

УДК 159.9:316.77:355.4

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2025.4.1>**Владислава АРТЮХОВА**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології та педагогіки,
Харківський національний університет Повітряних Сил імені Івана Кожедуба,
vlada.artyukhova@gmail.com
ORCID: 0000-0003-0282-7151

Валерія ЯКОВЧУК

курсант, Харківський національний університет Повітряних Сил імені Івана Кожедуба,
yakovchuk2005@gmail.com
ORCID: 0009-0007-7146-1807

**МАНІПУЛЯЦІЯ СТРАХОМ: ІНФОРМАЦІЙНИЙ ФРОНТ
УКРАЇНСЬКО-РОСІЙСЬКОЇ ВІЙНИ**

У статті розглядається феномен страху як потужний інструмент маніпуляції інформаційним простором в умовах українсько-російської війни. Мета роботи полягає в розробці психологічних рекомендацій щодо мінімізації інформаційного впливу на свідомість курсантів. Для реалізації даної мети у дослідженні аналізуються основні механізми та методи використання страху для впливу на громадську думку, дестабілізації суспільства, підриву морального духу та створення атмосфери паніки. Розглядаються ключові нарративи, що використовуються російською пропагандою для деморалізації українських громадян і військових, зокрема залякування масовими жертвами, економічним колапсом, зрадою у вищих ешелонах влади та військового командування. Аналізуються методи створення та розповсюдження фейкових новин, маніпулятивних відео, вирваних із контексту свідчень і перекручених фактів, які спрямовані на розпалювання страху та невпевненості. Вивчається психологічний вплив подібного інформаційного тиску на майбутніх офіцерів.

Запропоновано напрями мінімізації маніпулятивного впливу страху, зокрема розвиток критичного мислення й медіаграмотності, підвищення обізнаності щодо психологічних механізмів страху, формування навичок саморегуляції та посилення інформаційної безпеки. Наукова новизна роботи полягає у дослідженні механізмів створення та використання страху в інформаційному контенті, з урахуванням особливостей вітчизняного медіаполя та кіберпростору, аналізі методів його поширення та сприйняття майбутніми офіцерами в умовах війни. Окреслено перспективи подальших досліджень, пов'язаних з розробкою та емпіричною перевіркою психологічних і освітніх інтервенцій.

Ключові слова: страх, маніпуляція, інформаційна війна, пропаганда, гібридна війна.

**Vladyslava Artyukhova, Valeriia Yakovchuk. MANIPULATION THROUGH FEAR:
THE INFORMATION FRONT OF THE UKRAINIAN–RUSSIAN WAR**

The article presents the phenomenon of fear as a powerful tool for manipulating the information space in the context of the Ukrainian–Russian war. The aim of the study is, based on an analysis of the characteristics of how cadets perceive informational content, to develop psychological recommendations for minimizing informational influence on consciousness. To achieve this goal, the main mechanisms and methods of using fear to influence public opinion, destabilize society, undermine morale, and create an atmosphere of panic are analyzed. Key narratives employed by Russian propaganda and informationpsychological operations to demoralize Ukrainian citizens and military personnel are considered, including intimidation through mass casualties, economic collapse, and betrayal at the highest levels of government and military command. The study analyzes methods of creating and disseminating fake news, manipulative videos, outofcontext testimonies, and distorted facts aimed at inciting fear and uncertainty. The psychological impact of such informational pressure on citizens is examined.

Directions for minimizing the manipulative influence of fear are proposed, including the development of critical thinking and media literacy, increasing awareness of the psychological mechanisms of fear, forming selfregulation skills, and strengthening information security. The scientific novelty of the work lies in the study of the mechanisms of creating and using fear in informational content, taking into account the specifics of the national media field and cyberspace, as well as in the analysis of methods of its dissemination and perception by future officers in wartime conditions. Prospects for further research are outlined, related to the development and empirical testing of psychological and educational interventions.

Key words: fear, manipulation, information warfare, propaganda, hybrid warfare.

Постановка проблеми. Інформаційна війна стала невіддільною складовою сучасних міждержавних конфліктів, а ключовим її інструментом є маніпуляція страхом. Збройна агресія росії проти України є яскравим прикладом того, як інформаційно-психологічні операції, засновані на експлуатації емоції страху, підривають психологічну стійкість суспільства, створюють умови для прийняття

рішень під емоційним тиском та дестабілізують внутрішньополітичну ситуацію. У цьому контексті страх з емоційної реакції на загрозу трансформується в інструмент маніпуляції, здатний змінювати сприйняття реальності та поведінкові моделі різних соціальних груп, включно з міжнародною спільнотою.

