

## Педагогіка дошкільної та середньої освіти. Професійна освіта та теорія навчання

УДК 378

### Психолого-педагогічні умови збереження ментального здоров'я учасників освітнього процесу крізь призму медіаграмотності

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL CONDITIONS OF PRESERVING  
MENTAL HEALTH OF EDUCATIONAL PROCESS PARTICIPANTS THROUGH  
THE PRISM OF MEDIA LITERACY

**КИСЛИЙ Віталій** – кандидат психологічних наук, доцент, професор кафедри психології та педагогіки, Харківський національний університет Повітряних Сил імені Івана Кожедуба, вул. Сумська, 77/79, м. Харків, 61023, Україна

ORCID <https://orcid.org/0000-0001-7518-0948>

**ЯНДОЛА Кристина** – викладач кафедри психології та педагогіки, Харківський національний університет Повітряних Сил імені Івана Кожедуба, вул. Сумська, 77/79, м. Харків, 61023, Україна

ORCID <https://orcid.org/0000-0002-1040-5381>

**KYSLYI Vitalii** – PhD of Psychology, Associate Professor, Professor of Psychology and Pedagogy Department, Ivan Kozhedub Kharkiv National Air Force University, 77/79, Sumaska street, Kharkiv, Ukraine

**YANDOLA Krystyna** – Lecturer of Psychology and Pedagogy Department, Ivan Kozhedub Kharkiv National Air Force University, 77/79, Sumaska street, Kharkiv, Ukraine

**Анотація.** У статті здійснено аналіз напрацювань з питань збереження ментального здоров'я учасників освітнього процесу крізь призму медіаграмотності. Авторами підкреслена важливість збереження ментального здоров'я учасників освітнього процесу в умовах війни. Серед факторів, що впливають на ментальне здоров'я особлива увага приділена інформаційному тиску, в якому зараз перебуває українське суспільство через російсько-українську війну. У статті наголошено, що учасники освітнього процесу, як ніколи раніше, потребують навичок медіаграмотності, щоб критично оцінювати інформацію, протистояти дезінформації та захищати себе від негативного впливу медіа, тим самим підтримувати своє ментальне здоров'я. Результати аналізу особливостей контингенту закладів вищої освіти дозволили узагальнити психолого-педагогічні умови задля вирішення поставленої задачі. Серед них автори виділили такі: розвиток медіаграмотності учасників освітнього процесу, включення питання формування критичного мислення в міждисциплінарний дискурс, розвиток емоційного інтелекту учасників освітнього процесу, створення платформи для становлення та розвитку медіакультури, реалізація заходів, спрямованих на підтримку ментального здоров'я через розуміння законів медіапсихології, підготовка науково-педагогічних працівників для застосування принципів та законів медіаграмотності та підтримки ментального здоров'я під час реалізації освітнього процесу. У межах зазначених напрямів описані педагогічні технології, які допоможуть розвинути навички в сфері медіаграмотності та підтримки ментального здоров'я, вказані відкриті ресурси для саморозвитку та ті, що можуть бути використані в освітньому процесі. Серед перспектив дослідження автори вказують на доцільність фокусування на розвитку інноваційних методів медіаосвіти, спрямованих на підвищення психологічного благополуччя учасників освітнього процесу; впровадження інтерактивних платформ та медіа-проектів, що сприяють психологічному розвитку та самовираженню; підтримку наукових досліджень та програм, спрямованих на вивчення впливу медіа на ментального здоров'я та розробку ефективних стратегій попередження психічних проблем.

**Ключові слова:** медіаграмотність, ментальне здоров'я, психолого-педагогічні умови, освітній процес, критичне мислення, медіакультура.

