

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
СУМСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ЦЗДВН

Кафедра журналістики та філології

**ДОБІРКА ЖУРНАЛІСТСЬКИХ МАТЕРІАЛІВ
ІЗ СОЦІАЛЬНОЇ ПРОБЛЕМАТИКИ**

Collection of journalistic materials on social topics

Кваліфікаційна робота
освітнього рівня «бакалавр»
студентки спеціальності «Журналістика»
освітньої програми «Журналістика»
групи ЖТз – 61с
Діденко Інни Вікторівни

Науковий керівник
Сидоренко Ольга Павлівна,
кандидат пед. наук, доцент

Суми 2020

Діденко І.В. Добірка журналістських матеріалів із соціальної проблематики [Текст] : робота на здобуття кваліфікаційного ступеня бакалавра; спец.: 061 Журналістика / І. В. Діденко; наук. керівник О.П.Сидоренко. – Суми: СумДУ, 2019. – 27 с.

Робота має творчий характер. Автор з урахуванням аналізу медіаринку, а також інформаційних запитів читацької аудиторії пропонує добірку різножанрових журналістських матеріалів. Основною метою кваліфікаційної роботи є створення добірки журналістських матеріалів із соціальної проблематики.

Ключові слова: медіапсихологія, соціальна проблема, жанр.

ЗМІСТ

I. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА.....	4
ВСТУП.....	4
1. Аналіз інформаційного ринку та інформаційних запитів аудиторії	6
2. Специфікація інформаційного продукту.....	11
2.1. Структура.....	11
2.2. Авторська ідея.....	11
2.3. Технічні характеристики.....	11
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	13
II. ІНФОРМАЦІЙНИЙ ПРОДУКТ.....	14
ВИСНОВКИ.....	26
ДОДАТОК	

І. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

ВСТУП

Із появою інтернету журналістика модернізувалася. Вона стала ще більш всеохоплюючою, масштабною. ореол її впливу тепер не має кордонів та обмежень. Безумовно, журналістика на сучасному етапі її розвитку стала ще більш невіддільною від таких гуманітарних дисциплін як соціологія, філософія, етика та психологія. «Феномен ЗМІ» активно досліджується всередині цих дисциплін і охоплює питання маніпуляції, психології впливу матеріалів, творчої індивідуальності журналіста, аудиторії ЗМІ, етичні засади журналістики, філософію інформації та новини тощо.

Особливої уваги, через психологічний тиск, перенасичення негативною інформацією, низький рівень професіоналізму журналістів, заслуговує суміжність журналістики та психології, які у комплексі сформували таку дисципліну як «Медіапсихологія» («Психологія журналістики»). Фундаментальні дослідження, структурні підходи та роль «Медіапсихології» у загальній системі інформації вивчали такі вчені, як Олешко В. Ф., Пронін Є. І, Харріс Р., Проніна Є. Є., Шестеріна А. М., Кривопішина О. А., Кузін В.І. та інші.

На сьогодні досить актуальним є питання задоволення інформаційних запитів аудиторії та потреба в матеріалах, які торкаються соціальних проблем, а саме матеріалів соціально-психологічної проблематики. Сучасному суспільству конче необхідні такі матеріали, адже вони допомагають реципієнтам впоратися зі своїми проблемами та, у глобальному сенсі, слугують каталізатором негативних настроїв суспільства.

Мета нашої роботи – створити добірку журналістських матеріалів з соціальної проблематики.

Реалізація мети вимагає вирішення таких завдань:

– проаналізувати стан висвітлення соціально-психологічної проблематики на інформаційному ринку;

- дослідити інформаційні запити аудиторії на матеріали з соціально-психологічної проблематики;
- створити добірку журналістських матеріалів з соціально-психологічної проблематики.

Структура кваліфікаційної роботи: пояснювальна записка, яка містить вступ, обґрунтування необхідності інформаційного продукту на основі аналізу медіаринку, специфікацію інформаційного продукту, список використаних джерел; інформаційний продукт та висновки. Загальний обсяг кваліфікаційної роботи – 27 сторінок.

1. Аналіз інформаційного ринку та інформаційних запитів аудиторії

У сучасному інформаційному суспільстві все частіше йде мова про можливість аудиторії звертатися до подій в режимі реального часу та ставати їх співучасниками. Іванов В.М та Назаров В.І. у роботі «Массовая коммуникация в условиях глобализации» зазначають: «У цілому ж, поєднання можливостей комп'ютера з мережами телекомунікації «стискає» час та простір, зменшує значення національних кордонів, надає індивідам відчуття залучення до деякої глобальної спільноти» [1, с. 20]. Читач відчуває себе причетним до події, її прямим свідком та, таким чином, відчуває себе значимим.

Сучасна аудиторія ЗМІ знаходиться у пригніченому стані, відчуває тривогу за свою безпеку та безпеку суспільства, потребує зменшення відсотку новин з негативною конотацією. Та, можливо, ще більш жахливий психологічний ефект викликає цинічне ставлення журналістів (не усіх) до людської трагедії.

У соціально-психологічному плані, масова комунікація – це особистісна проблема. Олешко В.Ф. зазначає, що як свідчать дослідження (напр. Дж. Розен), інтелектуальне життя сучасної людини полягає у основному у кодуванні та декодуванні масових символів, а її життєвий успіх залежить від швидкості та адекватності розуміння медійних образів [6]. Отже, журналісти повинні допомагати у декодуванні інформаційних символів читачам, тлумачити їх, якщо у цьому є необхідність, а не навпаки – створювати нові бар'єри до розуміння, та сіяти неспокій.

Для дослідження інформаційного простору ми обрали:

- Офіційний сайт журналу «Psychologies» [7].
- Український інтернет-проект «Психолог» [2].
- Персональний сайт сумського психолога Юлії Луценко «В ритме женственности» [8].