Аналіз публікацій. У науковому дискурсі останніх років питання маніпулювання стра-

хом в умовах інформаційної війни привертає все більшої уваги з боку дослідників як в Україні, так і за кордоном. Страх як технологію введення інформаційної війни розглядають у своїх працях О. Младьонова (2017), А. Гізун та В. Гріга (2019), І. Констанкевич (2022), О. Дзьобань (2023). Проблему пропаганди в глобальному контексті аналізують Е. Briant (2015), D. T. Djost, Ch. Stern (2017), Т. Трачук (2022), А. Hoyle, С. Wagnsson, В. Doosje, В та ін (2023), С. Максименко, Л. Деркач (2024), зокрема через техніки маніпуляції страхом. Науковцями підкреслюється, що страх стає універсальним інструментом управління масовою свідомістю, і його використання є не лише об'єктом воєнного впливу, але й соціально-психологічною загрозою внутрішній стабільності держави. Проте, більшість публікацій зосереджено переважно на загальних механізмах дезінформації, майже відсутні емпіричні дослідження, що розкривали б особливості впливу маніпулятивного контексту на різні категорії населення, а вітчизняні дослідження мають здебільше теоретичний характер.

Мета дослідження полягає в розробці психологічних рекомендацій мінімізації маніпулятивного впливу страху на свідомість курсантів на основі аналізу особливостей сприйняття ними інформаційного контенту.

Для досягнення поставленої мети за допомогою спеціально розробленої анкети, спрямованої на визначення особливостей сприйняття інформаційного контенту курсантами, було проведено опитування. У ньому взяли участь 62 курсанти Харківського національного університету Повітряних Сил імені Івана Кожедуба у віці від 17 до 25 років. Статистична обробка даних здійснювалась методами описової статистики та порівняльного аналізу.

Виклад основного матеріалу дослідження. За останні роки зростає кількість досліджень, спрямованих на осмислення ролі емоційних процесів, зокрема страху, у структурі інформаційно-психологічних війн, що ґрунтуються на аналізі досвіду російсько-української війни [5; 6; 7; 9]. Підкреслюється, що маніпулювання страхом виступає одним з ключовим інструментом у гібридній війні, інформаційного терору та політичного протистояння в інформаційному просторі [3; 8]. Найбільш поширеними засобами такого впливу є дезінформація, експлуатація страхових наративів, пропаганда, а також поширення фейкових новин та інших маніпулятивних інформаційних практик [1; 2; 4].

Дезінформація розглядають як свідоме поширення неправдивої або маніпулятивної інформації шляхом фабрикації контенту, використання контекстуальних викривлень, маніпуляції цитуваннями у поєднанні з техніками «інформаційного еха», коли одна й та сама дезінформація циркулює в різних джерелах, створюючи штучне враження достовірності [2]. Так, одним із поширених наративів дезінформації є повідомлення про уявні «тріумфи» на фронті, що не відповідають реальному перебігу бойових дій.

Під страховими наративи розуміють комунікаційні стратегії, що акцентують увагу на потенційних загрозах та небезпеках з метою формування емоційної реакції страху. Наприклад, гіперболізація загроз, сценарії катастроф, створення ілюзії безвихідності. У якості конкретного прикладу можна навести поширення у соцмережах та месенджерах інформації щодо можливого використання росією атомної зброї

Пропаганда передбачає систематичне поширення інформації, спрямованої на формування певних переконань або маніпулювання громадською думкою [6]. Так, наприклад демонстрація окремих тактичних успіхів без згадки про втрати, відступи чи стратегічний контекст, тобто вибіркоче використання фактів призводить до створення викривленої картини.

Серед ефективних маніпулятивних технологій інформаційного впливу виокремлюють використання фейкових новин, тобто недостовірної або навмисно спотвореної інформації, що подається у форматі журналістських матеріалів. Вони часто характеризуються використанням емоційно забарвлених, сенсаційних заголовків, спрямованих на провокування паніки; імітацію відомих медіаресурсів шляхом запозичення їх візуального стилю та назв, а також посилення на неконкретизовані або анонімні джерела інформації, зокрема на «очевидців» чи «експертів», без належного підтвердження достовірності [4; 5; 8].

