

ПСИХОЛОГІЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ БЕЗПЕКИ ТА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

УДК 316.6:159.95

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2025.4/21>

Ахметова Л.А.

ДВНЗ «Поліський національний університет»

Литвинчук А.І.

ДВНЗ «Поліський національний університет»

КРИТИЧНЕ МИСЛЕННЯ ТА МЕДІАГРАМОТНІСТЬ ДЕРЖСЛУЖБОВЦІВ ЯК ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ПРОТИДІЇ ІНФОРМАЦІЙНИМ АТАКАМ В УМОВАХ ВІЙНИ

У статті висвітлено результати емпіричного дослідження критичного мислення та медіаграмотності як психологічних механізмів захисту від інформаційних атак в умовах гібридної війни. Дослідження проведено серед працівників Управління розвитку інформаційних технологій Житомирської міської ради та суміжних підрозділів (учасники мали різний вік і рівні освіти). Метою дослідження стало виявлення зв'язку між рівнями критичного мислення й медіаграмотності та стресостійкістю й рівнем тривожності. У статті також надається оцінка ефективності тренінгового втручання, спрямованого на розвиток навичок критичного мислення й медіаграмотності. У дослідженні використано адаптовану методику критичного мислення Л. Старкі, авторський тест на медіаграмотність, шкали тривожності Спілбергера-Ханіна, методику Холмса-Рей та тест на стресостійкість К. Шрайнер. Результати показали статистично значущі кореляції: високий рівень критичного мислення та медіаграмотності супроводжується низькою тривожністю й високою стресостійкістю. Особливо це простежується серед держслужбовців, які демонструють вищу резистентність до інформаційного впливу. У групі з нижчими показниками було проведено п'ятиденний тренінг, після якого зафіксовано суттєве покращення показників: зростання рівня критичного мислення та медіаграмотності, зниження ситуативної тривожності та підвищення психологічної стійкості. Зміни підтверджено повторним тестуванням і статистичним аналізом. Отримані дані підтверджують гіпотезу про важливу роль когнітивних навичок у зниженні вразливості до інформаційно-психологічного впливу, що особливо актуально під час гібридної війни. Практичне значення результатів полягає у можливості використання розробленої тренінгової програми в діяльності державних установ, освітніх і безпекових структур як ефективного інструменту підвищення інформаційної безпеки, психологічної резистентності персоналу та посилення захисту громадян в умовах інформаційного протистояння.

Ключові слова: критичне мислення, медіаграмотність, інформаційна безпека, тривожність, стресостійкість, держслужбовці.

Постановка проблеми. У контексті сучасної гібридної війни інформація перетворюється на потужний засіб впливу на людську свідомість і формування уявлень про дійсність. Вона здатна спотворювати факти, активізуючи когні-

тивні упередження та послаблюючи здатність до об'єктивного аналізу подій. У таких умовах особливої важливості набуває розвиток навичок, що забезпечують громадянам здатність зберігати психологічну стійкість та інформаційну

безпеку, критично оцінювати медіаконтент, протидіяти маніпуляціям і сприяти поширенню правдивої інформації. Центральним чинником інформаційно-психологічного захисту виступає медіаграмотність, що охоплює здатність критично осмислювати зміст медіа, розрізняти достовірні факти й елементи пропаганди, а також споживати інформацію свідомо та вибірково. Особливої актуальності проблема медіаграмотності набуває в діяльності державних службовців, які в умовах війни не лише особисто ризикують піддатися інформаційним атакам агресора, а й мають відповідальність за прийняття рішень, що впливають на безпеку громадян та функціонування державних інституцій. Саме тому вивчення рівня медіаграмотності та критичного мислення у представників державного сектору, виявлення зв'язку між рівнями критичного мислення й медіаграмотності та стресостійкістю й рівнем тривожності, а також оцінка ефективності тренінгового втручання, спрямованого на розвиток навичок критичного мислення й медіаграмотності, є необхідною умовою забезпечення психологічної стійкості як на індивідуальному, так і на інституційному рівні, а також слугуватиме підґрунтям для формування ефективної інформаційної політики й протидії дезінформації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В умовах сучасної гібридної війни медіаграмотність розглядається як комплекс когнітивних, аналітичних і соціально відповідальних навичок, що забезпечують здатність особистості критично оцінювати, фільтрувати та створювати інформаційний контент. Згідно з Е. Врагою та М. Таллі, медіаграмотність – це поведінкова практика, що передбачає перевірку джерел, аналіз жанрових особливостей контенту і формування навичок розпізнавання фейків та маніпуляцій [6, с. 5]. С. Вайнбург з колегами вводять поняття «цивільної онлайн-логіки» як здатності визначати достовірність інформації через критичне мислення та цифрову компетентність [7, с. 3]. Вітчизняна дослідниця Н. Заріцька акцентує увагу на світоглядному вимірі медіаграмотності, яка охоплює не лише аналітичну роботу з текстом, а й усвідомлення соціокультурного контексту повідомлень [1, с. 151]. У свою чергу, О. Ткачишина підкреслює важливість метакогнітивних процесів – рефлексії та усвідомлення власних упреджень, що формує інформаційну автономію людини [2, с. 359]. У контексті інформаційної безпеки Н. Марута і М. Маркова підкреслюють небезпеку інформаційно-психологічного впливу,