Про тематику і проблемне коло матеріалів обраних ЗМІ свідчать назви рубрик. Авторський склад зазначений для того, щоб продемонструвати баланс спеціалістів різних галузей.

Офіційний сайт журналу «Psychologies» обраний нами тому, що є спеціалізованим, змістовним та якісним виданням. Матеріали журналу «Psychologies» представлені у рубриках: «Самопознание», «Люди», «Пара», «Сексуальность», «Родители», «Психотерапия», «Я и другие», «Забота о себе». Серед авторів: Катерина Дубровська – соціальний психолог, Яків Кочетков – психолог, Олена Романова – художник, дизайнер, стенограф, Андрій Максимов – журналіст, Серж Ефес – психоаналітик, Олександр Шишкин – консультант в області права та економіки, Жан-Клод Кауфман – соціолог, Галина Цукерман – доктор психологічних наук, шкільний психолог.

Інтернет-видання «Психолог» – це також спеціалізований проект. Матеріали проекту «Психолог» представлені у рубриках: «О новостях», «О жизни», «О семье и отношениях», «О бизнесе», «О детях», «О женщинах», «О мужчинах», «О снах», «О сексе», «О себе и людях», «Студенту». Для проекту пишуть як позаштатні автори так і редакційні психологи та журналісти. Серед авторів: Чепорнюк Євген – практикуючий психолог, групп-аналітик, Іванченко Ольга – практикуючий психолог, спеціаліст з гештальт-терапії, маркетолог, Іваницька Катерина – практикуючий психолог, Роменський Максим – бізнес-тренер, Оксана Дуплякіна – журналіст та інші.

Сайт Юлії Луценко «В ритме женственности», обраний нами тому, що це єдиний сумський сайт, усі матеріали якого мають психологічну проблематику. Матеріали сайту представлені в рубриках: «Глазами мужчины», «Отношения с мужчинами», «Праздники в жизни женщины», «Разное интересное», «Я – женщина» і охоплюють у більшості теми жіночої психології та час-від-часу торкаються теми психології сім'ї та соціуму. Виклад матеріалів інтимізований, але, зважаючи на те, що Юлія Луценко психолог, такий виклад є виправданим.

Узагальнення змісту рубрик дозволило виявити коло психологічних проблем, що піднімаються у матеріалах та, як наслідок, збалансованість тем обраних ЗМІ (див. рис. 1).

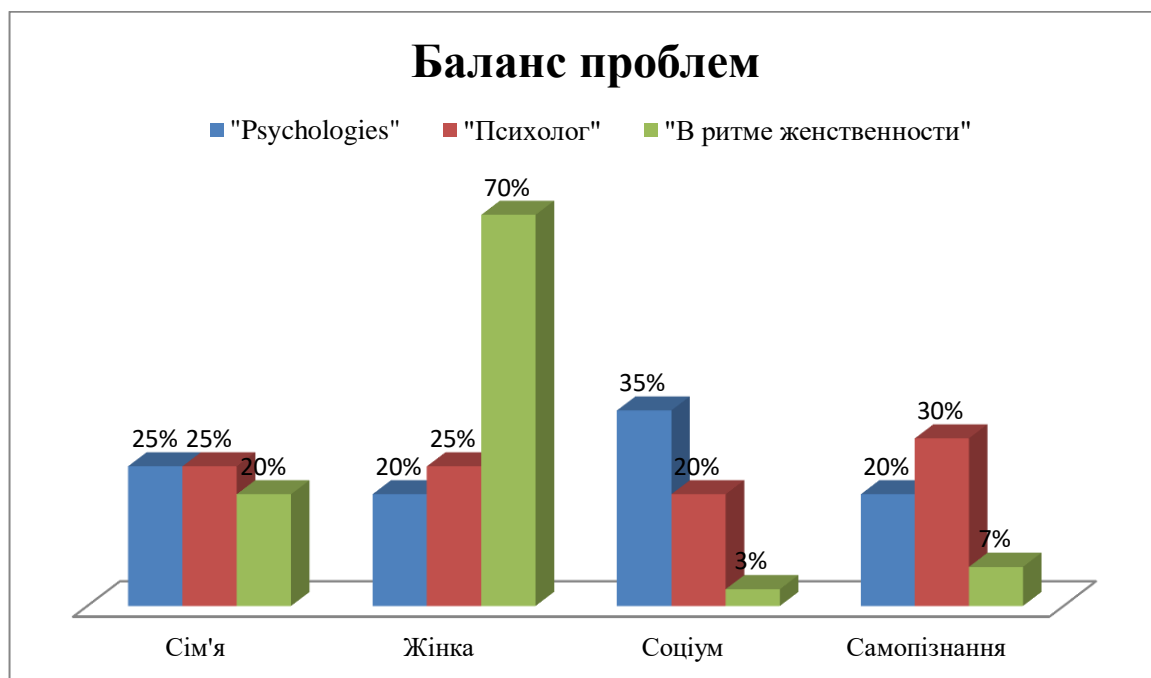


Рис. 1 – Тематичне поле публікацій

Як бачимо, збалансованості тем не дотримується сумський сайт «В ритме женственности», тоді як «Psychologies» та «Психолог» пропонують читачам більш-менш збалансовану тематичну палітру.

Нами виявлено, що в інформаційному просторі Сумщини немає ЗМІ, що спеціалізуються на питаннях соціальної психології. Отже, запропонований нами інформаційний продукт буде цікавим для інформаційного простору Сумщини.

Специфікація аудиторії. Для того, щоб з'ясувати інформаційні запити аудиторії, ми провели анкетування.

Задля того, щоб отримати достовірні результати з мінімальною похибкою, нами було опитано 90 осіб різного віку та статі (приклад анкети соціологічного опитування див. у Додатку А). 65 % опитуваних різного віку та статі відповіли, що вони часто стикаються у житті з психологічними проблемами.

