

УДК 159.922

Мещеряков Дмитро Сергійович

кандидат психологічних наук, молодший науковий співробітник лабораторії сучасних інформаційних технологій навчання

Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України

м. Київ, Україна

e-mail: meoldom@gmail.com

<http://orcid.org/0000-0001-6831-8654>

СОЦМЕДІА В УМОВАХ КАРАНТИНУ: ВИКЛИКИ РОЗВИТКУ СУБ'ЄКТНОСТІ

Анотація

В статті розглянуто основні виклики розвитку суб'єктності з боку соціалізації. Висвітлено найбільші чинники стресу під час карантину. Також окреслено окремі психологічні механізми розвитку суб'єктності, і її зменшення. Представлений огляд поглиблює знання як впливу соціалізації на суспільні процеси, так і на феномен суб'єктності, що дозволяє оцінити ситуацію, відслідкувати тенденції соціалізації під час кризових явищ, особливо щодо карантину, запровадженого під час коронавірусної інфекції SARS-CoV-2.

Визначено, що виклики розвитку суб'єктності з боку соціалізації значні, і поширеність коронавірусної інфекції та запровадженого для її запобігання карантину їх примножують, особливо такі чинники як стрес, хвилі паніки тощо.

Дослідження корисне для розробки ефективних та комплексних заходів зі зменшення та нейтралізації негативного впливу соціалізації на суспільство та індивіда, і підсилення – позитивного; в тому числі – психологічних та освітніх.

Також нами запропоновано та дано визначення терміну «суб'єктне поле», яке означає певний простір, в якому індивід або спільнота має суб'єктний вплив і здійснює суб'єктну активність.

Ключові слова: суб'єкт, суб'єктне поле, суб'єктна активність, розвиток суб'єктності, виклики суб'єктності, соцмедіа, карантин

СОЦМЕДІА В УСЛОВИЯХ КАРАНТИНА: ВИЗОВЫ РАЗВИТИЮ СУБЪЕКТНОСТИ

Мещераков Дмитрий Сергеевич, кандидат психологических наук, младший научный сотрудник лаборатории современных информационных технологий обучения Института психологии имени Г.С. Костюка НАПН Украины, г. Киев, Украина

Аннотация

В статье рассмотрены основные вызовы развитию субъектности со стороны соцмедиа. Освещены основные факторы стресса во время карантина. Также определены отдельные психологические механизмы развития субъектности и ее уменьшения. Представленный обзор углубляет знания как влияния соцмедиа на общественные процессы, так и на феномен субъектности, что позволяет оценить ситуацию, отследить тенденции соцмедиа во время кризисных явлений, особенно карантина, введенного во время коронавирусной инфекции SARS-CoV-2.

Определено, что вызовы развитию субъектности со стороны соцмедиа значительны, и распространенность коронавирусной инфекции и введенного для ее предотвращения карантина их приумножают, особенно такие факторы как стресс, волны паники и тому подобное.

Исследование полезно для разработки эффективных и комплексных мероприятий по уменьшению и нейтрализации негативного влияния соцмедиа на общество и индивида, и усиления – положительного; в том числе – психологических и образовательных.

Также нами предложено и дано определение термина «субъектное поле», которое означает определенное пространство, в котором индивид или сообщество субъектны и осуществляют субъектную активность.

Ключевые слова: субъект, субъектное поле, субъектная активность, развитие субъектности, вызовы субъектности, соцмедиа, карантин

SOCIAL MEDIA DURING THE QUARANTINE: CHALLENGES OF THE SUBJECTNESS DEVELOPMENT

Mescheryakov Dmytro Sergiyovich, PhD in Psychology, junior researcher, associate of the Laboratory of Modern Information Technologies of Education of G.S. Kostiuk Institute of Psychology of NAES of Ukraine, Kyiv

Summary

The article considers the main challenges from social media on the subjectness development. The biggest stressors during the quarantine are highlighted. Some psychological mechanisms of the subjectness development and its reduction are also outlined. The presented review deepens the knowledge of both the impact of social media on social processes and the phenomenon of subjectness, which allows us to assess the situation, track social media trends of crises, especially during the quarantine infection of SARS-CoV-2.

It is determined that the challenges on the development of subjectness from social media are significant, and the prevalence of coronavirus infection and the quarantine introduced to prevent it increase them, especially such factors as stress, panic waves, etc.

The study is useful for developing effective and comprehensive measures to reduce and neutralize the negative impact of social media on society and the individual, and strengthen the positive, including psychological and educational.

We have also proposed and defined the term "subjectness field", which means a certain space (or environment) in which an individual or community has a subjectness influence and carries out subjectness activity.

***Keywords:** subjectness, subjectness field, subjectness activity, development of subjectness, subjectness challenges, social media, quarantine*

Постановка проблеми. Внаслідок карантину, введеного в усьому світі для запобігання поширення коронавірусної інфекції SARS-CoV-2, на перший

план виходять питання подолання або зменшення рівня стресу, адаптація персонального та суспільного життя до нових умов, розбудова нових моделей життєдіяльності. Соцмедіа, поруч з традиційними ЗМІ, відіграють надважливу роль в такій ситуації, адже виступають одним з каналів спілкування, обміну та розповсюдження інформації. Також, з їх допомогою формуються інформаційні бульбашки різного розміру та охоплення, які є чутливими до різного роду фейків, дезінформації та інших негативних явищ Інтернету, що можуть нести загрозу для суб'єктності та її розвитку.

