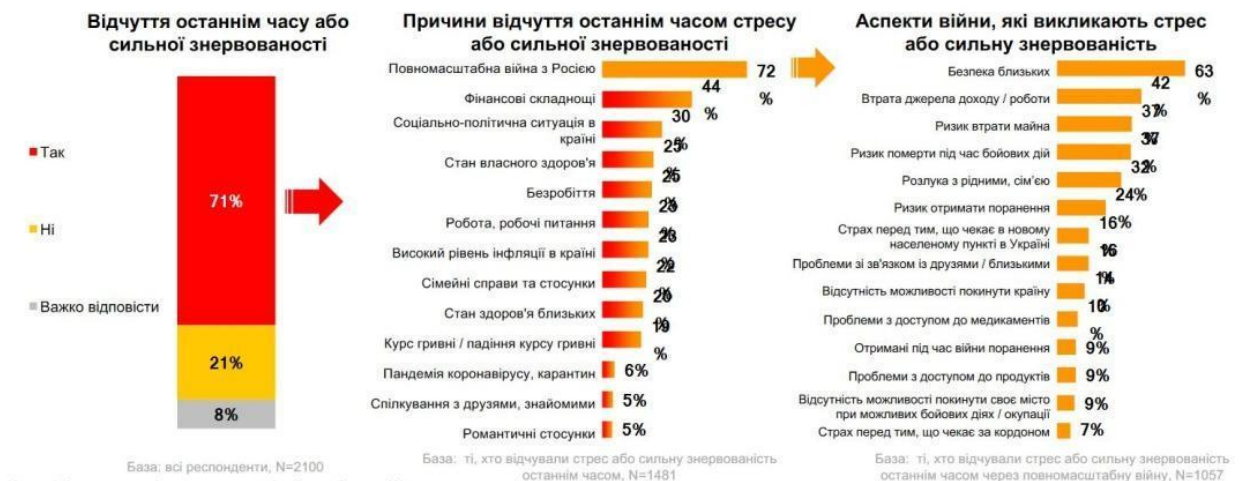


Рис. 2.4. Відчуття стресу та основні причини його виникнення під час війни [20]

Цікавим є те, що дослідження психологічного впливу війни на здоров'я українців здійснювалось ще й у статеві-віковому розрізі (рис. 2.5).

ПРИЧИНИ ВІДЧУТТЯ ОСТАННІМ ЧАСОМ СТРЕСУ АБО СИЛЬНОЇ ЗНЕРВОВАНОСТІ

Gradus

у статево-віковому розрізі

Війна є домінуючою причиною стресу у всіх статево-вікових групах, однак жінки та люди 55-60 років згадують цю причину частіше. Молодь (люди 18-24 років) натомість дещо рідше за представників інших вікових груп відчуває стрес через війну, проте їх частіше турбують інші питання – робота, сімейні справи, пандемія коронавірусу, спілкування з друзями та романтичні стосунки.

	Загалом	Чоловіча	Жіноча	18-24	25-34	35-44	45-54	55-60
Повномасштабна війна з Росією	72%	68%	74%	57%	71%	70%	74%	86%
Фінансові складнощі	44%	42%	46%	33%	49%	42%	47%	45%
Соціально-політична ситуація в країні	30%	30%	29%	32%	25%	27%	37%	30%
Стан власного здоров'я	25%	22%	28%	28%	22%	22%	29%	32%
Безробіття	25%	24%	25%	24%	24%	25%	24%	27%
Робота, робочі питання	23%	25%	22%	34%	20%	22%	24%	20%
Високий рівень інфляції в країні	23%	28%	19%	24%	22%	18%	31%	21%
Сімейні справи та стосунки	22%	19%	24%	30%	26%	20%	18%	18%
Стан здоров'я близьких	20%	17%	23%	22%	18%	19%	17%	34%
Курс гривні / падіння курсу гривні	19%	23%	17%	18%	21%	19%	21%	13%
Пандемія коронавірусу, карантин	6%	5%	7%	12%	7%	4%	6%	6%
Спілкування з друзями, знайомими	5%	6%	5%	18%	4%	4%	2%	7%
Романтичні стосунки	5%	4%	6%	10%	6%	7%	1%	1%
База: N=	1481	621	860	151	363	457	346	165

Рис. 2.5. Причини відчуття стресу у статево-віковому розрізі [20]

За результатами дослідження причин стресу під час війни відповідно до статево-вікового розрізу найбільш тривожними є жінки та особи обох статей віком 55-60 років. При цьому молодь менш тривожна, хоча в неї тривогу викликає ряд інших факторів: робота, сім'я, спілкування з друзями, романтичні стосунки тощо.

Значний обсяг матеріалів українських онлайн-медіа присвячений висвітленню того, як військові борються з психологічними наслідками війни, зокрема, найчастіше висвітлюється позитивний досвід у цьому, адже це спонукає інших військових не залишатись наодинці зі своїм психологічним станом, а звертатись до фахівців по допомогу. Зокрема, цій тематиці присвячено матеріал «Військовий психолог Олександр Дарморос: «Як створити сімейний комфорт для пораненого бійця? Найперше правило: ніякої гіперопіки! Дозвольте людині вчитися»» [17]. Висвітлюються також негативні аспекти протидії психологічним наслідкам війни серед військових. Зокрема, у статті «Залежності, СЗЧ та самогубства. Чому в Збройних Силах України мало психологів і які це має наслідки?» [42] розглядаються проблеми психічного здоров'я військовослужбовців, зокрема порушення сну, апетиту, суїцидальні

думки, а також нестача кваліфікованих психологів у Збройних Силах України. Ще одна стаття «Психолог для військових. Як допомогти захисникам пережити жахіття війни» [1] присвячена питанням психологічної підтримки військовослужбовців, які зазнали стресів і психічних травм під час бойових дій. У цих матеріалах наголошується на психологічній допомозі військовослужбовцям для подолання наслідків війни та реінтеграції в цивільне життя, а також на проблемах, які викликають при цьому.