Результати опитування демонструють, що чим молодша аудиторія, тим частіше вона стикається з психологічними проблемами і тим більшу потребу у матеріалах соціально-психологічної проблематики вона має (див. рис. 2). До того ж за допомогою і роз'ясненнями проблеми молода аудиторія звертається більше до інтернету, у той час як більш старші люди звертаються до спеціалістів-психологів та друзів, батьків. Робимо висновок, що основна маса матеріалів має бути спрямована на неповнолітніх та молодих осіб.

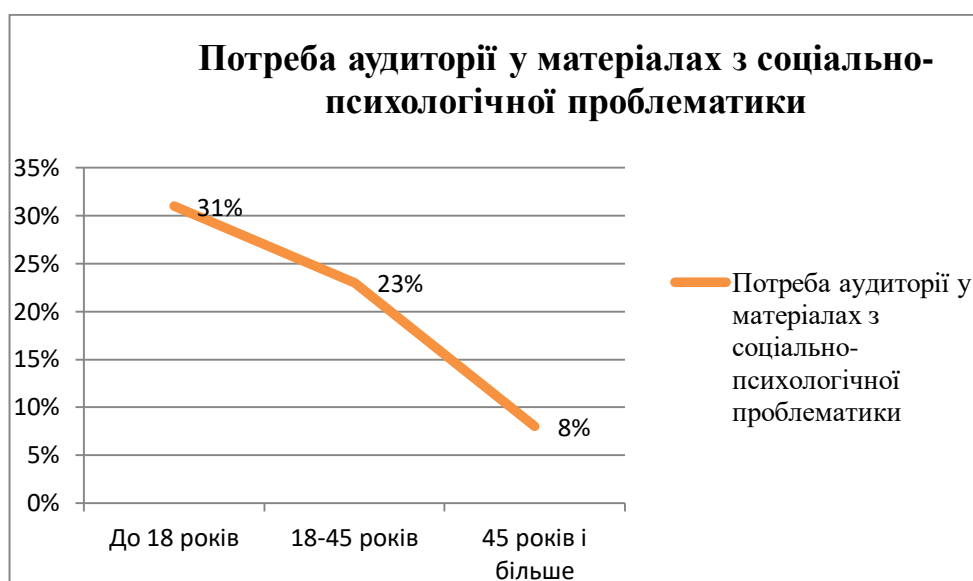


Рис. 2 – Інформаційні запити аудиторії

Також, опитування показало, що до ЗМІ у разі необхідності постійно звертається лише 23 % опитаних, інші ж зі своїми психологічними проблемами йдуть до психологів та батьків, друзів. Ті, хто до ЗМІ не звертається – 76 відсотків, вважають, що інформаційний простір не достатньо забезпечений матеріалами з соціальної психології.

Щодо забезпеченості інформаційного простору (див. мал. 3) матеріалами з соціально-психологічної проблематики, відповідь майже стовідсоткова – «недостатньо».



Рис. 3 – Соціально-психологічна проблематика в ЗМІ

50 % опитуваних дали незадовільну оцінку якості матеріалів ЗМІ з проблем соціальної психології (див. рис. 4).

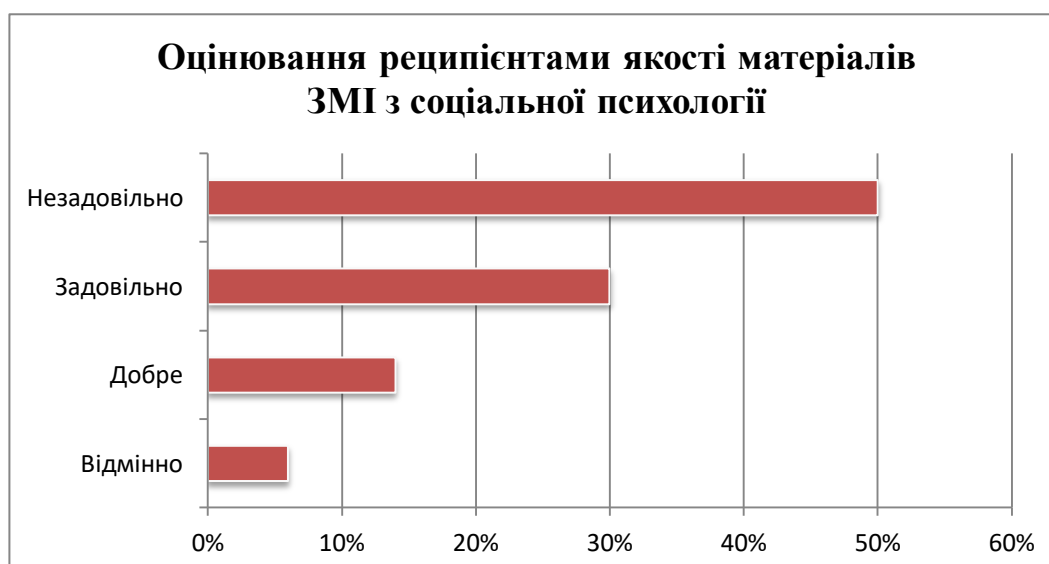


Рис. 4 – Якість матеріалів, за оцінкою реципієнтів

Звичайно, це лише суб'єктивний погляд, але все-таки оцінка аудиторії варта того, щоб замислитись і зайнятися вивченням соціальної психології та подальшим написанням матеріалів з цієї теми.

2. Специфікація інформаційного продукту

2.1. Структура

Інформаційний продукт складається із чотирьох власних матеріалів, написаних у різних жанрах: «По іншу сторону наркозалежності» (стаття); «Форми виховання дітей» (інтерв'ю); «Дозволяю-відмінюю». Гігієна думок» (есе); «Експібіціонізм у соціальних мережах» (проблемне есе).