Метою статті є аналіз викликів розвитку суб'єктності з боку соцмедіа в умовах карантину.

В наших попередніх дослідженнях (Mescheryakov, Мещеряков, 2020) ми проаналізували як відбувається розвиток та становлення суб'єктності в умовах карантину в контексті досвіду психологічної допомоги та соцмедіа. Також великий обсяг даних для дослідження та аналізу феноменів, проявів, тенденцій суб'єктності та, зокрема, її психологічних механізмів надали вже існуючі дистанційні курси лабораторії сучасних інформаційних технологій навчання (Мещеряков, 2018; Смультсон, Дітюк, Коваленко-Кобилянська, Мещеряков, & Назар, 2018) на базі МОС Moodle, а саме «Тренінг з розвитку суб'єктної активності дорослих користувачів соціальних мереж» (<http://moodle.newlearning.org.ua/course/view.php?id=7>) (Мещеряков, 2019), «Тренінг комунікативної компетентності и успешного общения» (<http://moodle.newlearning.org.ua/course/view.php?id=2>) і нові проекти: телефонна гаряча лінія з психологічної допомоги суспільству (організовано психологами Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України разом з Громадським об'єднанням «Небокрай») та «Група психологічної підтримки під час коронавірусу в соціальній мережі Фейсбук». (Адреса: <https://www.facebook.com/groups/psy.help.support>). Ця група була створена для надання рекомендацій і достовірної інформації щодо SARS-CoV-2, взаємодопомоги, психологічної підтримки та координації зусиль. Формат групи та модель її діяльності було вибрано відповідно до усвідомлюваних

нами основних чинників стресу під час карантину, власних можливостей для надання психологічної допомоги населенню та впроваджених та очікуваних карантинних обмежень в країні (Мещеряков, 2020; 6. Мещеряков & Назар, 2020).

Матеріали для нашого дослідження збирались, в тому числі, як під час безпосередньої роботи з надання психологічної допомоги під час телефонного і онлайн консультування, так і опосередковано – в процесі комунікації всередині групи та дистанційних курсів, що дозволило виявити певні закономірності разом поточними трендами впливу на суб'єктність та суб'єктну активність. Також були проаналізовані свіжі дослідження впливу карантину на психіку: взаємозв'язки між психологічними чинниками та стресом і депресією (Filgueiras, Alberto and Stults-Kolehmainen, Matthew, 2020), страх медпрацівників коронавірусної інфекції (Saqib Amin, 2020), форсування соціальної ізоляції (Pancani, Marinucci, Aureli, & Riva, 2020), результатів інтервенції за допомогою соцмедіа та вплив на благополуччя (Zhou, L., Xie, R., Yang, X., Zhang, S., Li, D., Zhang, Y., ... Wen, S. W. 2020).

Відзначимо, що переважна кількість запитів клієнтів під час телефонного психологічного консультування була побутового характеру та внаслідок стресових чинників, що свідчить про недостатню інформаційну підтримку карантинних засобів, прогалини в комплексній організації карантину, взаємодії між різними державними інституціями, а також чітких і послідовних дій в його впровадженні.

Внаслідок карантину введеного в усьому світі для запобігання поширення SARS-CoV-2, та його особливостей, на перший план виходять питання щодо мінімізації і подолання його найбільших чинників стресу, до яких ми відносимо: (Brooks, Dunn, Amlôt, Rubin, & Greenberg, 2018; Brooks, Sam & Webster, Rebecca & Smith, Louise & Woodland, Lisa & Wessely, Simon & Greenberg, Neil & Rubin, Gideon, 2020; Мещеряков, 2020)

- Тривалість карантину – дослідження показують, що велика тривалість карантину пов'язана з погіршенням психічного здоров'я, зокрема,

посттравматичними стресовими симптомами, і люди на карантині тривалістю більше 10 днів виявляли значно вищі посттравматичні стресові симптоми;

- Страх інфекції – учасники різних досліджень повідомляли про страхи перед власним здоров'ям або побоювання заразити інших, але найбільше бояться заразити членів сім'ї, ніж тих, хто не перебуває на карантині. Переживання посилювалися, якщо вони відчували будь-які фізичні симптоми, потенційно пов'язані з інфекцією;

- Фрустрація та нудьга – самотність, втрата звичного розпорядку та зменшення соціального та фізичного контакту з іншими часто викликають нудьгу, розчарування та відчуття відірваності від решти світу. Ця фрустрація посилюється в разі неможливості брати участь у звичайних повсякденних заходах, таких як покупки предметів першої необхідності, участь у соціальних мережах або комунікуванню по телефону або через Інтернет;

- Неадекватність (нестача) базових запасів (наприклад, їжі, води, одягу чи житла) під час карантину також є причиною фрустрації, та має наслідки у вигляді тривоги, гніву тощо через 4–6 місяців після зняття карантину. Неможливість отримати регулярну медичну допомогу також є вагомою проблемою та чинником стресу;