Вказані маніпулятивні практики спрямовані на поширення страху як інструменту психологічного тиску і активно використовуються в інформаційно-психологічному протистоянні в умовах російсько-української війни.

У таблиці 1 подано порівняльний аналіз інформаційно-психологічних стратегій України та росії.

Представлений аналіз демонструє відмінності у підходах до інформаційної війни, які полягають в тому, що Україна переважно будує стратегію на відкритості, моральній перевазі та підтримці громадян, тоді як росія

Таблиця 1

**Порівняльний аналіз інформаційно-психологічних стратегій України та Росії
у контексті війни**

Аспект	Україна	Росія
Підрив морального духу супротивника	Демонстрація слабкості російської армії, низького морального духу та великих втрат. Висвітлення успіхів ЗСУ. Використання антиросійських наративів у російському інфопросторі.	Дезінформація про поразки та втрати ЗСУ. Пропаганда про «зраду» серед українського керівництва. Посилення зневіри у підтримці Заходу.
Мобілізація власного населення	Консолідація суспільства через патріотичні меседжі. Активне залучення волонтерського руху. Демонстрація підтримки України міжнародною спільнотою.	Використання образу «священної війни» та культу героїв «СВО». Жорстка пропаганда через ЗМІ та церкву. Репресії проти антивоєнних настроїв.
Використання страху	Демонстрація ефективності ЗСУ (точкові удари по штабах, складах рф). Публікація даних про втрати рф.	Ядерний шантаж та залякування Заходу. Публікація відео насильства. Обстріли цивільної та критичної інфраструктури України.
Ключові інструменти	Соціальні мережі, офіційні брифінги, волонтерські ініціативи. Відкриті повідомлення від Генштабу та військових лідерів.	Державні телеканали, пропагандистські сайти, Telegram-канали. Боти та фабрики тролів. Контрольовані блогери та «воєнкори».
Мета інформаційної стратегії	Підтримка бойового духу та згуртованості нації. Деморалізація супротивника. Мобілізація міжнародної підтримки.	Контроль над власним населенням та створення образу «перемоги». Послаблення підтримки України з боку союзників. Страх та примус як основний метод мобілізації.

орієнтується на використання страху, репресивних механізмів та агресивної пропаганди як інструментів контролю та психологічного тиску. Такі розбіжності відображають як різні тактичні підходи до ведення інформаційного протиборства, так й глибинні відмінності у політичних культурах, ціннісних орієнтаціях і моделях взаємодії держави із суспільством.

Результати проведено опитування дозволяють оцінити ступінь зміни емоційного стану курсантів під впливом тривожного інформаційного контенту. Так, визначено, що більшість респондентів (54,2%) оцінюють свій емоційний стан як «спокійний, контрольований», що вказує на їх загальну емоційну стабільність. Проте 35,4% опитаних виявляють окремі ознаки тривоги у вигляді відчуття загрози, нав'язливих думок, труднощів з концентрацією уваги, дратівливості, порушення сну. Результати опитування свідчать про демонстрацію курсантами широкого спектра тривожних реакцій, що виникають під впливом інформаційного контенту. Зокрема 41,7% респондентів повідомляють про постійне виникнення почуття страху або тривоги після перегляду новин, тоді як 35,4% курсантів мають періодичний характер таких переживань. Виражена індивідуальна специфіка сприйняття курсантами тривожного інформаційного контенту обумовлює

різноманітність психологічних механізмів реагування на потенційно загрозливі повідомлення. Більшість респондентів (36,2%) відчуває безсилля та апатію, що може вказувати на виснаження адаптаційних ресурсів або зниження відчуття контролю над ситуацією. Водночас 21,3% опитаних реалізують стратегії уникання, зокрема обмеження або припинення споживання новин. Аналогічна частка респондентів (21,3%) обирає когнітивно орієнтовані стратегії реагування, які проявляються у пошуку додаткової інформації з метою її підтвердження або спростування. У міжособистісній комунікації під час поширення тривожних новин, більшість курсантів (58,3%) демонструє регулятивні та соціально спрямовані стратегії реагування, намагаючись ігнорувати тривожні сигнали або заспокоїти інших учасників комунікації. Перевіряти отриману інформацію в альтернативних джерелах схильні лише 12,5% опитаних.