2.2. Авторська ідея та мета

Матеріали з соціально-психологічної проблематики потрібні для того, щоб забезпечувати аудиторію інформацією про основні психологічні проблеми суспільства та особистості, вказувати на їх причини, наслідки та окреслювати шляхи подолання.

Мета запропонованої добірки матеріалів – забезпечити суспільство знаннями про основні психологічні проблеми особистості та людства в цілому, дати ґрунтовну характеристику цих проблем, через образи, наочні приклади та історії з життя сприяти глибокому розумінню психологічних проблем, а також за допомогою коментарів спеціалістів та опрацювання спеціалізованої літератури окреслити шляхи подолання цих проблем.

2.3. Технічні характеристики

Авторський (або друкований) аркуш – міра обліку обсягу тексту в журнальному та поліграфічному видавництві. Один аркуш дорівнює 40000 друкарський знаків (букв, цифр, розділових знаків, включаючи й інтервали між ними).

В матеріалі «По іншу сторону наркозалежності» 5573 друкованих знаків з пробілами, що становить 0,14 авторського аркуша.

В матеріалі «Форми виховання дітей» 5968 друкованих знаків з пробілами, що становить 0,15 авторського аркуша.

В матеріалі «Дозволяю-відмінняю». Гігієна думок» 5016 друкованих знаків з пробілами, що становить 0,13 авторського аркуша.

В матеріалі «Експібіціонізм у соціальних мережах» 5087 друкованих знаків з пробілами, що становить 0,13 авторського аркуша.

Увесь інформаційний продукт становить 0,55 авторського аркуша.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Иванов В. Н., Назаров М.М. Массовая коммуникация в условиях глобализации // СОЦИС. 2003. № 10.
2. Интернет-проект «Психолог» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psychologist.com.ua/psychologist/index.php>.
3. Кузин В.И. Психологическая культура журналиста/ В.И. Кузин. – СПб, 2004. – С. 22.
4. Михайлін І.Л. Основи журналістики: підручник/ І.Л. Михайлін. – 5-те видання, доповнене і перероблене. – К.: Центр учбової літератури, 2011. – 482с.
5. Михайлов Б.В. Стратегічні шляхи розвитку психотерапії та медичної психології в Україні/ Б.В. Михайлов, С.І. Табачников, Н.О. Марута, В.В. Кришталь, О.І. Сердюк //Український медичний альманах. – 2004. – Т.7, №4 (додаток). – С. 99–102.
6. Олешко В.Ф. Психология журналистики: [Учебное пособие]/ В.Ф. Олешко. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 2006. – 240 с.
7. Офіційний сайт журналу «Psychologies» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.psychologies.ru>.
8. Персональний сайт психолога Юліи Луценко «В ритме женственности» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.yulialutsenko.com.ua>.
9. Пронин Е.И. Печать и общественное мнение/ Е.И. Пронин. – М., 1971. – С. 10.
10. Словник журналіста. Терміни, мас-медіа, постаті/ [за ред. Ю.Бдзілі]. – Ужгород, 2007.
11. Шестерина А.М. Психология журналистики/ А.М. Шестерина. Воронеж: Изд-во Воронеж.гос. ун-та, 2010. – 368 с.

II. ІНФОРМАЦІЙНИЙ ПРОДУКТ

По іншу сторону наркозалежності

- *Хто такий «наркоман»?*

«Наркоман – це вже не людина, йому вже нічого не цікаво. Людині просто кінець, і тільки якщо він сам захоче, то кине це... і то, це вже не лікується. Це жахливе діло. Не приведи Господь стикнутися з таким...» (Людмила Степанівна, 75 років).

«Это человек, который зависим от кайфа. Если у него нет денег, то в обществе он видит только цель к обогащению. Это тунейдец. Даже убийцу прощают матери, наркомана – нет. Нарокмания – это отвратительно. За наркоманами не плачут» (Ольга Юрїївна, 42 роки).

«Наркоман – це хвора людина, яка має залежність від наркотичних речовин. Це така ж залежність, як і, наприклад, залежність від інтернету. Таких людей треба лікувати» (Марина, 21 рік).

«Человек зависимый от наркотиков, неумеющий себя контролировать. Ему все время нужна новая доза и куча денег, жить он, блин, не может без этого. Это абсолютно больной человек и дурак. Ненавижу таких людей. Они просто убивают себя» (Даша, 13 років).

«Це той, хто колеться. До наркоманів не можна підходити, бо вони заразні і можуть витягти в тебе гроші» (Артем, 4 роки).

Суспільство – складний і жорстокий механізм. Воно не приймає до себе когось, хто може потенційно йому нашкодити. Суспільство радше образить, вичавить, роздавить і викине не гідну його частину.

Алкозалежні, наркозалежні, ті, хто має проблеми з психічним здоров'ям, – ніхто не має жити у здоровому соціумі. Такі люди в усьому винні, нічого не варті, ні на що не спроможні, небезпечні та огидні нашому високоморальному, цивілізованому суспільству. Що корисного вони можуть дати людству? Тільки заважають праведно жити.

- Я бачила, як наша сусідка хоронила сина-наркомана. Вона перехрестилася і зітхнула. Я знаю, що то було зітхання полегшення.

Наше суспільство не здорове, бездушне. Пропаганда проти наркотиків, що є у нас зараз – не діє, а, якщо і діє, то створює нову проблему – відразу від наркозалежних.

Фільм, що демонструють дітям у школах, побудований лише на одній стороні проблеми – на страшній демонстрації результату довготривалого споживання – гангрени, нариви, хвороби. Наркозалежні самі зізнаються, що вони бачили усе це на власні очі, ще до того, як спробували вперше і їх не лякали ці картини. Тоді чому, ми розраховуємо на те, що когось зупинить така пропаганда? У результаті, як свідчить статистика, – відсоток наркозалежних зростає, а ставлення суспільства до наркоманів гірше, ніж до злочинців – їм ніхто не співчуває, не хоче допомогти, їх цураються, бояться, ненавидять.