- Неадекватна інформація – слабка організація інформування органами охорони здоров'я щодо вжитих дій та плутанина щодо мети карантину є значним чинником стресу, як і недостатньо чіткі інструкції населенню. Наслідком, зокрема, є поширення конспірологічних теорій та недовіри;

- Стигматизація – окрім прямої небезпеки здоров'ю внаслідок насилля (сумнозвісний випадок з початком обсервації в Нових Санжарах тощо), інші люди поводять з інфікованими (або потенційно інфікованими) по-різному: уникають, припиняють контакти, ставляться до них зі страхом і підозрою, та роблять критичні коментарі. Це стосується і окремих професій, що перебувають в зоні ризику – зокрема медиків;

- Фінансові втрати можуть бути значною проблемою під час карантину, адже люди не можуть працювати і повинні перервати свою професійну діяльність без попереднього планування; наслідки цього є тривалим чинником стресу. У різних дослідженнях фінансові втрати внаслідок карантину створювали серйозні соціально-економічні проблеми та були визнані фактором ризику симптомів психологічних розладів;

- Фізична ізоляція, яка перетворилася в соціальне дистанціювання та призвела до атомізації суспільств, не готових до цього. Саме життя в нових умовах, адаптація до них, реорганізація побуту, роботи, дозвілля та інших сфер життя – джерела потужного стресу;

- Рівень довіри до державних і наддержавних інститутів і інституцій – в разі низького може провокувати стрес, викликаний недовірою до їх рішень та інформації, а також викликати бездіяльність, непокору та саботування;

- Традиційні ЗМІ – постійно шукають актуальні та «гарячі теми», тримають споживачів в напрузі та створюють інформаційний тиск;

- Соцмедіа, які часто заповнюють інформаційний вакуум внаслідок недостатності офіційної інформації, браку довіри до традиційних ЗМІ та влади плітками, матеріалами без доказів і підтверджень, відвертими фейками, дезінформацією, конспірологічними теоріями тощо; також соцмедіа постійно виступають в якості каталізатора емоцій, вибухаючи хвилями обурення, паніки (Anneliese Depoux, Sam Martin, Emilie Karafillakis, MSc, Raman Preet, Annelies Wilder-Smith, & Heidi Larson, 2020), валу негативної інформації, і тим самим виступають значним стресовим чинником;

- Посилення та актуалізація накопичених суспільних диспропорцій, проблем, що провокує і породжує суспільні потрясіння та кризові явища;

- Безпосередні дії і наслідки дій державних інституцій, їх адекватність викликам, послідовність, логічність та ефективність.

Як ми знаємо з досліджень, що чим вищий рівень стресу учасників, тим нижчий «обрій» проектування (Дітюк, 2015), тобто чим більше стрес, тим більше знижується суб'єктність – адже від горизонту проектування залежать,

в тому числі, можливості суб'єктності та суб'єктної активності, бо від нього залежать вибір пріоритетів, далекосяжність цілепокладання, проектування і самопроектування, планування та досягнуті результати тощо (Мещеряков, 2019).

Аналіз вищезазначених чинників стресу значно допоміг в організації та моделі реалізації психологічної допомоги (і не тільки) в рамках проєкту «Група психологічної підтримки під час коронавірусу» в соціальній мережі Фейсбук. Це відкрита група, її кількість учасників – близько 100 в найбільш емоційно та фізично важкі перші тижні карантину. Активність організаторів та учасників була найбільшою на початку запровадження карантину, і зменшувалася з плином часу та подальшим зняттям обмежень.

Ефективність взаємодії між учасниками групи та результат у вигляді зменшенні стресу, поліпшенні емоційного та фізичного самопочуття тощо було підтверджено як при прямому онлайн спілкуванні, так і опосередковано, у вигляді реакцій на події в світі та матеріали і дискусії розміщені в групі.

Досягти результату дозволили наступні зусилля організаторів і учасників групи, що були спрямовані на подолання або зменшення стресу внаслідок карантину: (Мещеряков, 2020)

1. Надання достовірної інформації щодо коронавірусної інфекції та ситуації навколо неї.
2. Публікація матеріалів координаційного характеру, зокрема – телефонів гарячих ліній влади, психологів, медиків та інших державних і недержавних служб і організацій. Можливість швидкого доступу до необхідної інформації, або знання про її наявність «в разі чого» має позитивний вплив на рівень стресу.
3. Надання актуальних рекомендацій для спеціалістів щодо дій під час карантину.
4. Наявність і відчуття спільної мети, колективна робота на результат.
5. Створена інформаційна бульбашка з атмосферою впевненості, безпеки та професіоналізму мала заспокійливий ефект.