Велика кількість матеріалів українських онлайн-медіа під час війни присвячена дітям, їхньому психологічному та фізичному здоров'ю, даються рекомендації щодо «м'якої» адаптації дитини до умов війни. До числа таких входять, зокрема, публікації «Як говорити з дитиною, коли війна змінила модель сім'ї» [48], «Як війна впливає на дитячий сон, і що з цим робити: поради для батьків» [55], «Поверніть мені мою нормальну дитину: як підтримати підлітка під час війни» [39] («Українська правда»).

Якщо проаналізувати жанрову специфіку матеріалів онлайн-медіа, то психологічні наслідки війни висвітлюються переважно в таких жанрах:

1. Аналітичні статті, де аналізуються думки експертів, статистичні дані, дані опитувань та інших соціальних досліджень з метою висвітлити глибинні причини впливу війни на психіку людини.

2. Інтерв'ю – бесіди з психологами, військовими, волонтерами та постраждалими від війни особами з метою відобразити їхній особистий досвід та індивідуальне сприйняття тих чи інших подій війни і психологічний вплив цих подій на людину.

3. Репортажі, що дозволяють відтворити реальні події війни в режимі реального часу. Однак цей жанр нині обережно використовується медіа, адже при прямому відтворенні реальних подій психологічний вплив на населення є максимальним; також слід не порушувати стандарти журналістики та етичні засади, правила висвітлення подій під час війни.

4. Записи в блогах – це переважно особистий досвід переживання психологічних наслідків війни в Україні.

Отже, на основі проведеного тематичного та жанрового аналізу можна сформулювати такі висновки. Найбільш поширеними темами онлайн-медіа в контексті висвітлення психологічних наслідків війни в Україні є:

- психологічні травми та ПТСР;
- психосоціальна підтримка під час війни;
- самопідтримка українців;
- стрес, страх та гнів у дорослих;
- загальний психологічний вплив війни на здоров'я населення;
- позитивний досвід боротьби з психологічними наслідками війни;
- діти, їхнє психологічне та фізичне здоров'я, рекомендації щодо «м'якої» адаптації дитини до умов війни.

При висвітленні психологічних наслідків війни в Україні у сучасних онлайн-медіа найчастіше використовуються такі жанри: статті, аналітичні статті, інтерв'ю, репортажі, записи в блогах.

2.3. Особливості подачі інформації

У сучасних онлайн-медіа інформація стосовно висвітлення психологічних наслідків війни в Україні має характерні особливості подачі. Зокрема, медіа часто вдаються до висвітлення персоналізованих історій військових та цивільних, які опинились у вирі війни і змогли не тільки вистояти, а й зміцнити свій емоційний стан. Це яскраво простежується в матеріалі онлайн-медіа OBOZ.UA авторства М. Шевчук під назвою «Історії простих героїв: у Києві відбулася прем'єра документальних фільмів «Гімн життя»» [50], де авторка розповідає про показ у кінотеатрі «Жовтень» прем'єри документального кіно «Гімн життя», яке складається з семи короткометражних фільмів. У кожній частині розповідається про особисті історії, пережити які звичайним українцям довелося під час війни. При цьому авторка наголошує, що всі головні герої – звичайні люди: пожежники, рибалки, енергетики, шахтарі та металурги. Незважаючи на бойові дії, психологічний тиск та наближення фронту, вони продовжують працювати

кожен на своєму місці, допомагаючи таким чином країні. Вони вдаються до волонтерства. випікають хліб, який потім передають на фронт та в регіони, в яких внаслідок війни люди перебувають на межі гуманітарної катастрофи, повертають людям світло, аби наблизити перемогу над ворогом. Автор проєкту В. Станкевич прагне таким чином підтримати моральний дух українців під час війни, а також привернути увагу світової спільноти до негативних наслідків війни, які тим чи іншим чином впливають на психіку людини. Сам В. Станкевич говорить: «Цей проєкт – про цінності, самопожертву, про надію, любов і непохитну віру в майбутнє нашої країни. Ми віримо, що ці історії зворушать кожного й нагадають про те, як важливо залишатися людьми навіть у найважчі часи» [50]. Варто наголосити також на специфіці музичного та візуального оформлення фільмів: стосовно них журналістка говорить, що вони дібрані з особливою увагою до деталей, максимально відображають атмосферу та емоції кожної історії. Цим матеріалом М. Шевчук прагне зацікавити аудиторію переглядом фільмів, адже вони якнайкраще передають складнощі емоційного становища українців під час війни і можуть сприяти тому, що глядачі набудуть внутрішньої впевненості у собі після перегляду, зможуть краще справлятися з емоціями страху та гніву, а також не впадати в стан стресу.

Також гарним прикладом може слугувати матеріал онлайн-медіа «РБК-Україна» під назвою ««Ми повернулись, а ви готові нас прийняти?» Історії бійців з травмами війни» [36], де авторка наводить розповіді безпосередніх учасників війни в Україні у перші дні повномасштабного вторгнення, акцентуючи увагу на страху, невизначеності та боротьбі за виживання. Через висвітлення особистих історій героїв журналістка намагається глибше розкрити психологічний стан людей, які пройшли через активні бойові дії та окупацію. Авторка звертає особливу увагу на емоційні та психологічні наслідки війни, описує прояви посттравматичного стресового розладу, зокрема страх, панічні атаки, хронічну тривожність, труднощі адаптації. Зокрема, вона влучно наводить висловлювання українського військового, який

повернувся з зони бойових дій і адаптується до мирного життя: «Цивільне життя далеке від війни. Тут все залишається таким, як і перед повномасштабною: люди живуть, гуляють, радіють, поки ми воюємо... Ми в принципі заради цього і воюємо. Але трішки важко з розумінням до нас, бо вони не бачать життя нашими очима» [36]. Пройшовши фізичну реабілітацію, він почав свій шлях повернення на психологічному напрямку. Після повернення з фронту хлопець має проблеми зі сном та підвищену тривожність. Гучна музика та великі натовпи викликають у нього дискомфорт і настороженість. Він говорить про те, що багато людей з його оточення віддалились від нього, бо його реакція на слова про війну чи політичні новини може бути занадто емоційною. Певною мірою він замкнувся в собі, думаючи, що його ніхто не зрозуміє. Авторка матеріалу наголошує, що йому надається кваліфікована психологічна допомога, а також рятує підтримка родини, особливо дружини. На цьому прикладі та інших історіях журналістка прагне показати, як тяжко українським військовим та їхнім сім'ям повертатись до мирного життя через негативні психологічні наслідки війни. При цьому вона говорить, що ті, хто рятує нас від ворога на війні, потребують підтримки та розуміння там, куди вони повертаються, адже складність адаптації до мирного життя лише посилює негативні психологічні наслідки війни.