Створені довкола наркотиків стереотипи, повішені на наркозалежних людей кліше – це бар'єр до одужання. Одужання від залежності, говорять наркологи, – це не тільки власне бажання, лікування, психологічна реабілітація, це ще і повернення хворого до соціуму. Наркозалежна людина не повернеться до суспільства, бо суспільство не хоче, щоб вона поверталася. Свідомо і підсвідомо хворий знає, що не потрібний соціуму. Пацієнти бояться виходити з реабілітаційних центрів не тільки тому, що є шанс знову повернутися до наркотиків, а ще й тому, що їм на кожному кроці будуть нагадувати про минуле, карати їх за помилки і позбутися цієї тіні не вдасться ніколи. Страх бути відчуженим, не прийнятим, не зрозумілим заважає лікуванню та знижує шанс на повну ремісію.

Одужати від наркозалежності можна і наркомани у минулому бувають, просто суспільство не може досі це зрозуміти та прийняти.

- А якщо твою квартиру пограбує наркоман і зірве золото з твоєї мами?

- Яка різниця, хто це зробив? Мою квартиру та маму пограбували і мені все-одно, що зробив це саме наркозалежний!

Слово «наркоман» для суспільства це вже давно прозивне. Люди ніяк не можуть зрозуміти, що наркозалежність – це хвороба. Наркозалежних не можна ототожнювати з вбивцями, крадіями – це зовсім різні речі, це те ж саме, що назвати хворого на грип учня у класі терористом, через те, що він розносить інфекцію у школі.

Коли справа стосується наркозалежних не діє навіть клятва Гіппократа. Пацієнти Сумського реабілітаційного наркологічного центру розповідають, що лікарі «швидкої», коли дізнаються хто перед ними, іноді навіть відмовляються надавати допомогу. Людська байдужість сьогодні не має меж.

- *Я звичайно допоможу людині, якщо буду проходити повз, але якщо у неї на венах «дороги», я просто викличу швидку.*

- *А якщо допомога потрібна негайно?*

Ми ненавидимо те, про що майже нічого не знаємо, чого боїмось. Мало хто бачив іншу сторону залежності, мало хто хоч раз намагався усвідомити, як це, бути викинутим із суспільства і відчувати, що тебе там не чекають.

Те, як суспільство налаштоване до наркозалежних людей аж ніяк не сприяє зниженню сумної статистики та одужанню хворих. Навпаки – через те, що посилюється напруженість, переважають негативні настрої, роботу наркологів можна вважати марною. Варто змінити своє ставлення до проблеми наркозалежних та пропагандистку роботу негайно, інакше уся наркополітика в Україні не матиме сенсу.

21 століття – людство прагне до абсолютної демократії, приміряє на себе європейські стандарти, називає себе цивілізованим, розвиненим та високоінтелектуальним. Абсурдні речі кояться у нашому суспільстві, абсурдні думки та нелогічні судження сидять у наших головах. Те, як наше суспільство сприймає наркозалежних – ненормально, не людяно, не ефективно.

Усі, хто категорично зневажає таких людей, кричить, що вони вже не мають шанс бути повноправним членом суспільства – куди подівся ваш хвалений гуманізм? Якщо ви любите людей, то любіть усіх, без винятків.

Форми виховання дітей

Батьки самі обирають, як їм виховувати свою дитину. Це – власна справа кожного і тут вже не можна щось нав'язувати чи примушувати, можна тільки пояснювати і радити (звичайно, якщо ваші методи не призводять до звернення у служби соціопіки). Хтось наслідує прийняту в сім'ї традицію у вихованні і виховує свого малюка так само, як це робили його батьки, хтось навпаки – кардинально змінює форму і метод, аргументуючи це власними дитячими травмами і побоюючись схожої долі для своєї дитини.

Останнім часом пари стали і одружуватися раніше і, як наслідок (чи навпаки), раніше ставати батьками. Часто молоді сім'ї, у силу своєї недосвідченості, просто не знають, який метод у вихованні їм обрати, аби дитина виросла високоморальною, доброю та цілеспрямованою.

У сім'ї, як і в країні, є влада. Як раз на прикладі сімейної влади та батьківської форми правління можна розмежувати і форми виховання дітей, для батьків-початківців. Показова мама 7-річного Андрія, та дитячий психолог за освітою, Ірина Проценко, з радістю погодилася прокоментувати запропонований нами поділ, та дати власні поради молодим батькам.

Ірина Проценко: «Ми з чоловіком стали батьками ще зовсім юними: я – у 18, він – у 21. Якщо б не мої знання по психології, не солодко б нам прийшлося з Андрієм. Усе, що я вчила на курсі, звичайно, знайшло своє місце у реальному житті. Якщо у вас є час і можливість вивчати дитячу психологію, або читати статті з виховання – не зволікайте. Хапайте книжку, заходьте у інтернет і читайте, читайте. Гарантую – вам стане набагато легше знайти спільну мову з малим».

Тож, перейдемо до форм виховання, та на прикладі форм правління країною розпишемо що і як відбувається у маленьких сімейних державах.

Якщо батьки – монархи, то виховання ґрунтуватиметься на обмеженні свободи дитини, направленому на навчання. Обов'язковий послух стане головним акцентом у вихованні, високі моральні, духовні принципи, власне створені еталони прищеплюються дитині з найменших років. Батьківський

авторитет – закон, будь-які революції придушуються одразу. Така форма виховання передбачає сувору систему санкцій (покарання), у разі непослуху. Дитина, яка виросла в сім'ї батьків-монархів, буде високоморальною, принциповою, ввічливою, прагнучим до знань і справедливості. Обираючи для своєї родини таку форму, не переступіть межу у покараннях дитини та не захопіться власною владною силою, бо в такому випадку малюк може вирости жорстоким та «відігратися» на власних дітях. Будьте суворими, але у той самий час заохочуйте своїх чад.