6. Унаочнення практичних порад для широкого загалу з урізноманітнення їхнього побуту та сімейного дозвілля під час карантину.
7. Пояснення особливостей спілкування, фізичного дистанціювання, полегшення адаптації до них, практичні поради з реорганізації побуту, роботи, дозвілля та інших сфер життя.
8. Опубліковані матеріали на тему організації дистанційної освіти – шкільної, вищої та додаткової, у вигляді дистанційних курсів, онлайн тренінгів, вебінарів тощо.
9. Рекомендації щодо подолання та профілактики конфліктних ситуацій; огляд типових причин, що їх спричиняють.
10. Активний обмін думками між учасниками групи дозволив створити канали комунікації, через які «спускалася пара», надавалася і отримувалася психологічна підтримка.
11. Рекомендації щодо продуктивного виходу з карантину.
12. Велика кількість постів, присвячена ресурсам для саморозвитку та самоосвіти: це і цікаві освітні сторінки, дистанційні курси, майстер класи з вдосконалення певних навичок в домашніх умовах.
13. Разом з цим, значна кількість інформації надається розважального характеру – гумористичного, оптимістичного та романтичного, цікавим відео, трансляціям культурних заходів, фільмам тощо задля надання альтернативи звичайному контенту в соціальних мережах, і тим самим зниженню стресу та переспрямування фокусу уваги на більш корисні з точки зору психологічного самопочуття активності.
14. Широке застосування в культурі комунікації гумору, оптимізму та про активної, суб'єктної позиції.

Оцінюючи, як відбувався розвиток суб'єктності під час надання такої форми психологічної допомоги, як група підтримки в соціальній мережі Фейсбук, то він відбувався переважно завдяки саморозвитку учасників, набуття ними навичок і психологічних механізмів саморозвитку, відповідальності за власне життя, критичного мислення, прогнозування

наслідків, цілепокладання, проєктування діяльності та створенню умов для суб'єктної активності (Мещеряков, 2020). Одними з наслідків розвитку їх суб'єктності та суб'єктної активності стало їх перетворення з пасивних споживачів інформації на активних творців власного контенту, а також значно зріс рівень переосмислення спожитих матеріалів, застосування критичного мислення під час знаходження в інформаційному просторі.

Як відомо, вагомий внесок в розвиток суб'єктності та суб'єктної активності вносять психологічні механізми з його становлення. Ми вважаємо, що важливими психологічними механізмами становлення і розвитку суб'єктності під час карантину та карантинних обмежень, є: ініціація, актуалізація рефлексія, прогнозування, цілепокладання, пріоритизація тощо.

Відзначимо, що суб'єктний, відповідальний за себе та людей навколо підхід, значно знижує стрес від карантину, адже добровільний, усвідомлений карантин є менш стресовим. Оскільки вірне прогнозування розвитку ситуації, оцінка власних сил, покладання на них, наявність планів дій на певний час та різні можливі сценарії розвитку ситуації теж позитивно впливає на рівень стресу та допомагає залучити необхідні ресурси заздалегідь, або мати уявлення де їх можна взяти в разі необхідності (Мещеряков, 2020). Таким чином, розвиток суб'єктності та суб'єктної активності дозволяє керувати рівнем власного стресу.

Зазначимо, що в кризових ситуаціях суспільства (пандемії, революції тощо) роль соцмедіа та соціальних мереж значно зростає, адже вони надають більше можливостей для комунікацій та публічних реакцій. В той же час, соцмедіа несуть суспільству і певні виклики, в тому числі і для суб'єктності, колективної та індивідуальної.

Спираючись на отримані під час проведеного дослідження дані, висвітливо основні виклики розвитку суб'єктності з боку соцмедіа в умовах карантину:

1. Значний приріст кількості «фейків», цілеспрямованої дезінформації та явищ “постправди”, помножений на збільшений час перегляду соцмедіа

внаслідок карантинних обмежень, часто призводить до занурення у викривлений світ, з подальшою дезорієнтацією, високим рівнем стресу, втрати довіри до суспільних інститутів та інституцій, розчаруванням і зниженню мотивації до реалізації власних цілей.

2. Широке поширення конспірологічних ідей, теорій змов, які розхитують та намагаються «перезаписати» існуючі ментальні моделі світу. Індивід, замість власного саморозвитку та набуття суб'єктності, починає боротися з «вітряними млинами», діяти проти логіки та здорового глузду, реактивно розтрачуючи свій час та потенціал внаслідок маніпуляцій, замість конструктивної суб'єктної активності.

3. Булінг носіїв протилежних ідей, наприклад «невіруючих в карантин», «свідків святого карантину», «безмасочників» тощо. Відбувається поляризація та розкол суспільства, яке перетворюється в тролінг та травлю інакодумців, тим самим звужуючи їх можливості для суб'єктного розвитку. Ситуацію ускладнюють ідейні і ціннісні переконання, політичні вподобання та інші відмінності.

4. Стигматизація, а особливо страх стигматизації (Corrigan, Larson, & Rusch, 2009; Pearl, 2020), веде до зменшення суб'єктної активності, та, відповідно – зменшенню суб'єктності та її розвитку.

5. В умовах руйнування звичних каналів комунікації (Meng Yu, Zhiyong Li, Zhicheng Yu, Jiaxin He & Jingyan Zhou, 2020), людина може перетворюватися на пасивного споживача інформації та діяти реактивно, в неї звужується суб'єктне поле. Виклик розвитку суб'єктності очевидний – це опанування іншими каналами спілкування, в першу чергу соцмедіа, знаходження свого місця в інформаційному полі та вибудовування свого суб'єктного поля (простору). Суб'єктне поле в даному випадку – простір, певний простір, в якому індивід або спільнота має суб'єктний вплив і здійснює суб'єктну активність.

