

МЕДІАБЕЗПЕКА: НЕГАТИВНИЙ КОНТЕНТ ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ОСОБИСТІТЬ

Тур О. М.

*доктор наук із соціальних комунікацій, професор,
професор кафедри гуманітарних наук, культури і мистецтва
Кременчуцького національного університету
імені Михайла Остроградського
м. Кременчук, Україна*

Шабуніна В. В.

*кандидат філологічних наук, доцент,
доцент кафедри гуманітарних наук, культури і мистецтва
Кременчуцького національного університету
імені Михайла Остроградського
м. Кременчук, Україна*

За останнє десятиліття мережа Інтернет незворотно опанувала людством: у середньому за одну хвилину в Інтернеті Google обробляє 5,7 млн. пошукових запитів; 12 млн. людей відправляють меседж; 6 млн. людей роблять покупки онлайн; у YouTube стріляють 694 тис. відео; у TikTok переглядають 167 млн. відео; у Twitter з'являється 575 тис. твітів; у Facebook користувачі публікують 240 тис. фото, а в Instagram 65 тис.; у Microsoft Teams 100 тис. користувачів беруть участь у відеоконференціях; 283 тис. доларів витрачаються за хвилину на Amazon; у Clubhouse створюють 208 кімнат [1].

У таких умовах надзвичайно важко (якщо не сказати неможливо!) утримуватися від деструктивного контенту, що його продукують та розповсюджують соціальні мережі та месенджери. Деструктивним контентом можна вважати будь-який вміст, який може завдати шкоди фізичному або психологічному здоров'ю людини, спричинити насильство, бути образливим або дискримінаційним. До деструктивного контенту можуть належати:

1. Зображення насильства та жорстокості: фотографії тілесного ушкодження, садизм, насильство над тваринами, покази реальних убивств і т. п.
2. Ненормативна лексика: використання ненормативної лексики, образних висловлювань та лайливих словосполучень може бути образливим і викликати негативні емоції.

3. Расистський та дискримінаційний контент: матеріали, які можуть бути образливими для певних етнічних груп, релігійних груп або інших менших спільнот.

4. Вміст, який може бути шкідливим для здоров'я: наприклад, пропаганда наркотиків, поради щодо самогубства, порнографія.

5. Фейки та дезінформація: неправдиві новини, які мають за мету впливати на громадську думку та створювати негативні настрої.

У загальному розумінні, деструктивний контент – це будь-який вміст, який може завдати шкоди особі або спільноті. Звичайно, він викликає негативні емоції, здатні образити як того, для кого створений, так і вплинути на того, хто його створює. До реакцій на негативний контент зараховуємо хейтвочинг, думскролінг та хейтфоловінг.

Хейтвочинг (від англ. hate – ненавидіти та watching – дивитися) – це термін, який описує ситуацію, коли людина дивиться телевізійне шоу, фільм, відео або читає книгу не для того, щоб насолоджуватися ними, а для того, щоб зневажати героїв або критикувати їх.

Люди можуть вдаватися до хейтвочингу з різних причин. Наприклад, через те, що їм не подобається якийсь аспект того, що вони дивляться або читають, але вони все ще хочуть бути в курсі того, що відбувається. Дехто може дивитися щось зі своїм партнером або друзями, незважаючи на те, що їм не подобається цей контент. Інші – щоб мати підставу для того, щоб критикувати або насміхатися над цими речами, коли спілкуються з людьми.

Хоча ідея дивитися щось, що викликає негативні емоції, може здатися дивною, але для деяких людей це може бути способом відволіктися або навіть релаксувати. Проте якщо людина стає залежною від цього процесу і він починає впливати на її емоційний стан і психологічне здоров'я, то це може бути проблемою.

Думскролінг (від англ. doomscrolling) – це термін, який описує поведінку людей, коли вони безперестанку прокручують соціальні мережі, новини та інші медіа-джерела в пошуках негативних новин про катастрофи, кризи, насильство та інші негативні події.

Ця поведінка зазвичай зумовлена допитливістю і страхом перед тим, що може трапитися далі, а також бажанням бути в курсі всіх новин. Це може призвести до посилення тривоги, страху, депресії та інших негативних емоцій.

Поведінка думскролінгу також може мати негативний вплив на фізичне здоров'я людини: оскільки вона проводить багато часу перед екраном, це може викликати напругу очей, головний біль та інші проблеми.

Щоб запобігти думскролінгу, можна встановити обмеження на час, який проводите в соціальних мережах та новинах, а також стежити

за своїми емоціями і звертати увагу на те, як вони впливають на вашу психіку та фізичне самопочуття.

Хейтфоловінг (англ. hate-following) – це термін, який описує поведінку людей в соціальних мережах, коли вони стежать за профілями інших користувачів, яких вони не люблять, з метою відстежування їхніх дій та поширення негативних відгуків про них.

Ця поведінка зазвичай зумовлена негативними емоціями, такими як заздрість, ревності, агресія або ненависть до цієї людини. Люди можуть хейтфоловити профілі знаменитостей, колег, колишніх партнерів або будь-яких інших користувачів соціальних мереж.

Хейтфоловінг може призвести до поширення негативу та конфліктів в соціальних мережах, а також до погіршення психічного здоров'я осіб, які цим займаються. Безперервний контакт з негативом та ненавистю може спричинити депресію, тривогу та інші негативні емоції.

Щоб уникнути хейтфоловінгу, важливо зосередитися на своїх позитивних взаєминах у соціальних мережах. Також можна встановити обмеження на час, який витрачаєте в соціальних мережах, або взагалі обмежити свою активність у них.

Отже, медіагігієна (медіаграмотність) є важливим інструментом для збереження психологічного та фізичного здоров'я, культурної різноманітності та забезпечення безпеки в Інтернеті.

Література:

1. Хвилина світового Інтернету. URL: <https://uchoose.info/hvylina-svitovogo-internetu/>. (дата звернення: 24.04.2023).