«Я б ще додала батьків-теократів, – говорить Ірина, – пам'ятаєте нещодавно вийшла екранізація «Керрі», Стівена Кінга. Так от, мати Керрі – справжня теократка у вихованні. Залякування Божою карою, примус до християнського послуху, благоговіння перед Богом, жахливі покарання – такий метод дуже часто межує з фанатизмом у релігії, та може обернутися для малечі бідою, як це сталося і з славнозвісною Керрі. Але якщо виховувати дитину згідно з християнськими канонами, не перегрібаючи палицю, то це, звичайно, чудово відобразиться на малечі».

Батьки-демократи у вихованні дітей більш стримані і м'які. У такій сім'ї дитина, як і всі інші, має голос, право вибору, як і належить в демократії. Батьки так само приділяють особливу увагу навчанню, але вже не примушуючи, а зацікавлюючи дитину. У такій сім'ї мало не на першому місці стоїть розвиток талантів і здібностей малюка, його естетичне виховання. Так само акцент на мораль і етику, але не такий жорстокий як у сім'ї монархів. Покарання пом'якшуються, переходять в усну форму і, найчастіше, у форму виховної бесіди. Дитина, яка виросла в такій сім'ї – ввічлива і порядна, часто застосовує демократичну форму влади в майбутньому і в своїй родині. Є вагомий мінус – якщо переборщити з вольностями, то малюк може стати занадто розбещеним і завдати своїм батькам багато клопоту.

«Ми – справжні демократи! – гордо розповідає Ірина, – У нас у сім'ї чесний розподіл обов'язків, кожен має право голосу і може вільно виражати свою думку про мої страви, не боячись при цьому, бути жорстоко покараним.

Але є одна розбіжність – президента у нас не обирають – я правлю завжди, навіть якщо хтось проти».

Сім'я лібералів – це сім'я, в якій усі рівні. Батьки приділяють більшу увагу іграм і меншу навчанню, залишаючи дитині право вибору і не примушуючи ні до чого. Вважають, що з віком дитина сама до всього прийде, а насиллям нічого не доб'ється. З такої родини може вийти творча, креативна особистість, що має власний погляд на світ і людей, але може вийти і нехлюй.

Варто відзначити, що у виборі форми виховання дітей, потрібно враховувати психічні особливості дитини. До кожного малюка потрібен окремий підхід, який не так вже й легко знайти. По мірі дорослішання можна чергувати форми виховання, оскільки кожному періоду властиві свої проблеми. Тому найкраще застосовувати змішаний стиль, черпаючи все необхідне і з монархічного, і з демократичного, і з ліберального, щоб дитина, дорослішаючи, довіряла вам і не робила усе наперекір.

«Як на мене, ваш поділ має сенс. – Підсумовує Ірина: Дійсно, влада у сім'ї багато в чому схожа із владою в країні. Але є велика різниця – батьки насправді люблять свою дитину, а ось держава – не завжди. А взагалі, ви маєте відчувати свою дитину на емоційному рівні, знаючи, чого вона потребує. Ніколи не можна лякати дитину за проступок, наприклад бабаєм або ще якоюсь міфічною істотою. Якщо вже не можете обійтись без залякування та шантажу, то краще оберіть щось існуюче, наприклад міліціонера, адже, якщо у малого з'явиться фобія, ви зможете її розвінчати, влаштувавши зустріч з тим самим об'єктом страху, а от з бабаєм ви не поговорите, як би не хотіли».

Тож, відчувайте своїх дітей, вивчайте їхні психологічні особливості, та ставтеся до виховання серйозно, адже саме від вас залежить, яким виросте ваш малюк. Ви – головний приклад для наслідування, а ваша сім'я – невеличка модель суспільства, у якому вашій дитині має бути комфортно і затишно.

Експібіціонізм у соціальних мережах

Якщо раніше молоді люди розкривали свою душу у віршах та особистих щоденниках, то зараз свідомість оголюють у соцмережах.

Буквально експібіціонізм (від лат. exhibeo – виставляти, показувати) – це психічне відхилення у поведінці особи, коли сексуальне задоволення отримується від демонстрації статевих органів на публіці. Таке явище дуже розповсюджене у інтернеті, адже можливість анонімності, широка аудиторія та мінімальні ресурси спрощують справу для охочих «показати себе». Таких сторінок та сайтів за великим бажанням можна уникати та ігнорувати, ставити контент-фільтри, і особливої загрози вони не нанесуть. Проте, сьогодні ми говоримо про психологічний експібіціонізм, і ось він, як раз, може бути небезпечним.

Психологи стверджують, що люди справді відчують потребу у психологічному експібіціонізмі, це щось на кшталт психічної розрядки, можливості самоствердитися та приховати власні проблеми у реальному житті.

Олександр (25 років), наприклад, коли дивиться футбольний матч, коментує його у себе на «стіні» Вконтакті (те ж саме відбувається і тоді, коли чоловік дивиться матч разом з друзями). Таким чином, він створює ілюзію перебування на матчі, а потенційні читачі його промов – ніби оточуючі вболівальники. Тобто, схема проста – створюється модель справжніх суспільних груп, у нашому разі – спортивних вболівальників. Та справа от у чому, Олександр зізнається, що коли не «постить» записи, він не відчуває задоволення від перегляду матчу та вважає себе винним за програш. Це не просто звичка, це залежність, потреба у публікації своїх думок, їх розголосу.

Є така категорія людей, що займається психологічним експібіціонізмом з метою самоствердження. Методи можуть варіюватися: безкінечні пости з власними фотографіями, фотознімки свого одягу («луки»), їжі, домашніх тварин, друзів або ж глибоко філософські записи про що завгодно, опис свого дня, фантазії на вільну тему і т.д. Часто такі записи є цілковитим

перебільшенням. Такі люди мають потребу у публічному обговоренні, визнанні їхньої краси, таланту, високого інтелекту. Якщо ж відповідної реакції з боку публіки немає, людина відчуває себе пригніченою, нікому не потрібною.