Подаючи такі приклади з життя, онлайн-медіа активно вдаються до цитат та емоційно забарвленої лексики, прагнуть візуалізувати матеріали таким чином, щоб аудиторія якомога глибше перейнялась життям героїв та побачила в них гідний приклад незламності, боротьби з негативними психологічними наслідками війни.

Висвітлюючи психологічні наслідки війни в Україні у сучасних онлайн-медіа, українські журналісти часто вдаються до коментарів та консультацій психологів та інших фахівців, щоб пояснити вплив війни на психологічний стан як військових, так і цивільних осіб. При цьому такі журналістські матеріали часто містять професійні рекомендації щодо подолання емоцій страху та гніву, а також стану стресу під час війни. Зокрема, у коментарі

військового психолога з групи інженерного забезпечення 67-ї ОМБ А. Козінчука для онлайн-медіа «РБК-Україна» відзначається: «Для того, щоб бути в ресурсі, попри тягар війни та постійний стрес, потрібно відпочивати. У цьому допоможуть звичайний душ і навіть вечірки та ресторани, якщо вони допомагають поповнити втрачені сили» [22].

Крім простого опису впливу війни на психологічний стан населення, онлайн-медіа розміщують також глибокі аналітичні статті, в яких використовують статистичні дані та дані соціологічних досліджень для наочного відображення психологічних наслідків війни. Зокрема, аналітична стаття журналістки «Української правди» А. Павлюк «ВООЗ: Майже половина українців через війну має проблеми із психічним здоров'ям» [29] містить статистичні дані Всесвітньої організації охорони здоров'я, відповідно до яких під час повномасштабного вторгнення 68% українців визнають погіршення стану свого здоров'я порівняно з періодом до повномасштабної війни. При цьому значного поширення набули:

- у 46% респондентів – проблеми з психічним здоров'ям;
- у 41% опитаних – розлади психічного здоров'я;
- у 39% опитаних – неврологічні розлади [29].

Варто згадати також вже аналізовану нами аналітичну статтю О. Лузан «Понад 70% українців відчувають стрес. Головна причина - агресія РФ, - опитування. ІНФОГРАФІКА» видання «Цензор.НЕТ» [20], де авторка на основі даних досліджень Gradus Research аналізує поточний психологічний стан українського населення під час війни та вплив на нього подій війни та пов'язаних з нею факторів.

Також онлайн-медіа під час війни приділяють особливу увагу зміцненню віри громадян у те, що ті не перебувають сам на сам з війною, завжди можуть звернутись про допомогу. При цьому висвітлюється діяльність державних структур, реабілітаційних центрів, благодійних організацій, які надають психологічну підтримку постраждалим від війни в Україні. Таким чином онлайн-медіа формують довіру громадян до різноманітних ініціатив,

спрямованих на подолання негативних психологічних наслідків війни в Україні, та залучають людей до отримання необхідної їм підтримки.

Варто відзначити й те, що висвітлення психологічних наслідків війни в Україні вражає жанровим різноманіттям та подачею, адже онлайн-медіа вдаються до різноманітних форматів: візуального, аудіо-, відео-, а також вдало їх поєднують.

Протягом останнього часу в сучасних онлайн-медіа спостерігається активне вживання психологічної термінології, яка поступово вплітається в дискурс та впливає на формування громадської думки.

Зокрема, шляхом аналізу ряду матеріалів сучасних онлайн-медіа, було виявлено такі психологічні терміни:

- посттравматичний стресовий розлад (ПТСР);
- психологічна травма;
- депресія;
- депресивні стани;
- панічні атаки;
- вигорання;
- психоемоційний стан;
- психологічна підтримка;
- психологічна реабілітація;
- психотерапія;
- ментальне здоров'я;
- самопідтримка.

Слід наголосити й на специфіці подачі цих понять у текстах сучасних онлайн-медіа. Їх використовують як фахівці-психологи під час інтерв'ю, експерти під час виступів, так і звичайні журналісти, які, зважаючи на війну в Україні та її негативний вплив на фізичний і психологічний стан населення, все частіше піднімають психологічні теми у своїх медіаматеріалах.

Варто відзначити й те, що психологи-фахівці та експерти рідко пояснюють психологічну термінологію, зосереджуючись натомість на більш

важливому – розкритті тієї чи іншої суспільно важливої теми. На противагу їм, у журналістських матеріалах часто містяться виноски та пояснення того чи іншого психологічного терміна або ж відбувається його спрощене подання. Зокрема, журналісти пояснюють, що таке ПТСР, як його розпізнати, до кого звертатись по допомогу [41; 43]. Такий підхід свідчить про тенденцію популяризації психологічного знання через сучасні онлайн-медіа.

Особливу увагу слід приділити тому, що онлайн-медіа часто транслують психологічний стан людини через відповідну лексику. Зокрема, частим є використання образних, метафоричних висловів: «душевні рани», «внутрішній фронт», «боротьба з собою» тощо, використання яких дозволяє журналістам вдало відобразити емоції та водночас ефективно подати матеріал. Така тенденція свідчить про використання гібридної лексики в матеріалах онлайн-медіа.

При цьому не можна не наголосити на проблемі поверхневого, а часто й некоректного використання психологічної термінології, що врешті-решт може стати причиною спотворення понять або стигматизації певних психоемоційних станів. З огляду на це, доцільним було б запровадити проходження спеціальних курсів з вивчення й розбору психологічної термінології та лексики, адже війна триває, її наслідки дедалі більше відображаються на житті українців та їхньому психоемоційному стані, а тому медіа повинні сформувати глибше розуміння психологічної термінології у журналістів.

Отже, психологічна термінологія у сучасних українських онлайн-медіа виконує важливу функцію інформування, нормалізації та підтримки, а також відображає зміну суспільного дискурсу в бік більшої уваги до ментального здоров'я у воєнний час.