Проведене опитування дозволило визначити, що найбільший страх у респондентів викликають новини про військові поразки та людські втрати (31,9%), а також новини, що стосуються економічної кризи (27,7%) та загрози терористичних актів або збройних нападів (25,5%). Водночас на новини про потенційні ядерні або екологічні катастрофи реагують не так гостро, що може бути пов'язано з незначною їх ймовірністю

на думку опитаних, та свідчити про локалізований характер страху перед конкретними загрозами.

З метою збереження відчуття психологічної стабільності, зниження емоційної напруги, тривожності, спричинених впливом негативного інформаційного контенту, більшість респондентів (55,3%) обирає копінг-стратегії, орієнтовані на переключення уваги та залучення до альтернативних видів діяльності, що дозволяє тимчасово дистанціюватися від джерел психологічного напруження. Водночас для 23,4% опитаних важливим ресурсом емоційної стабілізації виступає взаємодія з близькими, яка забезпечує підтримку, зниження суб'єктивного рівня тривоги та відновлення відчуття соціальної залученості. 17% респондентів застосовують когнітивно орієнтовані стратегії подолання, зокрема перевірку фактів та раціональний аналіз інформаційного повідомлення, що сприяє зменшенню невизначеності та підвищенню відчуття контролю над подіями.

Також було визначено, що респонденти демонструють різні підходи до поширення та обробки тривожної інформації, так 60,4% опитаних поширюють інформацію тільки після перевірки її правдивості, 25% курсантів схильні оперативно ділитися отриманою інформацією з близьким оточенням без попереднього фактчекінгу, а 14,6% респондентів зазначили мінімальну залученість до поширення інформації тривожного характеру.

У межах дослідження також було проаналізовано уявлення курсантів щодо можливих заходів мінімізації негативного інформаційно-психологічного впливу на населення України та збереження психологічного благополуччя в умовах інформаційної війни. Результати опитування засвідчили, що майже половина опитаних курсантів вважає за доцільне організувати системну цілеспрямовану боротьбу з фейковою інформацією (43,7%), розробити доступні програми психологічної підтримки (29,2%) та освітні програми з медіаграмотності (16,7%). Слід відзначити, що більшість курсантів (45,8%) не вважають, що політичний контроль за інформацією є позитивним засобом підтримки інформаційної безпеки населення, адже подібного роду регламентація може призводити до цензури. Протилежну точку зору висловлюють 27,1% курсантів, але за умов збереження свободи слова. Результати опитування 64,6% респондентів вказують на готовність пройти курс з критичного мислення та медіаграмотності, що свідчить про високу зацікавленість у підвищенні медіаосвіченості та свідому громадянську позицію

опитаних курсантів. Водночас, 25% не мають визначеної позиції щодо даного питання, а 10,4% не зацікавлені в такому курсі.

Таким чином, результати проведеного опитування свідчать про наявність у респондентів тривожних станів, а також багатовимірний і складний характер їхніх емоційних реакцій на інформаційний контент. Виявлена варіативність переживань і способів реагування відображає підвищену чутливість молоді до інформаційно-психологічних впливів в умовах реалізації ворогом психологічних операцій, побудованих на маніпуляції страхом.

Страх впливає на суспільство через інформаційний контент, який містить перебільшення загроз, шокуючі новини, емоційно заряджені повідомлення та маніпулятивні техніки. В умовах воєнного часу це може призводити до масової паніки, зниження довіри до влади, розгубленості та дезорганізації, що, у свою чергу, створює сприятливі умови для реалізації цілей противника в інформаційно-психологічному протиборстві.

Описані реалії вказують на необхідність розробки ефективних стратегій протидії інформаційному терору. Ґрунтуючись на результатах дослідження виокремлено основні напрями мінімізації негативного впливу страху на психоемоційний стан сучасної молоді в умовах інформаційного протистояння.

Одним із ключових напрямів є формування стійкості до терористичного контексту, що доцільно реалізовувати як у межах освітнього процесу, так і через індивідуальну психологічну підготовку. Зокрема, ефективними вважаються освітні заходи у формі лекцій і тренінгів, спрямованих на ознайомлення з методами інформаційно-психологічного впливу та їхніми наслідками, а також навчання навичок саморегуляції, зниження тривожності та підвищення стресостійкості.

