

УДК 070 (161.2) : 159.99

**СПОСОБЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ ОТ НЕГАТИВНОГО ВЛИЯНИЯ  
СМИ (НА ПРИМЕРЕ «ЕВРОМАЙДАНА»)**

**Линейцева А.С.**

**Научный руководитель старший преподаватель Газинская Ю.В.**

*Забайкальский Государственный университет*

«Чем лучше люди узнают сущность влияющих на сознание технологий, тем больше вероятность, что они поймут их назначение, и тем менее вероятность, что эти технологии будут использованы», - сказал Дж. Маркс. Это высказывание определяет главную идею данной статьи – человек может и должен уметь оградить себя от негативного влияния извне.

Проблема незащищенности от негативного влияния СМИ на сегодняшний день весьма актуальна, так как острая общественно-политическая ситуация, сложившаяся во время Евромайдана, транслируется российскими СМИ как грубая пропаганда агрессии и ненависти к событиям на Украине, что постепенно ведет к разжиганию национальной вражды. **Цель** нашего исследования: научиться использовать способы психологической защиты от транслируемой, не всегда в положительном ключе, информации в СМИ. **Методика** исследования базируется на описательном и сравнительном анализе, а также абстрагировании, что позволяет выявить примеры материалов, несущих негативную оценку событий на Украине и подобрать к ним способы психологической защиты.

Каждому человеку часто не по душе то, что на него оказывается то или иное вербальное воздействие. Требуется защита от этого воздействия или проявление контрсуггестии (противовнушения). Как отмечает исследователь Е. В. Сидоренко в работе «Личностное влияние и противостояние чужому влиянию» (1998), «для большинства [людей] актуальной проблемой является не столько то, как влиять на других людей, сколько то, как противостоять их влиянию. Объективно гораздо большее психологическое страдание вызывает ощущение безнадежности собственных попыток преодолеть чужое влияние или отстраниться от него психологически оправданным способом. Собственная неспособность влиять на других людей переживается гораздо менее остро. Иными словами, большинству людей кажется, что методами влияния они владеют в достаточной для них степени, а вот методами противостояния чужому влиянию – явно не в достаточной».

Существуют разные концепции способов защиты от негативного воздействия. Так, Б. Ф. Поршнев (1979) выделил такие способы контрсуггестии, как избегание и отрицание авторитетности источника воздействия. Е. П. Ильин добавляет к ним еще игнорирование и усиление личной позиции. Е. В. Сидоренко приводит более расширенный список видов психологического противостояния влиянию, добавляя к вышеперечисленным способам контраргументацию, конструктивную критику, энергетическую мобилизацию, а также психологическую самооборону и конфронтацию. Мы отмечаем эту точку зрения как достаточно достоверную и наиболее подробную для своего исследования. Е. В. Сидоренко отмечает, что каждому виду влияния могут быть противопоставлены разные виды противостояния и один и тот же вид противостояния может использоваться по отношению к разным видам влияния. Сопротивление субъекта убеждающим воздействиям зависит от его морального состояния. При подавленности человека, понимании им бесперспективности того, что он делал раньше, его сопротивление резко уменьшается.

Проведенный в рамках исследования анализ материалов показал, что большинство публикаций российских СМИ о ситуации в Украине транслируют «хаотическое» состояние государства, что может вызвать негативное восприятие, как самой ситуации, так и «братского» народа в целом. В связи с этим нами предлагаются механизмы защиты, предложенные Е. В. Сидоренко, которые, на наш взгляд, «снижают» уровень оценочной окраски медиатекстов и в процессе осмысления получаемой информации позволяют добиться большей доли достоверности.

В современных СМИ используются различные методы манипуляции сознанием граждан: зачастую они комбинируются, либо одновременно используется несколько способов.

