



Психологічні маніпуляції в соціальних мережах як інструмент інформаційного впливу

Олена Зашкольна

судовий експерт сектору психологічних досліджень мовлення лабораторії лінгвістично-психологічних досліджень, Київський науково-дослідний інститут судових експертиз Міністерства юстиції України, м. Київ, Україна, ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-0562-0378>, e-mail: petetpetet@ukr.net

Здійснено комплексний психологічний аналіз маніпулятивного впливу соціальних мереж на свідомість, емоційний стан і поведінкові установки особистості. Обґрунтовано, що цифрове середовище виступає потужним простором інформаційно-психологічного впливу, у межах якого активно реалізуються механізми навіювання, емоційного зараження й конформного тиску. Особливу увагу приділено психологічному механізму навіювання як одному з важливих інструментів прихованого формування оцінок, переконань і моделей поведінки без опори на самостійний раціональний аналіз. Розкрито роль повторюваності меседжів, апеляції до базових емоцій та ефекту масової підтримки. Наголошено, що масовий психологічний вплив у цифровому середовищі є не лише індивідуальною, а й суспільно-державною загрозою, оскільки здатний підірвати когнітивну цілісність громадян, сприяти соціальній дезадаптації та дестабілізації демократичних інститутів.

Ключові слова: соціальні мережі; маніпулятивний вплив; навіювання; емоційне зараження; масова свідомість; інформаційно-психологічний вплив; цифрова маніпуляція; радикалізація; психологічна вразливість.

Psychological Manipulations in Social Media as an Instrument of Informational Manipulation

Olena Zashkolnaya

This paper presents a comprehensive psychological analysis of the manipulative influence of social media on individual consciousness, emotional conditions, and behavioral patterns. It is confirmed that the digital environment constitutes a powerful space for informational and psychological impact, within which mechanisms such as persuasion, emotional contagion, and conformist pressure are actively engaged. Particular attention is devoted to the psychological mechanism of persuasion as a key tool for the covert formation of evaluations, beliefs, and behavioral models without reliance on independent rational analysis. The role of message repetitions, appeals to basic emotions, and the effect of perceived mass support are examined. It is emphasized that large-scale psychological influence in the digital environment poses not only an individual but also a societal and state-level threat, as it has the potential to undermine citizens' cognitive integrity, contribute to social maladjustment, and destabilize democratic institutions.

Keywords: social media; manipulative influence; persuasion; emotional contagion; mass consciousness; informational and psychological influence; digital manipulation; radicalization; psychological vulnerability.

Соціальні мережі та онлайн-платформи сьогодні виступають важливим чинником суспільних змін, забезпечуючи швидке поширення інформації, формування громадської думки й розширення комунікаційних можливостей між індивідами й соціальними групами. На сучасному етапі вони розглядаються як один із основних чинників радикалізації суспільних поглядів, поляризації масової свідомості та здійснення маніпулятивного впливу на переконання й поведінкові установки особистості [1; 2].

З психологічного погляду соціальні мережі є середовищем підвищеного інформацій-

но-психологічного впливу, де активно застосовуються механізми навіювання, емоційного зараження, конформного тиску, формування домінуючих соціальних установок і керованої трансформації громадської думки.

Алгоритмічна повторюваність контенту, ефект масової підтримки та емоційна забарвленість повідомлень створюють умови для зниження критичності сприйняття інформації, посилення сугестивної вразливості та ослаблення автономності суджень. Унаслідок цього соціальні мережі виступають ефективним інструментом маніпулювання свідомістю, впливу на волевиявлення й формування

стійких переконань, включно з тими, що мають ознаки радикалізації, конфронтації або деструктивної соціальної поведінки [3; 1].

Метою дослідження є комплексний аналіз психологічних механізмів маніпулятивного впливу в соціальних мережах, зокрема виявлення сугестивних, емоційно-афективних і когнітивних механізмів, за допомогою яких здійснюється цілеспрямований вплив на свідомість користувачів. Особлива увага приділяється визначенню ролі маніпулятивних технік у формуванні когнітивних установок, емоційних станів і поведінкових патернів (стійких схем або шаблонів поведінки), а також дослідженню процесів активації когнітивних спотворень. Маніпуляція в даному контексті є видом психологічного впливу, вправне виконання якого призводить до прихованого викликання в людини намірів, що не збігаються з її актуальними бажаннями.