Також слід наголосити на тому, що найчастіше матеріали онлайн-медіа щодо психологічних наслідків війни висвітлюються крізь призму професійно-психологічного стилю оповіді. Зокрема, це яскраво простежується у матеріалі РБК-Україна «Психолог з ОШБр Ганна Денисова: За класними штурмами

криється невимовний біль та втрата здоров'я» [21]. Однак при цьому часто для глибшого відображення психологічного стану наших військових, зокрема в зоні бойових дій, використовується розмовний стиль оповіді. Це яскраво простежується в матеріалі «Української правди» під назвою «Оборона міста вічного вогню очима піхоти. Репортаж з окопів поблизу Авдіївки» [18].

Незважаючи на те, що матеріали онлайн-медіа дозволяють розкрити тематику психологічних наслідків війни з різних сторін, вони також часто виявляють проблеми подачі інформації:

- по-перше, онлайн-медіа вдаються до емоційних маніпуляцій у гонитві за сенсаційністю матеріалів; з цією метою вони вигадують драматичні заголовки, використовують емоційно забарвлену лексику та шоківі візуальні матеріали, чим можуть посилити негативні психологічні впливи на аудиторію та призвести до панічних настроїв у суспільстві;

- по-друге, в онлайн-медіа не приділяється належна увага реабілітації населення після негативного психологічного впливу війни;

- по-третє, матеріали онлайн-медіа щодо психологічних наслідків війни часто характеризуються фрагментарністю та відсутністю системного підходу до викладу; подання інформації часто має описовий характер, а належної уваги тенденціям та напрямам мінімізації психологічного впливу війни на населення України не приділяється;

- по-четверте, матеріали онлайн-медіа характеризуються обмеженою експертною базою, тож висновки в матеріалах часто робляться на основі суб'єктивної думки одного психолога чи соціолога, що не дозволяє говорити про їхню об'єктивність;

- по-п'яте, українська аудиторія все ще характеризується як така, що має невисокий рівень медіаграмотності, і це сприяє можливості окремих онлайн-медіа поширювати міфи, стереотипи та хибні уявлення про психологічні наслідки війни.

При цьому, незважаючи на проблеми у висвітленні психологічних наслідків війни українськими онлайн-медіа, вони мають хороші перспективи розвитку:

- по-перше, уникнення сенсаційності та подача інформації з ухилом на підтримку, реабілітацію та адаптацію постраждалих від війни в Україні осіб позитивно відобразиться на утвердженні більш стійкого суспільного сприйняття проблем у цій сфері;

- по-друге, онлайн-медіа варто працювати над розширенням кола експертів та фахівців, яких вони залучають у процесі висвітлення психологічних наслідків війни в Україні, не обмежуючись єдиною суб'єктивною думкою;

- по-третє, в онлайн-медіа доцільно розвивати інтерактивні формати подачі інформації щодо психологічних наслідків війни в Україні, вдаватись до використання таких мультимедійних елементів, як подкасти, відеоінтерв'ю, інфографіка тощо;

- по-четверте, онлайн-медіа мають сприяти підвищенню медіаграмотності населення, публікуючи аналітичні статті, рекомендації стосовно сприйняття новин, розвінчуючи міфи про посттравматичні стресові розлади;

- по-п'яте, онлайн-медіа мають у своїх матеріалах не тільки відображати психологічні наслідки війни через викладення інформації, а й сприяти утвердженню активної позицій в суспільстві стосовно підтримки тих осіб, які зазнали негативного психологічного впливу.

Отже, на сучасному етапі специфіка матеріалів онлайн-медіа зумовлюється поєднанням емоційної складової з аналітичним підходом, залученням експертів та виробленням рекомендацій щодо подолання негативних наслідків війни для психіки населення. Однак емоційні маніпуляції, незначна увага до методик та практик реабілітації населення після негативного психологічного впливу війни, фрагментарність і відсутність системного підходу у викладі матеріалів, обмежена експертна база та

невисокий рівень розвитку медіаграмотності аудиторії негативно позначаються на висвітленні психологічних наслідків війни в Україні для населення. У зв'язку з цим українським онлайн-медіа варто уникати сенсаційності в подачі інформації, працювати над розширенням кола експертів та фахівців, яких вони залучають до висвітлення психологічних наслідків війни в Україні, розвивати інтерактивні формати подачі інформації щодо психологічних наслідків війни, сприяти підвищенню медіаграмотності населення та утвердженню активної позицій в суспільстві стосовно підтримки тих осіб, які зазнали негативного психологічного впливу.

Висновки до розділу 2

1. До методів аналізу матеріалів онлайн-медіа щодо висвітлення психологічних наслідків війни в Україні належать: метод контент-аналізу, метод лінгвістичного аналізу, метод прагматичного аналізу, метод риторичного аналізу, метод стилістичного аналізу, метод аналізу жанрової специфіки, метод конверсійного аналізу, метод семіотичного аналізу та метод порівняльного аналізу. За комплексного підходу до їх використання вдалось провести дослідження матеріалів онлайн-медіа щодо висвітлення психологічних наслідків війни в Україні відповідно до поставлених мети та завдань.

2. Найбільш поширеними темами онлайн-медіа в контексті висвітлення психологічних наслідків війни в Україні є: психологічні травми та ПТСР, психосоціальна підтримка під час війни, самопідтримка українців під час війни, стрес, страху та гнів у дорослих, загальний психологічний вплив війни на здоров'я населення, позитивний досвід боротьби з психологічними наслідками війни, психологічне та фізичне здоров'я дітей, рекомендації щодо «м'якої» адаптації дитини до умов війни тощо. У висвітленні психологічних наслідків війни в Україні в сучасних онлайн-медіа найчастіше використовуються такі жанри: статті, інтерв'ю, репортажі, записи в блогах.

3. На сучасному етапі специфіка матеріалів онлайн-медіа зумовлюється поєднанням емоційної складової з аналітичним підходом, залученням експертів та виробленням рекомендацій щодо подолання негативних наслідків війни для психіки населення. Однак емоційні маніпуляції, незначна увага до вироблення методик і практик реабілітації населення після негативного психологічного впливу війни, фрагментарність та відсутність системного підходу у викладі матеріалів, обмежена експертна база та невисокий рівень медіаграмотності аудиторії негативно позначаються на висвітленні психологічних наслідків війни в Україні для населення. У зв'язку з цим українським онлайн-медіа варто уникати сенсаційності в подачі інформації, працювати над розширенням кола експертів та фахівців, яких вони залучають у процесі висвітлення психологічних наслідків війни в Україні, розвивати інтерактивні формати подачі інформації щодо психологічних наслідків війни, сприяти підвищенню медіаграмотності населення та утвердженню активної позицій в суспільстві стосовно підтримки тих осіб, які зазнали негативного психологічного впливу.