6. Поглинання власною інформаційною бульбашкою – коли внаслідок зменшення диверсифікації інформаційних каналів та випадіння з

різноманітних інформаційних бульбашок оточення (або інформаційна бульбашка) починає домінувати, формувати повістку дня, продукувати потік інформації, моду, моделі діяльності тощо, внаслідок чого втрачається ініціатива, відбувається переорієнтація з власних цілей на поточні «подразники», наприклад – на втягування в розмови, суперечки, змінюється стиль життя. Виклик полягає в тому, наскільки вибір в таких випадках є суб'єктивним, самостійним.

7. Соцмедіа можуть бути каналізаторами агресії та інших емоцій, спрямовуючи їх на хайпові теми. Їх джерелами можуть бути як стихійні, так і штучні, акцентовані інформаційні поводи. Одним з наслідком є типовий «ефект натовпу», в якій суб'єктивність розчиняється. Ще одним наслідком є поляризація суспільних думок, з подальшими конфліктними ситуаціями та широкими можливостями для маніпуляцій.

8. Набуття та застосування психологічних механізмів, які обмежують та зменшують суб'єктивність. Наприклад, психологічні механізми соціального зараження, конформізму, контрпродуктивне та реактивне застосування психологічних захисних механізмів тощо, замість свідомого вибудовування ланцюжків психологічних механізмів, які підтримують та розвивають суб'єктивність.

9. Надання широких можливостей для втечі від реальності, нон-стоп розваг, «випадіння з життя», включення реактивності, прокрастинації тощо разом з незапланованим збільшенням вільного часу помножує цей вплив соцмедіа на життя. Розвиток суб'єктивності під час такої активності є мінімальним.

10. Спрощення подання інформації, або подання з одностороннім висвітленням – може розвивати або підтримувати механізми некритичного сприйняття інформації, тобто до зменшення критичності мислення.

11. Емоційне забарвлення інформації – може вимикати децентрацію мислення та вмикати ірраціональні реакції.

12. Карантин проходив під гаслом соціального дистанціювання (Wilder-Smith, & Freedman, 2020), замість фізичного, що прямим чином зменшувало можливості побудови суб'єктного поля та впливу на нього, реалізації планів тощо, адже чимала кількість людей сприйняла це буквально, і значно скоротила контакти, навіть в соцмедіа, а також інші віртуальні та технічно опосередковані.

13. Атомізація суспільства, внаслідок фізичного та соціального дистанціювання призвела до змін в моделях суспільного життя, як то соціалізація, виховання, побут, робота тощо. З одного боку, це шанс розвинути суб'єктність, а з іншого – втрачені вже набуті суб'єктні позиції та час, затрачений на адаптацію.

14. Брак довіри як до джерел інформації, так і в цілому, що викликаний валом інформації, яка суперечить одна одній. Навіть медіа грамотним людям з критичним мисленням буває важко розібратися в цьому потоці, та знайти правдивий, раціональний, підтверджений фактами контент. Брак довіри породжує особливості розвитку суб'єктності, адже індивід постійно в усьому сумнівається (і в собі теж) та може потрапити в нескінченне коло рефлексій, з якого доволі важко вийти та перейти до, власне, реалізації суб'єктності через суб'єктну активність.

15. Інформаційний тиск – потік інформації, особливо емоційно забарвленої, перевантажує психіку та викликає стрес. А в умовах карантину ще й паніку, після чого людина вимушена деякий час відновлювати сили, часто при цьому «пливучи за течією», та реактивно реагуючи на події, цілі, життя в цілому (Saqib Amin, 2020a). Інформаційний тиск також підвищує емоційне вигорання (Кулик, 2020).

На нашу думку, з метою профілактики означених викликів розвитку суб'єктності та зниженню негативу, в тому числі від соцмедіа, нами пропонується докласти всіх необхідних зусиль для подолання та профілактики стресу, конфліктних ситуацій, загрозам суб'єктності тощо в суспільстві шляхом: комплексного підходу до проблем профілактики та розвитку, чіткого

та послідовного інформування населення; створення психологічних, освітніх та культурних проєктів з розвитку суб'єктності та її механізмів; спрямування та належна координація зусиль соціальних служб, психологів, поліції, інших інституцій (Рекомендації VIII міжнародної науково-практичної інтернет-конференції «Віртуальний освітній простір: психологічні проблеми», 2020).

Важливим для суспільства, з огляду на виявлені нами виклики розвитку суб'єктності та особливості карантину з приводу SARS-CoV-2, є: розробка, апробація та впровадження в суспільне життя методичних, психолого-педагогічних тощо рекомендацій з інформаційної та медіа психогієни; розробка навчальних програм і проєктів з медіа грамотності та критичного мислення, в тому числі онлайн і дистанційно, для нейтралізації негативного впливу з боку ЗМІ та соцмедіа (Рекомендації VIII міжнародної науково-практичної інтернет-конференції «Віртуальний освітній простір: психологічні проблеми», 2020).