який призводить до спотворення сприйняття реальності, руйнації ціннісних орієнтирів та послаблення емоційної стабільності [3, с. 24]. Відповідно, розвиток медіаграмотності виступає інструментом протидії інформаційній агресії та засобом психологічного захисту. Ст. Голл у своїй моделі кодування-декодування показав, що інтерпретація медіаповідомлень значною мірою залежить від соціального досвіду отримувача, що узгоджується з уявленням про критичне мислення як процес рефлексивного осмислення інформації [8]. Українська дослідниця Г. Нерсесян наголошує на ролі медіаграмотності як засобу спротиву пропаганді, підкреслюючи, що вона виступає захисним бар'єром у війні за свідомість громадян [5, с. 58]. Розвиток цих компетентностей дозволяє формувати критично мисляче суспільство, здатне до опору інформаційно-психологічному тиску, збереження цілісності психіки та побудови конструктивного дискурсу.

В умовах повномасштабної війни, коли інформаційні атаки ворога детально сплановані, а переважна більшість населення України перебуває у постійному стресі, на наш погляд, необхідно приділити увагу виявленню зв'язку між рівнями критичного мислення й медіаграмотності та стресостійкістю й рівнем тривожності. До того ж, вважаємо з доцільне проведення оцінки ефективності тренінгового втручання, спрямованого на розвиток зазначених вище навичок.

Постановка завдання. Дослідити рівень критичного мислення та медіаграмотності державних службовців, встановити їх взаємозв'язок із психологічними характеристиками, зокрема тривожністю та стресостійкістю, а також оцінити ефективність тренінгових програм, спрямованих на розвиток зазначених когнітивних навичок і підвищення психологічної стійкості в умовах інформаційного впливу.

Відповідно до мети дослідження нами сформульовані наступні завдання: 1. Оцінити рівень критичного мислення та медіаграмотності держслужбовців; 2. Вивчити зв'язок зазначених навичок з психологічними факторами, такими як тривожність і стресостійкість; 3. Оцінити ефективність тренінгових втручань для покращення критичного мислення та медіаграмотності. Об'єктом дослідження виступають психологічні особливості державних службовців в умовах інформаційного впливу. Предметом дослідження є взаємозв'язок рівня критичного мислення та медіаграмотності державних службовців із їхньою тривожністю та стресостійкістю, а також вплив тренінгових втру-

чань на розвиток зазначених навичок і психологічної стійкості.

Виклад основного матеріалу. Дослідження ґрунтується на когнітивно-біхевіоральному підході, який розглядає критичне мислення та медіаграмотність як навички, що можуть бути сформовані й модифіковані через навчальні втручання. Теоретичну базу також становлять концепції інформаційної гігієни, стресостійкості, тривожності (на основі теорій Ч. Спілберґера, Г. Лазаруса) та критичного мислення (моделі Е. Глейзера, Р. Енніса). Емпіричні методи дослідження включають: 1. Тест критичного мислення Л. Старкі (адаптація О.Л. Луценко, 2004): 27 питань для оцінки рівня критичного мислення (максимум 27 балів); 2. Авторський тест медіаграмотності: 20 заголовків новин (50% реальних, 50% фейкових), кожна правильна відповідь оцінюється в 1 бал. Рівні: високий (17–20), середній (13–16), низький (9–12), критично низький (0–8); 3. Методику оцінки стресостійкості та соціальної адаптації Д. Холмса і К. Раге: оцінка стресогенності життєвих подій за останні два роки (високий: 50–199, межовий: 200–299, низький: 300+); 4. Методику оцінки особистісної і ситуативної тривожності Ч. Спілберґера і Ю. Ханіна: шкали для вимірювання рівня тривожності (від 20 до 80 балів; низький: до 30, помірний: 31–44, високий: 45+); 5. Тест стресостійкості К. Шрайнера: оцінка здатності до самоконтролю в стресових ситуаціях (висока: 0–4, середня: 5–7, слабка: 8–9). Статистичні методи обробки результатів: описова статистика (середні, медіани, стандартні відхилення); кореляційний аналіз за Пірсоном.