ВИСНОВКИ

Таким чином, під час роботи над дослідженням було досягнуто поставленої мети та виконано завдання, в результаті чого сформульовано висновки:

1. Війна – це складне явище суспільно-політичного характеру, що виникає внаслідок суперечностей між народами, державами, національними об'єднаннями та соціальними групами, зокрема з можливістю використання засобів збройного протистояння. Психологічні наслідки війни – ті психологічні аспекти життя суспільства, виникнення яких спричинене подіями війни; результат її впливу на психіку людей. Стрес – це захисна реакція організму у відповідь на дуже сильний емоційний, фізичний чи психологічний чинник впливу ззовні. Страх – це одна з людських емоцій, яка виникає у випадках загрози біологічному чи соціальному існуванню людини та спрямовується на джерело дійсної чи уявної небезпеки. Гнів є однією з найбільш яскравих емоцій, яка виникає у разі розходження інтерпретації факту з нормами етики та моралі. Онлайн-медіа – це медіа, яке здійснює регулярне поширення інформації в текстовому, аудіо-, аудіовізуальному чи іншому форматі в електронному (цифровому) вигляді з використанням мережі Інтернет на власному веб-порталі.

2. Роль онлайн-медіа в умовах воєнного стану багатогранна, охоплює поширення, інтерпретацію та оприлюднення інформації. Ці функції суттєво впливають на суспільне сприйняття та розуміння подій. Визнання впливу засобів масової інформації підкреслює їхню відповідальність за розвиток поінформованого та критичного суспільства в періоди підвищеної невизначеності. Метою медійних повідомлень є передача ключової інформації, виклик реакцій, підкреслення солідарності громади, поширення достовірної інформації та пробудження суспільної активності. Крім того, онлайн-медіа є інструментом протидії дезінформації та хибним уявленням. Сьогодні онлайн-медіа стали ключовим гравцем у формуванні суспільного

сприйняття російсько-української війни. Їхня роль у контексті війни в Україні багатогранна і має як позитивні, так і негативні наслідки.

3. Висвітлення наслідків війни в українських онлайн-медіа має такі проблеми: неповнота й упередженість інформації; дезінформація та фейки; підвищений емоційний фон матеріалів про наслідки війни в українських онлайн-медіа. Українські онлайн-медіа у висвітленні наслідків війни в Україні стикаються з рядом викликів: дотримання балансу між правдою та етикою; необхідність захисту персональних даних; потреба надання психологічної підтримки журналістам. Дотримання етичних аспектів з боку онлайн-медіа спостерігається не завжди, причиною чого є декларативні положення кодексу етики журналіста, а також відсутність належного механізму контролю та притягнення до покарання за порушення етичних стандартів.

4. До методів аналізу матеріалів онлайн-медіа щодо висвітлення психологічних наслідків війни в Україні належать: метод контент-аналізу, метод лінгвістичного аналізу, метод прагматичного аналізу, метод риторичного аналізу, метод стилістичного аналізу, метод аналізу жанрової специфіки, метод конверсійного аналізу, метод семіотичного аналізу та метод порівняльного аналізу. За комплексного підходу до їх використання вдалось провести дослідження матеріалів онлайн-медіа щодо висвітлення психологічних наслідків війни в Україні відповідно до поставлених мети та завдань.

5. Найбільш поширеними темами онлайн-медіа в контексті висвітлення психологічних наслідків війни в Україні є: психологічні травми та ПТСР, психосоціальна підтримка під час війни, самопідтримка українців під час війни, стрес, страху та гнів у дорослих, загальний психологічний вплив війни на здоров'я населення, позитивний досвід боротьби з психологічними наслідками війни, психологічне та фізичне здоров'я дітей, рекомендації щодо «м'якої» адаптації дитини до умов війни тощо. У висвітленні психологічних наслідків війни в Україні в сучасних онлайн-медіа найчастіше використовуються такі жанри: статті, інтерв'ю, репортажі, записи в блогах.

6. На сучасному етапі специфіка матеріалів онлайн-медіа зумовлюється поєднанням емоційної складової з аналітичним підходом, залученням експертів та виробленням рекомендацій щодо подолання негативних наслідків війни для психіки населення. Однак емоційні маніпуляції, незначна увага до вироблення методик і практик реабілітації населення після негативного психологічного впливу війни, фрагментарність та відсутність системного підходу у викладі матеріалів, обмежена експертна база та невисокий рівень медіаграмотності аудиторії негативно позначаються на висвітленні психологічних наслідків війни в Україні для населення. У зв'язку з цим українським онлайн-медіа варто уникати сенсаційності в подачі інформації, працювати над розширенням кола експертів та фахівців, яких вони залучають у процесі висвітлення психологічних наслідків війни в Україні, розвивати інтерактивні формати подачі інформації щодо психологічних наслідків війни, сприяти підвищенню медіаграмотності населення та утвердженню активної позицій в суспільстві стосовно підтримки тих осіб, які зазнали негативного психологічного впливу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Акімова Ю. Психолог для військових. Як допомогти захисникам пережити жахи війни. РБК-Україна, 2022. URL: <https://www.rbc.ua/rus/news/psiholog-viyskovih-k-dopomogti-zahisnikam-1665599218.html> (дата звернення: 02.03.2025).
2. Багатьох треба навчати жити спочатку: психотерапевтка про те, як війна змінила українців. Українська правда. Життя. 2023. URL: <https://life.pravda.com.ua/society/2023/02/25/253063/> (дата звернення: 28.01.2025).
3. Багненко В. Думки військових. «Всередині щось зламалось. 15 діб в оточенні сиділи». OBOZ.UA, 2025. URL: <https://news.obozrevatel.com/ukr/society/dumki-viyskovih-vseredini-schos-zlamalos-15-dib-v-otochenni-sidili.htm> (дата звернення: 02.03.2025).
4. Бондаренко Д. Загальна характеристика візуального контенту видання «Обозреватель». *Журналістська освіта в Україні: світові професійні стандарти: Матеріали сімнадцятої інтернет-конференції*, 2021. С. 46-49.
5. Боярчук Т. Унаслідок удару Росії по «Охматдиту» є загиблі та поранені (оновлення). LB.ua, 2024. URL: https://lb.ua/society/2024/07/08/623049_unaslidok_udaru_rosii_ohmatditu.html (дата звернення: 06.01.2025).
6. Війна в новинах. Що і з яких джерел про воєнні дії сповіщають медіа України. Інститут масової інформації, 2024. URL: <https://imi.org.ua/monitorings/vijna-v-novynah-shho-i-z-yakyh-dzherel-pro-voyenni-diyi-sprovishhayut-media-ukrayiny-i60709> (дата звернення: 06.01.2025).
7. Війна. Енциклопедія сучасної України. 2025. URL: <https://esu.com.ua/article-34448> (дата звернення: 28.01.2025).
8. Гайворонська Т. О., Гула, М. М. Гнів як прояв тривожності у молоді під час війни. *Діяльність психолога в умовах війни: зб. тез Міжнар. студ. конф., 23-24 березня 2023 р.* Львів: Вид-во Львівської політехніки, 2023.