Головні висновки. Таким чином, внаслідок зробленого аналізу даних, нами відзначено основні виклики розвитку суб'єктності з боку соцмедіа, та які саме загрози чи особливості впливу вони несуть суб'єктності. Висвітлено найбільші чинники стресу під час карантину. Також окреслено окремі психологічні механізми розвитку суб'єктності, і її зменшення. Представлений огляд поглиблює знання як впливу соцмедіа на суспільні процеси, так і на феномен суб'єктності, що дозволяє оцінити ситуацію, відслідкувати тенденції соцмедіа під час кризових явищ, особливо щодо карантину, запровадженого під час коронавірусної інфекції SARS-CoV-2.

Визначено, що виклики розвитку суб'єктності з боку соцмедіа значні, і поширеність коронавірусної інфекції та запровадженого для її запобігання карантину їх примножують, особливо такі чинники як стрес, хвилі паніки тощо.

Дослідження корисне для розробки ефективних та комплексних заходів зі зменшення та нейтралізації негативного впливу соцмедіа на суспільство та індивіда, і підсилення – позитивного, в тому числі – психологічних та освітніх.

Також нами запропоновано та дано визначення терміну «суб'єктне поле», яке означає певний простір, в якому індивід або спільнота має суб'єктний вплив і здійснює суб'єктну активність.

Перспективи подальших досліджень: подальше вивчення впливу соцмедіа на суб'єктність та суб'єктну активність, дослідження психологічних механізмів становлення суб'єктності, виявлення особливостей суб'єктної активності під час кризових явищ як суспільних, так і індивідуальних.

Список використаних джерел

1. Дітюк, П.П. (2015). Експериментальне дослідження проектної діяльності. *Технології розвитку інтелекту, Т.1, №10*. Retrieved from http://nbuv.gov.ua/UJRN/tri_2015_1_10_4
2. Кулик, Ю. (2020). *Дослідження рівня емоційного вигорання батьків в умовах карантину*. Тези щорічної всеукраїнської наукової конференції «Дні науки філософського факультету 2020». Львівський національний університет імені Івана Франка, 214-217. Retrieved from <https://filos.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/06/Tezy-shchorichnoi-vseukrains-koi-konferentsii-Dni-nauky-filosofs-kofo-fakul-tetu-2020.pdf>
3. Мещеряков, Д.С. (2018). Психологічні особливості суб'єктної активності у соціальних мережах. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки, 4*, 117-122. Херсон: Гельветика.
4. Мещеряков, Д.С. (2019). Розвиток суб'єктної активності дорослих користувачів соціальних мереж: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. НАПН України, Ін-т психології імені Г.С. Костюка. Київ.
5. Мещеряков, Д.С. (2020). *Розвиток суб'єктності в умовах карантину: досвід психологічної допомоги*. М.М. Слюсаревський, Л.А. Найдьонова, О.Л. Вознесенська (Ред). Досвід переживання пандемії covid-19: дистанційні психологічні дослідження, дистанційна психологічна підтримка: матеріали онлайн-семінарів 23 квітня 2020 року «Досвід карантину: дистанційна психологічна допомога і підтримка» та 15 травня 2020 року «Дистанційні

психологічні дослідження в умовах пандемії covid-19 і карантину»: тези допов. 42-45.

6. Мещеряков Д.С. & Назар М.М. (2020). Чинники ефективності групової навчально-психологічної роботи у мережі інтернет для розвитку суб'єктності. Досвід особистості: теорія і практика. Збірник матеріалів ІХ Міжнародної науково-практичної конференції (27-28 лютого 2020 р., м. Ніжин). Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя. С. 154-156.

7. Рекомендації VIII міжнародної науково-практичної інтернет-конференції «Віртуальний освітній простір: психологічні проблеми». (2020). Retrieved from <http://www.newlearning.org.ua/content/rekomendaciyi-viii-mizhnarodnoyi-naukovo-praktychnoyi-internet-konferenciyi-virtualnyu>

8. Смульсон М.Л., Дітюк П.П., Коваленко-Кобилянська І.Г., Мещеряков Д.С., & Назар М.М. (2018). *Розвиток суб'єктної активності дорослих у віртуальному просторі: монографія*. Смульсон М.Л. (Ред.). Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України.

9. Anneliese Depoux, Sam Martin, Emilie Karafillakis, MSc, Raman Preet, Annelies Wilder-Smith, & Heidi Larson. (2020). The pandemic of social media panic travels faster than the COVID-19 outbreak. *Journal of Travel Medicine, Volume 27, Issue 3*. DOI: <https://doi.org/10.1093/jtm/taaa031>

10. Brooks, S. K. , Dunn, R. , Amlôt, R. , Rubin, G. J. , & Greenberg, N. (2018). A systematic, thematic review of social and occupational factors associated with psychological outcomes in healthcare employees during an infectious disease outbreak. *Journal of Occupational and Environmental Medicine, 60*, 248–257. DOI: 10.1097/JOM.0000000000001235

11. Brooks, Sam & Webster, Rebecca & Smith, Louise & Woodland, Lisa & Wessely, Simon & Greenberg, Neil & Rubin, Gideon. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*. 395. DOI: 10.1016/S0140-6736(20)30460-8.