До найбільш поширених маніпулятивних технік у соціальних мережах належать емоційне зараження, дегуманізація, апеляція до страху, нав'язування почуття провини, використання фейкової авторитетності, повторюваність меседжів та навіювання, посилення на авторитет, категоричність тощо.

Маніпуляція навіюванням є одним із поширених механізмів деструктивного інформаційно-психологічного впливу, що реалізується через сугестивний вплив на когнітивну, емоційну та мотиваційно-вольову сфери особистості. Навіювання (від лат. *suggestio* — навіювання) — це вплив на особистість, що приводить або до появи в людини поза її волею й свідомістю певного стану, почуття, ставлення, або до здійснення людиною вчинку, що безпосередньо не впливає з прийнятих нею норм і принципів діяльності [3; 2]. Ефективність навіювання визначається взаємодією властивостей сугестора: його соціального статусу, привабливості, вольових та інтелектуальних характеристик, а також особливостей характерологічного профілю; властивостей сугеренда (англ. *suggestee* або *suggested person* — особа, на яку спрямований сугестивний вплив): рівня навіюваності, сугестивної вразливості та психологічної сприйнятливості; характеру взаємовідносин між ними, що проявляється за допомогою

довіри, сприйняття авторитетності та ступеня залежності; а також способом конструювання повідомлення, який містить рівень логічної аргументованості, поєднання раціональних і емоційних компонентів, повторюваність і підкріплення додатковими психологічними впливами.

Психологічний механізм навіювання в умовах сучасного інформаційного простору ґрунтується на формуванні в суб'єкта готових оцінок і моделей поведінки без опори на самостійний раціональний аналіз. Цей процес реалізується за допомогою повторюваності меседжів, безапеляційності тону й цілеспрямованої апеляції до базових емоцій. Синергія (ефективна взаємодія) цих чинників знижує рівень рефлексії, послаблює когнітивний контроль і формує схильність до автоматизованого, реактивного споживання контенту.

Маніпуляції масовою свідомістю додатково реалізуються через застосування наративів і мемів, які спрощують складні ідеї, роблячи їх емоційно привабливими. Важливу роль відіграють фрейми (когнітивні «межі» сприйняття) та рефреймінг — цілеспрямована зміна контексту для трансформації оцінки події аудиторією [1]. Наприклад, та сама подія може сприйматися кардинально по-різному залежно від обраного фрейму, що робить ці інструменти потужним засобом керованого впливу.

Соціальні мережі підтримують просування контенту за допомогою механізмів предиктивної аналітики, що трансформують класичне навіювання у форму високоточного індивідуалізованого психологічного впливу [1; 2]. Завдяки збору цифрових слідів платформи формують детальний психографічний профіль користувача, виявляючи його приховані когнітивні вразливості й актуальні страхи. Це дає змогу здійснювати прицільний вплив, за якого маніпулятивний меседж інтегрується в персоналізовану стрічку як органічний елемент, через що адресат сприймає нав'язані установки як результат власного інтелектуального вибору. Ефективність цієї технології базується на експлуатації базових інстинктів: еволюційно наш мозок запрограмований на виживання через приналежність



до групи, і цей давній механізм соціального конформізму змушує нас довіряти «думці зграї» більше, ніж власним відчуттям. У цифровому середовищі даний інстинкт стає головною точкою вразливості: коли соціальні мережі імітують масову підтримку ідеї через тисячі лайків та репостів, умикається ілюзія істинності. Психіка підсвідомо зчитує популярність контенту як його достовірність за принципом «якщо це підтримує стільки людей, це не може бути помилкою», що дає змогу деструктивним тезам безперешкодно оминати фільтри критичного сприйняття.