URL: http://eir.zp.edu.ua/bitstream/123456789/12471/1/S_Gula.pdf (дата звернення: 06.01.2025).

9. Джерелом інформації в 40% новин в українських онлайн-медіа є соцмережі – дослідження IMI. URL: <https://imi.org.ua/news/dzherelom-informatsiyi-u-40-novyn-v-ukrayinskyh-onlajn-media-ye-sotsmerezhi-doslidzhennya-imi-i65405> (дата звернення: 06.01.2025).

10. Завері А. Контент-аналіз vs тематичний аналіз: Ближчий погляд. 2023. URL: <https://mindthegraph.com/blog/uk/контент-аналіз-проти-тематичного-ана/> (дата звернення: 02.03.2025).

11. Зінченко М. В українських онлайн-медіа просів трафік відвідуваності, – аналіз Similarweb. *Детектор Медіа*, 2024. URL: <https://detector.media/infospace/article/230792/2024-08-12-v-ukrainskykh-onlayn-media-prosiv-trafik-vidviduvanosti-analiz-similarweb/> (дата звернення: 25.02.2025).

12. Каплун Н. Висвітлення особистих даних під час війни. Як медіа тримають планку та наскільки це можливо у нинішній час. *Медіакритика*, 2024. URL: <http://mediakrytyka.lnu.edu.ua/ohlyady-analyyka/vysvitlennya-osobystykh-danykh-pid-chas-viyny-yak-media-trymayut-planku-ta-naskilky-tse-mozhlyvo-u-nynishniy-chas.html> (дата звернення: 06.01.2025).

13. Кодекс етики. *Комісія з журналістської етики*. 2013. URL: <https://cje.org.ua/ethics-codex/> (дата звернення: 06.01.2025).

14. Костенко Н. Потрібна підтримка. 10 способів отримати безкоштовну допомогу психолога онлайн. РБК-Україна, 2023. URL: <https://www.rbc.ua/rus/stylar/potribna-pidtrimka-10-sposobiv-otrimati-bezkoshtovnu-1698226783.html> (дата звернення: 02.03.2025).

15. Котубей-Геруцька О. Пам'ять і чутливість у медіа: медійники про межу між інформуванням і сенсацією та емпатію без травматизації. *Суспільне Культура*, 2024. URL: <https://suspilne.media/culture/887531-pamat-i-cutlivist-u-media-medijniki-pro-mezu-miz-informuvannam-i-sensacieu-ta-empatiu-bez-travmatizacii/> (дата звернення: 06.01.2024).

16. Куди подіти свою лють та безпорадність під час війни? Українська правда, 2022. URL: <https://www.pravda.com.ua/columns/2022/10/13/7371817/> (дата звернення: 02.03.2025).
17. Кузьменко Є. Військовий психолог Олександр Дарморос: «Як створити сімейний комфорт для пораненого бійця? Найперше правило: ніякої гіперопіки! Дозвольте людині вчитися». Цензор.НЕТ, 2024. URL: <https://censor.net/ua/r3475732> (дата звернення: 02.03.2025).
18. Ларін Д., Кириленко О. Оборона міста вічного вогню очима піхоти. Репортаж з окопів поблизу Авдіївки URL: <https://www.pravda.com.ua/articles/2023/03/20/7394127/> (дата звернення: 09.05.2025).
19. Личук М. Медіадослідження інтернет-видання «Детектор медіа» та маніпуляції в медіапросторі. *Інтегровані комунікації*, 2024. №1 (17). С. 106-114.
20. Лузан О. Понад 70% українців відчувають стрес. Головна причина - агресія РФ, - опитування. *Цензор.НЕТ*. 2022. URL: <https://censor.net/ua/n3376642> (дата звернення: 02.03.2025).
21. Лясківська Б. Психолог з ОШБр Ганна Денисова: За класними штурмами криється невимовний біль та втрата здоров'я. *РБК-Україна*, 2025. URL: <https://www.rbc.ua/rus/news/za-tsim-stoyit-nevimovniy-bil-psihiolog-stres-1741783733.html> (дата звернення: 09.05.2025).
22. Маджумдар О. Як долати стреси і виснаження через війну: поради психолога. *РБК-Україна*, 2024. URL: <https://www.rbc.ua/rus/news/k-dolati-stresi-i-visnazhennya-cherez-viynu-1707480032.html>. (дата звернення: 02.03.2025).
23. Маліновська Н., Андрійчук І. Як впливає стрес на здоров'я людини в умовах війни. *Scientific Collection «InterConf»*, 2022. №122. С. 262-265.
24. Методологія досліджень мас-медіа: робоча книга (handbook) / за заг. ред. К. Г. Сірінюк-Долгарьової. Запоріжжя: ЗНУ, 2017. 156 с.