В материале создаётся **образ врага** - надуманная угроза. Происходит **смещение акцентов** – намеренное искажение оценки какой-либо ситуации за счёт явного доминирования одних фактов на фоне других. Таким образом, **события отображаются односторонне**. Например, заголовок: *Крым - это только начало» и другие «страшилки» украинских СМИ*. Подзаголовок: *«АиФ» изучил новости ведущих украинских информационных агентств и пообщался с «простыми украинцами»: масштабы антироссийского «промывания мозгов» поражают* («АиФ» - №12, 19/03/2014 г.). В подобной ситуации можно применить метод **энергетической мобилизации** - сопротивление адресата попыткам внушить или передать ему определенное состояние, отношение, намерение или способ действия. Общий способ энергетической мобилизации — это поиск факторов, питающих, восстанавливающих и усиливающих индивидуальную энергию, и целенаправленное использование этих факторов.

По **принципу первоочерёдности** делается ставка на сенсационность и новизну материала, даже если информация в корне не верна, привлекаются ложные **свидетели и свидетельства** – сообщения от якобы очевидцев и якобы участников событий, которым окружающие готовы верить, так как они исходят, «от обычных граждан». Срабатывает эффект доверия к другим людям. Например, заголовок: *«Грабят все! В Киеве не могут отличить революционеров от мародёров»*. Подзаголовок: *«В Киеве в рамках борьбы с коррупцией произошёл погром в Государственной архитектурно-строительной инспекции Украины»*. (www.aif.ru, 20/03/2014 г.). Метод защиты – **контраргументация** или **конструктивная критика** - подкрепленное фактами обсуждение целей, средств или действий инициатора воздействия и обоснование несоответствия целям, условиям и требованиям адресата.

Для оценки ситуации берётся мнение публичных личностей, которым доверяют в силу их популярности или высокого социального, политического, либо иного статуса. Например, заголовок: *«Сергей Лукьяненко: «Россия остаётся основным врагом для целого ряда стран»*. Подзаголовок: *«Украина отныне - проклятая земля, которая будет три поколения избывать свою подлость и трусость»*, - написал в своём блоге писатель Сергей Лукьяненко. *Мы решили поинтересоваться, почему он выразился так резко»* («АиФ» № 12 19/03/2014 г.). В таком случае может быть применен метод **отказа** - выражение адресатом своего несогласия с сообщением инициатора воздействия защитит от негативного восприятия ситуации.

Подается достоверная информация, но преднамеренно в **эмоционально заряженной форме** с тем, чтобы вскрыть и обойти защитные механизмы человека. Известно, когда человеком овладевают сильные эмоции, его разум спит. Кроме того, происходит выброс различной информации и на основе полученного отклика анализируется, что развивать дальше, а о чём можно благополучно забыть, то есть создается **мониторинг потребительского интереса**. Так, тема о разрушении памятников российским деятелям на Украине продолжает транслироваться в материалах СМИ, обличающих

подобные бесчинства и акты вандализма. Например, заголовок: *«Революция кенгуру против памятников»*. Подзаголовок: *«Украина — не первая страна, переживающая очередную смену власти, и, надо полагать, не последняя. Но, почему-то, например, в Сингапуре, вышедшем из состава Британской империи, никто памятников времен «британской оккупации» сносить не стал»*(www.aif.ru, 27/02/2014 г.). В этой ситуации подходящим методом является **психологическая самооборона** - применение речевых формул и интонационных средств, позволяющих сохранить присутствие духа и выиграть время для обдумывания дальнейших шагов в ситуации деструктивной критики, манипуляции или принуждения.

Также нужно помнить, что простейшими приемами психологической защиты от пропагандистского «промывания мозгов» в любой ситуации является сознательное **избегание, игнорирование и прерывание контактов с источником информации**. Например, время от времени прекращать следить за источником информации, чтобы произошло «восстановление» сознания. После этого резко повышается наблюдательность и устойчивость к негативному влиянию СМИ.

По результатам исследования можно сделать основной вывод – в современных социальных условиях проявление уровня агрессивности общества во многом зависит от воспринимаемой им информации. Средства массовой информации существенно влияют на усвоение социальных норм, формирование ценностных ориентаций; являются системой «неформального» образования и просвещения. И как справедливо подчеркивает российский ученый Сергей Георгиевич Кара-Мурза: «СМИ сегодня есть инструмент идеологии, а не информации. Главное в их сообщениях – идеи, внедряемые в наше сознание контрабандой».