Важливе значення має підвищення рівня обізнаності населення щодо психологічних механізмів страху, що сприяє зменшенню вразливості до негативних інформаційно-психологічних впливів. У межах цього напряму особливу увагу слід приділяти формуванню уявлення про страх як природну реакцію організму, яка піддається усвідомленому контролю.

Окремого значення в умовах інформаційної війни набуває розвиток критичного мислення, яке забезпечує здатність до аналізу, оцінювання та перевірки інформації, а також сприяє виявленню дезінформації та пропагандистських наративів, мінімізуючи їхній маніпулятивний вплив на індивідуальну та

суспільну свідомість. Ключову роль в цьому питанні відіграють заклади загальної середньої та вищої освіти, де розвиток критичного мислення може бути інтегрований у навчальні програми з гуманітарних, суспільних і природничих дисциплін, а також у спеціалізовані курси з медіаграмотності та інформаційної безпеки. Важливого значення також набувають освітні платформи та тренінгові програми, що сприяють формуванню навичок аналізу інформації, аргументації та самостійного прийняття рішень.

Ефективною протидією інформаційним загрозам є поширення достовірної інформації, що може здійснюватися шляхом підтримки незалежних засобів масової інформації та формування стійкої суспільної практики перевірки повідомлень перед їхнім поширенням. Важливим також є оперативне реагування на інформаційні атаки, зокрема через швидке спростування фейкових повідомлень та проведення роз'яснювальних кампаній, спрямованих на пояснення механізмів функціонування пропаганди.

Формування єдиного інформаційного простору передбачає систематичне та зважене інформування суспільства без перебільшення загроз, а також підтримку позитивних наративів, спрямованих на зміцнення довіри та відчуття соціальної стабільності, зокрема через створення мотиваційних матеріалів і залучення лідерів думок, що сприяє підвищенню психологічної стійкості молоді та зміцненню суспільної впевненості.

Проведене дослідження підтвердило, маніпуляція страхом є потужним інструментом у гібридній війні, однак грамотне використання комунікаційних механізмів, критичне мислення та зміцнення інформаційного суверенітету здатні значно знизити її ефективність.

У якості перспектив подальших досліджень слід визначити розробку освітніх і психологічних інтервенцій, спрямованих на зниження вразливості молоді до маніпулятивних інформаційних впливів та розвиток адаптивних механізмів подолання страху, а також емпіричну перевірку їх результативності.

Література:

1. Гриценко А. Маніпуляція свідомістю – виклик людині інформаційного суспільства. *Військова освіта*. 2014. № 2 (30). С. 60–67.
2. Дзьобань О. П., Брижко В. М. Дезінформація як фактор маніпулювання свідомістю. *Інформація і право*. 2023. № 2 (45). С. 50–63.
3. Кокур О. М., Мороз В. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С. Теорія і практика управління страхом в умовах бойових дій : метод. посібник. Київ-Одеса : Фенікс, 2022. 88 с.
4. Кудринська Г., Шевчук Т. Маніпулятивний потенціал сучасного інформаційного суспільства. *Grail of Science*. 2023. № 24. С. 407–410.
5. Максименко С., Деркач Л. Сучасна когнітивно-інформаційна війна: роль маніпуляцій свідомістю українців у трансформації особистості. Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології». 2024. № 64. С.157–181.
6. Младьонова О. Д. Маніпулювання суспільною свідомістю як технологія ведення інформаційної війни. *Вісник ХНУ імені В. Н. Каразіна. Серія: Питання Політології*. 2017. Вип. 32. С.79–82.
7. Невельська-Гордєєва О. П., Нечитайло В. О. Маніпуляції як засіб інформаційно-психологічного впливу у інформаційній війні. *Вісник НЮУ імені Ярослава Мудрого. Серія: Філософія, філософія права, політологія, соціологія*. 2021. № 3(50).
8. Трачук Т. Специфіка застосування у ЗМІ технологій маніпулювання суспільною свідомістю. *Grail of Science*. 2022. Вип. 18 (19). С. 277–284.
9. Yarosh N., Artiukhova V., Panchenko V., Fera S., Prykhodko D. Stress-Coping Behavior of the Individual as a Psychological Problem in the Context of the Application of Sanogenic Health Thinking. *Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. 2021. №12(1). С. 183–201.

Дата першого надходження статті до видання: 23.11.2025

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 10.12.2025

Дата публікації (оприлюднення) статті: 29.12.2025