25. Мірошніченко Б. Повернутись до мирного життя і не збожеволіти. Чи працює в Україні психологічна реабілітація ветеранів. *Українська правда*, 2022. URL: <https://www.pravda.com.ua/articles/2021/02/21/7284022/> (дата звернення: 02.03.2025).
26. Нгуєн А. Як війна та переміщення впливають на психічне здоров'я українців і чому цьому потрібно дати раду. *Українська правда*, 2022. URL: <https://www.pravda.com.ua/columns/2022/12/18/7381271/> (дата звернення: 02.03.2025).
27. Ніколаєнко Т. Чому страх зубожіння сильніший за страх окупації? *Цензор.НЕТ*, 2025. URL: <https://censor.net/ua/b3534530> (дата звернення: 02.03.2025).
28. Орос М. М., Гал А. В. Стрес, дистрес, його види та корекція. *Ліки України*, 2021. №7 (253). С. 32-35.
29. Павлюк А. ВООЗ: Майже половина українців через війну має проблеми із психічним здоров'ям. *Українська правда*, 2025. URL: <https://life.pravda.com.ua/health/46-ukrajinciv-mayut-problemi-iz-psihichnim-zdorov-yam-cherez-viynu-vooz-306608/> (дата звернення: 02.03.2025).
30. Посушко В. Як розпізнати фейкові новини та не стати жертвою дезінформації. *Молодіжне інтернет-радіо UNIVERSE*, 2024. URL: <https://universe.zp.ua/jak-rozpiznati-fejkovi-novini-ta-ne-stati-zhertvoju-dezinformacii/> (дата звернення: 06.01.2025).
31. Про медіа: Закон України від 13 грудня 2022 №2849-IX. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2849-20#Text> (дата звернення: 06.01.2025).
32. Про проєкт Цензор.НЕТ. *Офіційний портал Цензор.НЕТ*, 2025. URL: <https://censor.net/ua/about> (дата звернення: 25.02.2025).
33. Психічне здоров'я та ставлення українців до психологічної допомоги під час війни: хвиля 3. *Аналітичний звіт Gradus Research*, 2024. URL: <https://drive.google.com/file/d/1bROoqHpwTMnDVPR79V5wrm-r9u8tnCb5/view> (дата звернення: 06.01.2025).

34. Психологічні наслідки війни. *Прес-служба Буковинського державного медичного університету*. 2022. URL: <https://www.bsmu.edu.ua/blog/psychologichni-naslidky-vijny/> (дата звернення: 06.01.2025).
35. РБК-Україна: Про компанію. *РБК-Україна*, 2025. URL: <https://www.rbc.ua/rus/about.shtml> (дата звернення: 25.02.2025).
36. Рокитна А. Ми повернулись, а ви готові нас прийняти? Історії бійців з травмами війни. *РБК-Україна*, 2024. URL: <https://www.rbc.ua/rus/news/mi-povernulis-vi-gotovi-nas-priynyati-istoriyi-1688047721.html> (дата звернення: 02.03.2025).
37. Семко В. Г. Особливості переживання гніву дорослими під час війни. *Роль соціального та емоційного інтелекту як найважливіших soft-skills XXI століття в освітньому процесі*: матеріали всеукр. наук.-пед. підвищ. кваліфікації (6 березня – 16 квітня 2023 року). Одеса : Вид. дім «Гельветика», 2023. С. 372-375.
38. Слюсаревський М., Чуніхіна С. Термінологічний словник російсько-української війни. Київ: Ін-т соціальної та політичної психології НАПН України, 2022. 20 с.
39. Смоляр Л. Поверніть мені мою нормальну дитину: як підтримати підлітка під час війни. *Українська правда*, 2023. URL: <https://life.pravda.com.ua/society/2023/07/31/255646/> (дата звернення: 02.03.2025).
40. Соломко Ю. М. Переживання тривоги під час війни як чинник особистісної саморегуляції. *Психологічні особливості переживання ситуації невизначеності*: збірник матеріалів XIII Міжнародної науково-практичної конференції (16– 17 березня 2023 р., м. Ніжин) / за ред. М. В. Папучі. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2023. Т. 2. С. 104-108.
41. Степанова Н. ПТСР у військових та цивільних: як з ним боротися та чи можна вилікувати. *РБК-Україна*, 2023. URL:

<https://www.rbc.ua/rus/news/ptsr-viyskovih-ta-tsivilnih-k-nim-borotisya-1702648707.html> (дата звернення: 02.03.2025).

42. Страшкулич А. Залежності, СЗЧ і самогубства. Чому в ЗСУ мало кваліфікованих психологів і які це має наслідки. Українська правда, 2024. URL: <https://www.pravda.com.ua/articles/2024/09/11/7474417/> (дата звернення: 02.03.2025).

43. Сушкова В. 23 тисячі людей в Україні мають офіційний діагноз ПТСР, - МОЗ. Цензор.НЕТ, 2024. URL: <https://censor.net/ua/n3491121> (дата звернення: 02.03.2025).

44. Трачук Т. А., Андрющенко М. Ю. Тенденції й особливості функціонування онлайн-медіа. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Філологія. Журналістика*, 2024. №4. С. 212-220.

45. Українська правда. Інформація про видання. 2025. URL: <https://www.pravda.com.ua/cdn/cd1/mediakit/> (дата звернення: 25.02.2025).

46. Фіоник Д. Війна здирає маски. Афіна про страх смерті, кульку життя та відчуття часу на фронті. Українська правда, 2024. URL: <https://www.pravda.com.ua/articles/2024/08/9/7469570/> (дата звернення: 02.03.2025).

47. Фурса С. Про мобілізацію, страх і лицемірство. Цензор.НЕТ, 2024. URL: https://censor.net/ua/blogs/3473265/pro_moblzatsyu_strah_litsemrstvo (дата звернення: 02.03.2025).

48. Швець В. Як говорити з дитиною, коли війна змінила модель сім'ї. 2025. URL: <https://life.pravda.com.ua/society/yak-govoriti-z-ditinoyu-koli-viyna-zminila-model-sim-ji-poradi-psihologini-305765/> (дата звернення: 02.03.2025).

49. Шевчук М. Socar, Monatik та БФ «Твоя опора» зібрали понад 2 млн грн на психосоціальну допомогу дітям. OBOZ.UA, 2025. URL: <https://news.obozrevatel.com/ukr/society/socar-monatik-ta-bf-tvoya-opora-zibrali-ponad-2-mln-grn-na-psihosotsialnu-dopomogu-dityam.htm> (дата звернення: 02.03.2025).