12. Corrigan PW, Larson JE, & Rusch N. (2009). Self- stigma and the “why try” effect: Impact on life goals and evidence- based practices. *World Psychiatry*, 8: 75-81.
13. Filgueiras, Alberto and Stults-Kolehmainen, Matthew (2020). The Relationship Between Behavioural and Psychosocial Factors Among Brazilians in Quarantine Due to COVID-19. DOI <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3566245>
14. Meng Yu, Zhiyong Li, Zhicheng Yu, Jiaxin He & Jingyan Zhou. (2020). Communication related health crisis on social media: a case of COVID-19 outbreak, *Current Issues in Tourism*, DOI: 10.1080/13683500.2020.1752632
15. Mescheryakov D.S. (2020). *Development of subjectness during the quarantine: the experience of psychological help*. Віртуальний освітній простір: психологічні проблеми: VIII Міжнар. інтернет-конф., присвячена 75-річчю Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (15 травня – 15 червня 2020 року): тези допов. Retrieved from: http://www.newlearning.org.ua/system/files/sites/default/files/zagruzheni/mescheryakov_dmytro_2020.pdf
16. Mescheryakov, D.S. (2019). Development of the adults’ subjectness activity in Facebook. *Інформаційні технології і засоби навчання*, Т.71, 3, 282-294. Retrieved from <https://journal.iitta.gov.ua/index.php/itlt/article/view/2847>
17. Pancani, L., Marinucci, M., Aureli, N., & Riva, P. (2020). Forced social isolation and mental health: A study on 1006 Italians under COVID-19 lockdown. DOI: <https://doi.org/10.31234/osf.io/uacfj>
18. Pearl, R.L. (2020). Weight Stigma and the “Quarantine- 15”. *Obesity*, 28: 1180-1181. doi:10.1002/oby.22850
19. Saqib Amin (2020). The psychology of coronavirus fear: Are healthcare professionals suffering from corona-phobia? *International Journal of Healthcare Management*, DOI: 10.1080/20479700.2020.1765119
20. Saqib Amin. (2020a). Why Ignore the Dark Side of Social Media? A Role of Social Media in Spreading Corona-Phobia and Psychological Well-Being.

International Journal of Mental Health Promotion. 22. 29-38. DOI: 10.32604/IJMHP.2020.011115.

21. Wilder-Smith, A, & Freedman, D.O. (2020). Isolation, quarantine, social distancing and community containment: pivotal role for old-style public health measures in the novel coronavirus (2019-nCoV) outbreak. *Journal of Travel Medicine, Volume 27, Issue 2.* DOI: <https://doi.org/10.1093/jtm/taaa020>

22. Zhou, L., Xie, R., Yang, X., Zhang, S., Li, D., Zhang, Y., ... Wen, S. W. (2020). Feasibility and Preliminary Results of Effectiveness of Social Media-based Intervention on the Psychological Well-being of Suspected COVID-19 Cases during Quarantine. *The Canadian Journal of Psychiatry.* DOI: <https://doi.org/10.1177/0706743720932041>

References transliterated

1. Ditiuk, P.P. (2015). Eksperymentalne doslidzhennia proektnoi diialnosti. Tekhnolohii rozvytku intelektu, T.1, #10. Retrieved from http://nbuv.gov.ua/UJRN/tri_2015_1_10_4

2. Kulyk, Yu. (2020). Doslidzhennia rivnia emotsiinoho vyhorannia batkiv v umovakh karantynu. Tezy shchorichnoi vseukrainskoi naukovoii konferentsii «Dni nauky filosofskoho fakultetu 2020». Lvivskyi natsionalnyi universytet imeni Ivana Franka, 214-217. Retrieved from <https://filos.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/06/Tezy-shchorichnoi-vseukrains-koi-konferentsii-Dni-nauky-filosofs-koho-fakul-tetu-2020.pdf>

3. Meshcheriakov, D.S. (2018). Psykholohichni osoblyvosti subiektnoi aktyvnosti u sotsialnykh merezhakh. Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Serii: Psykholohichni nauky, 4, 117-122. Kherson: Helvetyka.

4. Meshcheriakov, D.S. (2019). Rozvytok subiektnoi aktyvnosti doroslykh korystuvachiv sotsialnykh merezh: dys. ... kand. psykol. nauk: 19.00.07. NAPN Ukrainy, In-t psykolohii imeni H.S. Kostiuka. Kyiv.

5. Meshcheriakov, D.S. (2020). Rozvytok subiektnosti v umovakh karantynu: dosvid psykholohichnoi dopomohy. M.M. Sliusarevskyi, L.A. Naidonova, O.L.

Voznesenska (Red). Dosvid perezhyvannia pandemii covid-19: dystantsiini psykhologichni doslidzhennia, dystantsiina psykhologichna pidtrymka: materialy onlain-seminariv 23 kvitnia 2020 roku «Dosvid karantynu: dystantsiina psykhologichna dopomoha i pidtrymka» ta 15 travnia 2020 roku «Dystantsiini psykhologichni doslidzhennia v umovakh pandemii covid-19 i karantynu»: tezy dopov. 42-45.