У межах дослідження нами була сформована вибірка із 76 осіб, у склад яких увійшли працівники Управління розвитку інформаційних технологій Житомирської міської ради та суміжних структурних підрозділів установи (16 осіб), а також представники інших державних установ. Всі учасники дослідження були у віці 20–66 років, 41% чоловіків, 59% жінок, мали різні рівні освіти. Етапи дослідження: 1. Теоретичне обґрунтування проблематики, формулювання гіпотез; 2. Проведення первинного діагностичного обстеження; 3. Реалізація тренінгової програми; 4. Повторна діагностика; 5. Аналіз результатів і формулювання висновків.

1. Оцінка рівнів критичного мислення та медіаграмотності держслужбовців. В умовах ведення гібридної війни та постійного інформаційного тиску з боку ворога здатність державних службовців до критичного осмислення інформації

та їх медіаграмотність стають важливими чинниками національної безпеки. Вивчення цих характеристик дозволяє оцінити рівень психологічної готовності працівників державного сектору до інформаційного протистояння.

З метою емпіричної перевірки рівнів критичного мислення було застосовано тест Л. Старкі, який дозволяє оцінити здатність до аналітичного, логічного мислення та формування обґрунтованих висновків.

Отримані результати засвідчили, що: 18 осіб (24%) продемонстрували високий та дуже високий рівень критичного мислення, що свідчить про сформовані навички аргументованого аналізу інформації, розпізнавання маніпуляцій і логічних помилок; 37 осіб (49%) показали середній рівень, що вказує на наявність базових критичних компетентностей, які потребують подальшого розвитку; 21 особа (27%) мали низький рівень критичного мислення, що є загрозливим чинником у контексті їх професійної діяльності, особливо в умовах високої інформаційної вразливості.

Паралельно було проведено діагностику рівня медіаграмотності респондентів із використанням авторського тесту, який оцінює здатність орієнтуватися в медіапросторі, критично сприймати повідомлення ЗМІ, розпізнавати фейки та інформаційні маніпуляції. За результатами: 16 осіб (21%) мали високий рівень медіаграмотності (17–20 балів), що демонструє стійкість до інформаційного впливу та високий рівень цифрової компетентності; 32 особи (42%) показали середній рівень (13–16 балів), що свідчить про часткове володіння необхідними знаннями та навичками, але також вказує на потребу в подальшому навчанні; 19 осіб (25%) мали низький рівень (9–12 балів), що засвідчує недостатню обізнаність у питаннях безпечного споживання інформації; 9 осіб (12%) продемонстрували критично низький рівень медіаграмотності (0–8 балів), що створює потенційні ризики як для самих держслужбовців, так і для установ, у яких вони працюють.

Результати дослідження свідчать про неоднорідний рівень підготовленості держслужбовців до викликів інформаційної війни. Понад половина респондентів мають середній або низький рівень критичного мислення, а також недостатній рівень медіаграмотності. Це вказує на потребу у впровадженні систематичних освітніх та тренінгових програм із розвитку інформаційної стійкості, зокрема в межах підвищення кваліфікації для держслужбовців. Такий підхід сприятиме формуванню більш захищеного державного апа-

рату в умовах гібридних загроз та забезпеченню ефективного функціонування інституцій навіть під впливом деструктивного інформаційного середовища.

2. Дослідження зв'язку критичного мислення та медіаграмотності із психологічними факторами – тривожністю та стресостійкістю. Вивчення взаємозв'язку між когнітивними особливостями (рівнями критичного мислення та медіаграмотності) та психологічними чинниками (рівнями тривожності й стресостійкості) є ключовим для розуміння ефективності психоемоційного функціонування державних службовців в умовах інформаційного тиску. У контексті війни, коли на державні установи та посадовців спрямовані численні інформаційно-психологічні атаки, здатність особи мислити критично, аналізувати медіаінформацію та зберігати емоційну рівновагу стає надзвичайно важливою умовою їхньої психологічної безпеки.