Часто поведінка людини у соціальній мережі не відповідає її реальному життю. Для того, щоб приховати свої проблеми, Тетяна (16 років) за допомогою яскравих фото та вдало підібраних сентенцій, маскує наслідки розриву стосунків з хлопцем. «Так, – говорить дівчина, – я намагаюся захистити себе від допитів друзів та додаткових нагадувань про невдалий роман».

Завсідників соціальних мереж ще можна назвати вуайеристами (тобто, ті, що займаються вуайеризмом – таємно спостерігають за чужим життям). Таке явище трапляється дуже часто та виглядає на загальному фоні досить гармонійно – один займається психологічним ексгібіціонізмом, а інший – вуайерист, за ним слідкує. Частий та фанатичний вуайеризм може призвести до розчарувань, пригніченого стану, заздрощів, депресій.

Нажаль, нерідке явище у соцмережах – мертві сторінки. Дуже часто можна спостерігати, як на сторінці людини, що пішла з життя продовжують зростати «лайки», з'являються співчутливі записи друзів на «стіні». Коли молода людина закінчила життя самогубством, перше що роблять її знайомі – дивляться на останні записи у соціальній мережі. Таким чином, люди намагаються прочитати її душевний стан, можливо, зрозуміти причини страшного вчинку.

Не дивно, що з кожним роком з'являється все більше психологічних та соціологічних досліджень, що вивчають поведінку людей у соціальних мережах, та на основі опрацьованих персональних сторінок, складають психологічні портрети та особистісні характеристики.

Можливо, когось і влаштовує те, що він постає у вбранні Адама і Єви у інтернеті, а от людям, що навчаються на серйозній спеціальності, або вже працюють у серйозних установах, варто бути дуже обережними. Наприклад,

Валерія (20 років), майбутній прокурор, має пильно стежити за тим, щоб компрометуючі дані ні у якому разі не потрапили до сторінки у соцімережі, адже у майбутньому такий інформаційний слід може позбавити її кар'єри: «Після кожного свята я обов'язково слідкую за тим, що ніхто з моїх друзів не виклав мої фото до соцмережі. Та й взагалі, намагаюся під об'єктив не потрапляти, хтозна, може стану прокурором, перейду комусь дорогу, а той виявиться комп'ютерним генієм – тут йому вже і компромат готовий. А може хтось вже за мною слідкує...».

Інформаційний слід – це взагалі річ небезпечна. Кожна ваша дія, запис, фото, навіть якщо вони заходяться у прихованих альбомах та розділах, можуть стати надбанням громадськості. Краще не ризикувати з такими речами, якщо не хочете щоб ваш безвинний образ ураз рухнув.

За сторінкою на Фейсбуці, наприклад, можна зробити безліч висновків про її володаря. Записи, групи, на які підписана людина, «репости», альбоми з фотографіями – усе це розповідь про володаря сторінки краще, ніж він сам, а якщо ви ще і проконсультуетесь із зібраними даними у психолога – така характеристика безцінна. Не секрет, що сучасні роботодавці так і вчиняють з потенційними співробітниками. Тож, будьте пильні!

«Дозволяю-відмінюю». Гігієна думок

Як змінити своє життя, якщо здається, що зайшли у глухий кут? Якщо навколо суцільні проблеми і розлади? Якщо одного разу вранці прокидаєтесь і, раптом, розумієте, що ви нещасливі? І, навіть, коли намагаєтесь розібратися у всьому цьому сумному хаосі думок та почуттів, не можете знайти початку, і ви знаєте, що вихід є, але не знаєте, де ж вийти.

Починати потрібно з себе. По-перше, тому що змінити навколишній світ практично неможливо, а по-друге, з самого початку проблема закладена у вас самих. Це точно. Зізнатися собі, що ти сам джерело своїх бід – це перший крок до зміни життя. Ваші думки, емоції, сподівання – це те, що складає картину світу, це ваша власна точка відліку і ви можете її корегувати.

Ні для кого не секрет, що людство знаходиться скоріш у песимістичному стані, ніж у оптимістичному. Наприклад, згідно з психологічними дослідженнями, за останні роки депресія помолодшала. Якщо раніше середній вік її становив 29,5 років, то зараз 14,5.

У психології також відбуваються зміни: перенаправлення досліджень з негативних якостей людини та її пороків, на позитивні чесноти та гуманізм. Так, у 90х роках ХХ століття сформувалася така галузь психології, як позитивна психологія. Основна мета її – розкрити природні здатності та позитивні чесноти людини та зробити її життя більш задовільним.

Поряд з позитивною психологією формується концепція позитивного мислення. Дослідники розмежовують ці дві галузі, але, обидві вони, у кінцевій меті, направлені на покращення рівня життя людини.

Не даремно ж усі лікарі в один голос говорять: «Це все від стресу. Ви надто нервуєте. Налаштуйтеся на позитивний лад». Це не відмовки та заспокійливі діагнози – це дійсно правда. Наш внутрішній стан завжди відбивається на здоров'ї.

Про гігієну думок написана вже купа літератури, про силу думки говорять усі, кому не лінь: «не мисли негативно, фільтруй думки, не притягуй своїми словами до себе невдачі, будь обережним з тим, чого бажаєш» і т. д.

Ми зараз не беремо до уваги теорію про матеріальність думки, ми говоримо про самосвідомість, ментальну психологію.

У концепції психології думки є безліч методик, які можна використати у житті. Популярна література пропонує методики, що направлені на притягання грошей, кохання, успіху, дехто звертається до йоги, та пропонує зайняти позу собаки і відкрити свідомість для позитивної енергії, тощо. Ми пропонуємо простий, але дієвий метод, без магії та чар. Користуючись цим методом, ви, без зайвих витрат часу та енергії, зможете контролювати свої думки та налаштуватися на оптимізм увесь день.