6. Meshcheriakov D.S. & Nazar M.M. (2020). Chynnyky efektyvnosti hrupovoi navchalno-psykhologichnoi roboty u merezhi internet dlia rozvytku sub'yektnosti. Dosvid osobystosti: teoriia i praktyka. Zbirnyk materialiv IKh Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii (27-28 liutoho 2020 r., m. Nizhyn). Nizhyn: NDU im. M. Hoholia. S. 154-156.

7. Rekomendatsii VIII mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi internet-konferentsii «Virtualnyi osvittii prostir: psykhologichni problemy». (2020). Retrieved from <http://www.newlearning.org.ua/content/rekomendaciyi-viii-mizhnarodnoyi-naukovo-praktychnoyi-internet-konferenciyi-virtualnyy>

8. Smulson M.L., Ditiuk P.P., Kovalenko-Kobylianska I.H., Meshcheriakov D.S., & Nazar M.M. (2018). Rozvytok subiektnoi aktyvnosti doroslykh u virtualnomu prostori: monohrafiia. Smulson M.L. (Red.). Kyiv: Instytut psykhologii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy.

9. Anneliese Depoux, Sam Martin, Emilie Karafillakis, MSc, Raman Preet, Annelies Wilder-Smith, & Heidi Larson. (2020). The pandemic of social media panic travels faster than the COVID-19 outbreak. *Journal of Travel Medicine*, Volume 27, Issue 3. DOI: <https://doi.org/10.1093/jtm/taaa031>

10. Brooks, S. K. , Dunn, R. , Amlôt, R. , Rubin, G. J. , & Greenberg, N. (2018). A systematic, thematic review of social and occupational factors associated with psychological outcomes in healthcare employees during an infectious disease outbreak. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 60, 248–257. DOI: 10.1097/JOM.0000000000001235

11. Brooks, Sam & Webster, Rebecca & Smith, Louise & Woodland, Lisa & Wessely, Simon & Greenberg, Neil & Rubin, Gideon. (2020). The psychological

- impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395. DOI: 10.1016/S0140-6736(20)30460-8.
12. Corrigan PW, Larson JE, & Rusch N. (2009). Self-stigma and the “why try” effect: Impact on life goals and evidence-based practices. *World Psychiatry*, 8: 75-81.
 13. Filgueiras, Alberto and Stults-Kolehmainen, Matthew (2020). The Relationship Between Behavioural and Psychosocial Factors Among Brazilians in Quarantine Due to COVID-19. DOI <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3566245>
 14. Meng Yu, Zhiyong Li, Zhicheng Yu, Jiaxin He & Jingyan Zhou. (2020). Communication related health crisis on social media: a case of COVID-19 outbreak, *Current Issues in Tourism*, DOI: 10.1080/13683500.2020.1752632
 15. Mescheryakov D.S. (2020). Development of subjectness during the quarantine: the experience of psychological help. *Virtualnyi osvittinii prostir: psykholohichni problemy: VIII Mizhnar. internet-konf., prysviachena 75-richchuu Instytutu psykholohii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy (15 travnia – 15 chervnia 2020 roku): tezy dopov.* Retrieved from: http://www.newlearning.org.ua/system/files/sites/default/files/zagruzheni/mescheryakov_dmytro_2020.pdf
 16. Mescheryakov, D.S. (2019). Development of the adults subjectness activity in Facebook. *Informatsiini tekhnolohii i zasoby navchannia*, T.71, 3, 282-294. Retrieved from <https://journal.iitta.gov.ua/index.php/itlt/article/view/2847>
 17. Pancani, L., Marinucci, M., Aureli, N., & Riva, P. (2020). Forced social isolation and mental health: A study on 1006 Italians under COVID-19 lockdown. DOI: <https://doi.org/10.31234/osf.io/uacfj>
 18. Pearl, R.L. (2020). Weight Stigma and the “Quarantine-15”. *Obesity*, 28: 1180-1181. doi:10.1002/oby.22850
 19. Saqib Amin (2020). The psychology of coronavirus fear: Are healthcare professionals suffering from corona-phobia? *International Journal of Healthcare Management*, DOI: 10.1080/20479700.2020.1765119

20. Saqib Amin. (2020a). Why Ignore the Dark Side of Social Media? A Role of Social Media in Spreading Corona-Phobia and Psychological Well-Being. *International Journal of Mental Health Promotion*. 22. 29-38. DOI: 10.32604/IJMHP.2020.011115.
21. Wilder-Smith, A, & Freedman, D.O. (2020). Isolation, quarantine, social distancing and community containment: pivotal role for old-style public health measures in the novel coronavirus (2019-nCoV) outbreak. *Journal of Travel Medicine*, Volume 27, Issue 2. DOI: <https://doi.org/10.1093/jtm/taaa020>
22. Zhou, L., Xie, R., Yang, X., Zhang, S., Li, D., Zhang, Y., ... Wen, S. W. (2020). Feasibility and Preliminary Results of Effectiveness of Social Media-based Intervention on the Psychological Well-being of Suspected COVID-19 Cases during Quarantine. *The Canadian Journal of Psychiatry*. DOI: <https://doi.org/10.1177/0706743720932041>