50. Шевчук М. Історії простих героїв: у Києві відбулася прем'єра документальних фільмів «Гімн життя». 2024. URL: <https://www.obozrevatel.com/ukr/sobyitiya/istorii-prostih-geroiv-u-kievi-vidbulasya-premera-dokumentalnih-filmiv-gimn-zhittya.htm> (дата звернення: 02.03.2025).

51. Шеньє І. Дитячі страхи війни: як говорити з дітьми та допомогти їм впоратися. OBOZ.UA, 2025. URL: <https://www.obozrevatel.com/ukr/novosti-obshchestvo/dityachi-strahi-vijni-yak-govoriti-z-ditmi-ta-dopomogti-im-vporatisya.htm> (дата звернення: 02.03.2025).

52. Шиканова А. Бийте подушку, кричіть у лісі: як випустити гнів і нікому не зашкодити. РБК-Україна, 2023. URL: <https://www.rbc.ua/rus/stylar/biyte-podushku-krichit-lisi-k-vipustiti-gniv-1683721265.html> (дата звернення: 02.03.2025).

53. Юрченко Н. Панічні атаки: що це таке і чи небезпечні вони. РБК-Україна, 2024. URL: <https://www.rbc.ua/rus/news/panichni-ataki-shcho-tse-take-i-chi-nebezpechni-1711721170.html> (дата звернення: 02.03.2025).

54. Юрченко Н. Чи змінився психологічний стан українців під час війни: дослідження. РБК-Україна, 2022. URL: <https://www.rbc.ua/ukr/news/izmenilos-psihologicheskoe-sostoyanie-ukraintsev-1662996671.html> (дата звернення: 02.03.2025).

55. Як війна впливає на дитячий сон і що з цим робити: поради для батьків. *Українська правда*, 2025. URL: <https://life.pravda.com.ua/health/2023/12/31/258589/> (дата звернення: 02.03.2025).

56. Які бувають медіадослідження і чим вони можуть допомогти бізнесу. *Pressa*, 2021. URL: <https://pressassociation.org.ua/ua/yaki-buvayut-mediadoslidzhennya-i-chim-voni-mozhut-dopomogti-biznesu/> (дата звернення: 25.02.2025).

57. Яковенко С. І., Гурлева Т. С. Страх війни в умовах інформаційної агресії: погляд на проблему і можливості її вирішення. *Modern scientific*

research: achievements, innovations and development prospects. Proceedings of the 8th International scientific and practical conference. MDPC Publishing. Berlin, Germany. 2022. С. 501-507.

58. Bidzilya Y., Solomin Y., Shvets V. The Media's Influence on Shaping Public Opinion during Martial Law. *Journal of Intercultural Communication*, 2024. №24(4). URL: <https://doi.org/10.36923/jicc.v24i4.979> (дата звернення: 06.01.2025).

59. The Pros and Cons of Digital News: Navigating the Information Age. 2024. URL: <https://www.linkedin.com/pulse/pros-cons-digital-news-navigating-information-age-madhuparna-dey-jym0e/> (дата звернення: 06.01.2025).

60. When uncontrolled anger becomes a soldier's enemy. *UCI*, 2020. URL: <http://surl.li/aqzigj> (дата звернення: 06.01.2025).

61. Introduction to Research Methods. 2025. URL: https://bookdown.org/alex_leith/mc451/introduction-to-research-methods.html (дата звернення: 25.02.2025).

АНОТАЦІЯ

У дипломній роботі "Психологічні наслідки війни в Україні у фокусі онлайн-медіа: стрес, страх, гнів" аналізується вплив цифрових медіа на емоційний стан українського суспільства в умовах війни. Основна мета полягає у вивченні того, як онлайн-медіа формують емоції, такі як стрес, страх і гнів, а також у дослідженні інформаційних, етичних і жанрових аспектів висвітлення цих тем.

Перший розділ спрямований на теоретичний аналіз і охоплює питання природи війни як соціального феномену, психологічних наслідків (таких як ПТСР і емоційна травма), впливу онлайн-медіа на суспільну думку, проблем дезінформації, інформаційного перевантаження та етичних викликів при публікації травматичного контенту.

Другий розділ є практичною частиною, що ґрунтується на проведенні контент-аналізу публікацій українських онлайн-видань, серед яких «Цензор.НЕТ», «Українська правда», «OBOZ.UA», «РБК-Україна». У рамках дослідження розглядаються тональність матеріалів, візуальні елементи, використання психологічної термінології та особливості жанрового підходу.

У підсумковій частині запропоновано рекомендації для медіа, що передбачають дотримання етичних стандартів, уникнення сенсаційності та застосування психологічно обережного підходу у роботі з чутливими темами. Робота має як теоретичну, так і практичну цінність, спрямовану на зменшення інформаційного тиску та підтримку психічного здоров'я суспільства.

Ключові слова: війна, онлайн-медіа, психологічні наслідки, стрес, страх, гнів.

ABSTRACT

The thesis "Psychological consequences of the war in Ukraine in the focus of online media: stress, fear, anger" analyzes the impact of digital media on the emotional state of Ukrainian society in wartime. The main goal is to study how online media shape emotions such as stress, fear, and anger, as well as to study the informational, ethical, and genre aspects of covering these topics.

The first section is aimed at theoretical analysis and covers the issues of the nature of war as a social phenomenon, psychological consequences (such as PTSD and emotional trauma), the impact of online media on public opinion, problems of disinformation, information overload, and ethical challenges when publishing traumatic content.

The second section is a practical part based on conducting a content analysis of publications by Ukrainian online publications, including "Censor.NET", "Ukrainian Truth", "OBOZ.UA", and "RBK-Ukraine". The study examines the tone of the materials, visual elements, the use of psychological terminology, and the features of the genre approach.

The final part offers recommendations for the media, which include adherence to ethical standards, avoidance of sensationalism, and the use of a psychologically cautious approach in working with sensitive topics. The work has both theoretical and practical value, aimed at reducing information pressure and supporting the mental health of society.

Keywords: war, online media, psychological consequences, stress, fear, anger.