Процес навіювання посилюється безперервним повторенням візуальних образів та емоційним зараженням — передачею інтенсивних станів паніки або гніву від одного користувача до іншого [3; 4]. В умовах дефіциту сну, відсутності живого контакту й виснажливого «нічного скролінгу» когнітивний ресурс суб'єкта вичерпується, унаслідок чого людина втрачає здатність до рефлексії та перестає відрізняти нав'язані ззовні установки від власних переконань. На цьому етапі маніпулятивне навіювання перетворюється на потужний психосоціальний стресор. Для осіб із лабільною психікою, межовими станами або генетичною схильністю інтенсивний потік катастрофічних сценаріїв, панічних інформаційних вкидів, залякувань, маніпулятивних ідей стає тригером декомпенсації, що провокує гострі стресові реакції. У критичних випадках це призводить до психотичних епізодів із втратою зв'язку з реальністю, де людина стає нездатною адекватно оцінювати загрози та власну поведінку.

Коли ресурси психіки остаточно вичерпані, запускається процес глибокої трансформації, що проявляється у звуженні варіативності мислення («тунельному сприйнятті») і ослабленні вольового контролю. Адресат починає приймати рішення під детермінованим впливом зовнішньо нав'язаних смислів, що означає фактичний перехід від вільного обміну інформацією до технології програмування поведінкових патернів. Як наслідок, хронічне інформаційне перевантаження стає деструктивним чинником, що запускає реакції саморуйнування або агресії, спрямованої зовні. Отже, сучасні соціальні мережі висту-

пають не просто ретранслятором інформації, а динамічним середовищем, здатним трансформувати внутрішню архітектуру особистості від легкого навіювання до провокації важких психотичних і деструктивних явищ. Необхідно усвідомлювати, що цифрова маніпуляція в соціальних мережах виходить далеко за межі звичайного інформаційного впливу: вона здатна до невидимої асиміляції, поступово заміщуючи автентичні переконання особистості штучно інкультивованими смислами. Завдяки кумулятивному ефекту цей процес створює критичне підґрунтя для соціальної дезадаптації, до того ж руйнування особистості в цифровому середовищі не є ізольованим актом, воно має мережевий характер і здатне до масштабної експоненціальної прогресії.

Індивідуальна деструкція, що починається зі звуження свідомості та втрати критичного мислення окремого користувача, стає елементом ширшої технології соціальної інженерії. Коли тисячі індивідуальних психографічних профілів одночасно піддаються маніпулятивному впливу, виникає ефект колективної регресії, за якого масове навіювання деструктивних наративів руйнує горизонтальні зв'язки між громадянами. Індивідуальна підозрілість та страх закономірно трансформуються в тотальну недовіру до державних інституцій, медіа та експертних спільнот. На цьому етапі персональна агресія легітимізується груповою ідеологією, перетворюючи дезорієнтованих осіб на інструмент прямої дестабілізації.

Коли значна частина населення перебуває в стані хронічного когнітивного виснаження й афективної напруги, країна втрачає здатність до раціонального консенсусу [1; 2]. Психологічна декомпенсація громадян стає критичним чинником національної вразливості, що дає змогу зовнішнім або внутрішнім деструктивним силам маніпулювати суспільним вибором, провокувати хаос і блокувати волю до колективного спротиву. Отже, індивідуальний психоз, спричинений цифровою сугестією, виходить далеко за межі суто психологічної проблеми окремої людини. У масштабі держави він трансформується на стратегічну загрозу національній безпеці,



адже руйнує базовий ресурс суспільства — когнітивну інтеграцію та психічне здоров'я громадян. Саме ці психічні ресурси є необ-

хідною передумовою для збереження критичного мислення, соціальної довіри та функціонування демократичних інститутів.

Перелік джерел посилання

1. Почепцов Г. Сучасні інформаційні війни. Київ, 2015. 495—496 с.
2. Казміренко Л. І., Максименко С. Д. Юридична психологія : підручник / за заг. ред. Л. І. Казміренко, С. Д. Максименка. Київ, 2017. 608 с.
3. Максименко С. Д. Загальна психологія : підручник / за заг. ред. С. Д. Максименка. 3-тє вид., переробл. і доповн. Київ, 2008. 272 с.
4. Максименко С. Д., Горностаї П. П. Психологія особистості : навч. посіб. Київ, 2001. 544 с.