Так от, хоч ви повний романтик, або невиправний скептик, метод «дозволяю-відмінюю» допоможе вам впоратися зі своїми негараздами.

Метод «дозволяю-відмінюю», є інструментом, який фільтрує ваші думки, зменшуючи вплив негативу і збільшуючи відсоток позитиву у свідомості.

Це не просто чарівні слова типу «абракадабри», або чогось ще в такому дусі, це більше схоже на ефект плацебо, координацію думки у правильне русло.

Суть ось у чому: щоранку, прокидаючись, говоріть вголос: «Дозволяю - відмінюю», що означає, дозволяю диву трапитись і відмінюю для цього всі перешкоди. Тепер – стежте за всім хорошим, що відбувається протягом дня, фіксуйте до дрібниць події зі знаком «+», навіть, якщо це маршрутка, що вчасно під'їхала, приємна телефонна розмова або раптово повернений борг.

З кожним днем ви станете помічати що таких «див» трапляється дедалі більше. Насправді ж, їх стільки і було, просто ви не звертали на них уваги. Чому так відбувається? Проговорюючи зранку слова «дозволяю-відмінюю» ви підсвідомо намагаєтесь спростувати їх ефективність, тому і дивитесь на все, що відбувається з вами уважніше, ніж зазвичай.

Метод «дозволяю-відмінюю» можна також віднести до нової віхи у галузі езотерики та психології – транссерфінгу. Ключова фраза книги Вадима

Зеланда «Реальність існує незалежно від нас, то тих пір поки ми з цим згодні» цілком підтверджує позитивний метод гігієни думок.

Звичайно, не варто сприймати буквально та вкладати магичний сенс у слова «дозволяю-відмінюю». Це просто форма, яку приймає на практиці ваша свідомість, така собі установка на день – бачити хороше. Ви можете змінити слова, якщо захочете, на більш зручні та приємні для вас особисто.

Концепція гігієни думок часто піддається критиці. Психологи, що підтримують традиційну психологію, наголошують на тому, що пацієнти які дотримуються методів ментальної психології можуть перестати критично мислити та втратити зв'язок з реальністю.

Запропонована нами методика нікому не нашкодить, адже вона не передбачає вигадкування позитивних подій, а націлена на те, щоб довести, що людина просто не помічала хороших речей, та ставилася до оточуючого світу надто критично.

Для того, щоб стати оптимістом, не достатньо просто перестати бути песимістом. Не можна втрачати здорову критику подій, але і не ватро драматизувати негаразди. У всьому має бути гармонія.

Зараз прийнято приписувати усе, що облегшує життя до лайфхакінку. Так от, метод «дозволяю-відмінюю» і є справжній лайфхак!

ВИСНОВКИ

З метою визначення місця та ролі матеріалів соціально-психологічної проблематики у інформаційному просторі нами були проаналізовані ЗМІ, що спеціалізуються на темі соціальної психології. Зокрема ми проаналізували авторський склад, змістове наповнення рубрик, баланс думок експертів таких сайтів, як: офіційний сайт журналу «Psychologies», український інтернет-проект «Психолог», персональний сайт сумського психологу Юлії Луценко «В ритме женственности». В інформаційному просторі Сумщини бракує матеріалів з соціально-психологічної проблематики, а наявні розкривають проблему лише частково та орієнтуються на вузьку аудиторію. Також аналіз засвідчив, що на сумському сайті не дотримується збалансованість тем, на відміну від інших.

Також, аби виявити інформаційні запити аудиторії у матеріалах з соціально-психологічної проблематики нами було проведене анкетування незалежних осіб, яке демонструє, що чим молодша аудиторія, тим частіше вона зіштовхується з психологічними проблемами, а отже має більшу потребу у матеріалах з соціально-психологічної проблематики. Тож, основна маса матеріалів має бути спрямована на молоду аудиторію. Більшість опитаних вважає, що ЗМІ недостатньо забезпечені матеріалами з соціально-психологічної проблематики та дає незадовільну оцінку якості матеріалів.

З урахуванням теоретичних положень, потреб аудиторії та наповненості інформаційного простору, нами було підготовлено тематичну добірку журналістських матеріалів, яка складається з 4 матеріалів. Смісл проекту полягає в тому, щоб забезпечити суспільство знаннями про основні психологічні проблеми особистості, дати характеристику цих проблем. Через образи, наочні приклади та історії з життя, ми намагалися сприяти глибокому розумінню психологічних проблем, а також за допомогою коментарів спеціалістів та опрацювання спеціалізованої літератури окреслити шляхи подолання цих проблем.

Загальний обсяг інформаційного проекту – 0,55 авторського аркуша.

ДОДАТОК

Додаток А

Анкета

Вкажіть Ваш вік та стать _____

1. Чи зіштовхуєтесь ви у житті з психологічними проблемами?
 - А) Так, дуже часто
 - Б) Рідко
 - В) Майже не зіштовхуюсь
2. До кого в першу чергу Ви звертаєтесь, щоб вирішити вашу проблему?
 - А) До спеціалістів-психологів
 - Б) До батьків, друзів
 - В) Шукаю опис проблеми та способи подолання в інтернеті
3. Чи звертаєтесь Ви у разі потреби до ЗМІ, щоб розв'язати психологічну проблему?
 - А) Так, постійно
 - Б) Так, інколи
 - В) Ні, ніколи
4. На Ваш погляд, чи достатньо ЗМІ забезпечені матеріалами з соціально-психологічної проблематики?
 - А) Так, достатньо
 - Б) Ні, недостатньо
5. Як Ви можете оцінити якість матеріалів ЗМІ з теми соціальної психології?
 - А) На відмінно
 - Б) На добре
 - В) На задовільно
 - Г) На незадовільно