Рівень критичного мислення оцінювався за тестом Л. Старкі, а рівень медіаграмотності – за авторською методикою. Показники тривожності визначалися за методикою Спілберга-Ханіна, а рівень стресостійкості – за тестом К. Шрайнера.

Згідно з результатами оцінки ситуативної тривожності: 20 осіб (26%) продемонстрували низький рівень, 38 осіб (50%) – середній рівень, 18 осіб (24%) – високий рівень ситуативної тривожності. Разом з тим, особиста тривожність розподілилась наступним чином: 17 осіб (22%) мали низький рівень, 41 особа (54%) – середній, 18 осіб (24%) – високий рівень особистої тривожності. У свою чергу, рівень стресостійкості, за тестом К. Шрайнера, розподілився так: 25 осіб (33%) продемонстрували високий рівень стресостійкості (0–4 бали), 35 осіб (46%) – середній рівень (5–7 балів), 16 осіб (21%) – низький рівень стресостійкості (8–9 балів).

Подальший аналіз показав наявність взаємозв'язку між рівнями критичного мислення, медіаграмотності та показниками тривожності й стресостійкості. Так, учасники з високим рівнем критичного мислення значно частіше демонстрували низький рівень як ситуативної, так і особистої тривожності, а також високу стресостійкість. У цій групі також спостерігався вищий рівень медіаграмотності, що свідчить про сформовані навички раціонального реагування на інформаційні впливи.

Натомість особи з низьким рівнем критичного мислення та медіаграмотності частіше демонстрували високі рівні тривожності та низьку стресос-

тійкість, що свідчить про їхню більшу вразливість до інформаційно-психологічного впливу. Це підтверджує припущення, що критичне мислення та медіаграмотність відіграють роль психологічних буферів, які знижують негативні емоційні реакції на стресові інформаційні стимули.

3. Оцінка ефективності тренінгових втручань для покращення критичного мислення та медіаграмотності. Тренінгове втручання проводилось у п'ять етапів. На першому етапі увага приділялась когнітивним упередженням й логічним помилкам; на другому – аналізу інформаційних атак на населення та державні установи, методам запобігання негативному впливу інформації на психологічний стан особистості; на третьому етапі – інфогігії, кореляції критичності мислення зі збільшенням інформаційного навантаження в динаміці; на четвертому етапі – принципи створення медіаповідомлень та інформування населення з боку державних установ; на заключному етапі проводився відбір тренінгових завдань для впровадження у професійну діяльність й у роботу з населенням.

Результати після тренінгу. У групі з низьким та середнім рівнем критичного мислення і медіаграмотності (n = 32) було проведено п'ять тренінгових занять. Повторна діагностика засвідчила: підвищення рівня критичного мислення в середньому на +3,2 бала; підвищення медіаграмотності в середньому на +4,6 бала; зменшення рівня ситуативної тривожності на -6,3 бала; підвищення стресостійкості у 79% учасників (таблиця 1).

Таблиця 1
Порівняльні середні значення
до та після тренінгу

Показник	До тренінгу	Після тренінгу
Критичне мислення (макс. 27)	15,2	18,4
Медіаграмотність (макс. 20)	11,1	15,7
Ситуативна тривожність	46,7	40,4
Стресостійкість (0–9)	7,2	5,1

У групі працівників управління (n=16) середнє значення за всіма шкалами демонструє високу резистентність до інфоатак. Респонденти з низькою медіаграмотністю, навіть за умов середнього критичного мислення, демонстрували вищий рівень тривожності та низьку стресостійкість.

Після реалізації тренінгової програми у групі з низьким і середнім рівнем критичного мислення і медіаграмотності зафіксовано статистично зна-

чуші позитивні зміни: підвищення середніх балів за шкалами критичного мислення та медіаграмотності, зменшення ситуативної тривожності та зростання рівня стресостійкості.

Висновки. 1. Проведений аналіз наукових публікацій засвідчив, що критичне мислення й медіаграмотність дедалі частіше розглядаються як ключові чинники психологічного захисту особистості в інформаційну епоху. Особливої актуальності ці компетентності набувають для працівників державного сектору в умовах гібридної війни.

2. Емпіричне дослідження рівнів критичного мислення та медіаграмотності серед державних службовців Управління розвитку інформаційних технологій Житомирської міської ради та суміжних структурних підрозділів установи, а також представників ряду інших державних установ, показало нерівномірність розвитку цих якостей: лише 24% учасників мали високий рівень критичного мислення, а 21% – високий рівень медіаграмотності. Більшість продемонстрували середні або низькі показники, що вказує на потребу в цілеспрямованому формуванні цих навичок.

3. Рівні тривожності та стресостійкості серед досліджуваних виявили емоційно-психологічну напруженість: понад 48% мають середній або високий рівень ситуативної та особистої тривожності, а 21% – низький рівень стресостійкості. Це свідчить про психоемоційну вразливість у частини держслужбовців.

4. Виявлений зв'язок між когнітивними та психологічними чинниками засвідчив, що особи з вищими показниками критичного мислення та медіаграмотності, як правило, мають нижчі рівні тривожності та вищу стресостійкість. Це підтверджує гіпотезу про буферну функцію когнітивних навичок у запобіганні негативному впливу інформаційного середовища.

5. Практичний висновок полягає в необхідності інтеграції програм з розвитку критичного мислення й медіаграмотності до систем професійного навчання державних службовців. Це дозволить підвищити їхню психологічну стійкість, адаптивність до інформаційного навантаження та рівень професійної безпеки в умовах гібридних загроз.

Список літератури:

1. Заріцька Н.М. Медіаграмотність у контексті забезпечення інформаційно-психологічної безпеки в умовах гібридної війни: результати теоретичного аналізу. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2021. № 4. С. 150–154.
2. Ткачишина О.Р. Медіаграмотність як основа психологічної безпеки особистості у сучасному інформаційному середовищі. *Організація безпечного освітнього середовища*. Тернопіль: ТОКІППО, 2023. С. 356–360.
3. Марута Н.О., Маркова М.В. Інформаційно-психологічна війна як новий виклик сучасності: стан проблеми та напрями її подолання. *Український вісник психоневрології*. 2015. Т. 23. Вип. 3(84). С. 21–28.
4. Медіаграмотність // Вікіпедія: вільна енциклопедія. URL: <https://uk.wikipedia.org/wiki/Медіаграмотність> (дата звернення 05.07.2025).
5. Нерсисян Г.А. Медіаграмотність молоді – запорука протидії інформаційній агресії. *Інвестиції: практика та досвід*. 2018. № 6. С. 56–60.
6. Vraga E. K., Tully M. Theorizing news literacy behaviors. *Communication Theory*. 2020. Vol. 31. P. 1–21.
7. Wineburg S., McGrew S., Breakstone J., Ortega T. Evaluating information: the cornerstone of civic online reasoning. *Stanford Digital Repository*. 2016. URL: <https://purl.stanford.edu/fv751yt5934> (дата звернення 05.07.2025).
8. Hall S. Encoding and Decoding in the Television Discourse. CCCS Selected Working Papers / ed. A. Gray. Abingdon. 2007. Vol. 2. P. 386–398. URL: <https://surl.li/valmbo> (дата звернення 07.07.2025).

Akhmetova L.A., Lytvynchuk A.I. DEVELOPMENT OF CRITICAL THINKING AND MEDIA LITERACY AS PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF PROTECTION AGAINST INFORMATION ATTACKS IN WAR CONDITIONS

The article highlights the results of an empirical study of critical thinking and media literacy as psychological mechanisms of protection against information attacks in the conditions of hybrid war. The study was conducted among employees of the Information Technology Development Department of the Zhytomyr City Council and related departments. The aim of the study was to identify the relationship between the level of critical thinking, media literacy, stress tolerance and anxiety level, as well as to assess the effectiveness of a training intervention aimed at developing the above skills. The study used the adapted critical thinking methodology of L. Starkey, the author's media literacy test, the Spielberg-Khanin anxiety scales, the Holmes-Rage methodology and the K. Schreiner stress tolerance test. The results showed statistically significant correlations: a high level of

critical thinking and media literacy is accompanied by low anxiety and high stress tolerance. In the group with lower indicators, a five-day training was conducted, after which a significant improvement in the indicators was recorded: an increase in the level of critical thinking and media literacy, a decrease in situational anxiety and an increase in psychological resilience. The changes were confirmed by repeated testing and statistical analysis. The data obtained confirm the hypothesis about the important role of cognitive skills in reducing vulnerability to information and psychological influence, which is especially relevant during hybrid warfare. The practical significance of the results lies in the possibility of using the developed training program in the activities of state institutions, educational and security structures as an effective tool for increasing information security, personnel's psychological resilience and strengthening the protection of people under information confrontation.

Key words: *critical thinking, media literacy, information security, anxiety, stress resistance, training interventions, civil servants.*

Дата надходження статті: 21.07.2025

Дата прийняття статті: 31.07.2025

Опубліковано: 30.09.2025