**Summary.** The research on the issue of preserving the mental health of participants in the educational process through the prism of media literacy is analyzed in the article. The authors emphasized the importance of preserving the mental health of the educational process participants in wartime conditions. Among the factors that affect mental health, special attention is paid to the informational pressure that Ukrainian society is currently under due to the Russian-Ukrainian war. The authors of the article emphasize that participants in the educational process, more than ever before, need media literacy skills to critically evaluate information, resist misinformation and protect themselves from the negative influence of the media, thereby maintaining their mental health. The results of the analysis of the characteristics of the contingent of higher education institutions allowed to generalize the psychological and pedagogical conditions for solving the given task. Among them, the authors name the following: development of media literacy the participants on the educational process, inclusion of the issue of the formation of critical thinking in interdisciplinary discourse, development of emotional intelligence, creation the platform for the formation and development of media culture, implementation of measures aimed at supporting mental health through understanding the laws of mediapsychology, training of scientific and pedagogical workers to apply the principles and laws of media literacy and mental health support during the implementation of the educational process. Pedagogical technologies that will help develop skills in the field of media literacy and mental health support, open resources for self-development and those that can be used in the educational process are described within the specified directions. Among the perspectives of the research, the authors indicate the expediency of focusing on the development of innovative methods of media education aimed at increasing the psychological well-being the participants of the educational process; implementation of interactive platforms and media projects that promote psychological development and self-expression; supporting scientific research and programs aimed at studying the impact of media on mental health and developing effective strategies for the prevention of mental problems.

**Key words:** media literacy, mental health, psychological and pedagogical conditions, educational process, critical thinking, media culture.

**Вступ.** У сучасних умовах проблема збереження ментального здоров'я учасників освітнього процесу набуває особливого значення. Чисельні дослідження показують зростання рівня стресу, тривожності та депресії серед українського суспільства загалом. Це пов'язано з низкою факторів: воєнно-політичних, біологічних, психологічних, соціальних, екологічних. Сьогодні варто виокремити ще й інформаційний вплив, який значно посилюється та загострюється в умовах війни. Медіа стрімко розвиваються, в різних формах проникають у всі сфері життя (в тому числі освітню), відіграють важливу роль у формуванні світогляду, переконань, ставлення до різних ситуацій та подій. Разом з розвитком медіа посилюється чутливість до негативного контенту, який може впливати на психічне здоров'я (фейкові новини, негативне візуальне зображення, агресивні чи провокативні коментарі, що ми постійно спостерігаємо протягом російсько-української війни). Отже, медіа може бути як чинником, що сприяє цим проблемам, так і засобом, який допомагає з ними боротися, залежно від того, як їх використовувати.

**Аналіз останніх досліджень.** Проблема збереження ментального здоров'я учасників освітнього процесу привертає увагу фахівців різних галузей: психологів, педагогів, соціальних працівників, психіатрів тощо.

Зацікавленість держави в цьому питанні визначається низкою проектів. Тільки за 2023 рік виникли такі проекти: «Охорона психічного здоров'я у структурі медичної допомоги» (Міністерства охорони здоров'я), «Створення центрів життєстійкості в Україні» (Міністерства соціальної політики), «Психосоціальна підтримка та психологічна допомога на всіх рівнях освіти» (Міністерство освіти і науки), «Молодіжні центри та активні парки – частина екосистеми психічного здоров'я» (Міністерство молоді та спорту) тощо. Визначення факторів та умов, що впливають на ментальне здоров'я учасників освітнього процесу є фокусом досліджень цілої низки організацій: Всесвітня організація охорони здоров'я, Всеукраїнська мережа Центрив

психологічної допомоги, Міжнародна організація з міграції, Національна психологічна асоціація тощо.

Дослідження демонструють різну статистику, яка описує масштаби даної проблеми. Так, за даними Всеукраїнської мережі Центрів психологічної допомоги, до повномасштабного вторгнення Росії в Україну в 2022 році ментальні проблеми мали близько 15% українців. Після початку війни цей показник різко збільшився. За оцінками експертів станом на 2023 рік близько 50% українців потребують психіатричної або психологічної допомоги, результати інших соціологічних опитувань говорять, що 71% українців відчувають стрес або сильну знервованість [3].

Питання збереження ментального здоров'я учасників освітнього процесу також знаходиться на порядку денному наукової спільноти. В контексті даного дослідження зацікавленість викликають роботи представників цифрової педагогіки, а саме: Дж. Д. Верніке, Д. Томпсон, Дж. Д. Бейтс тощо, педагогіки ментального здоров'я: Дж. Грінспен, Е. Маккаллум, К. Сімпсон, М. Енн Девіс, медіапсихології: Дж. Нейман, Г. Лассвелл, М. Маклюен, Н. Постман тощо.

Незважаючи на значну увагу теоретиків та практиків до визначеної проблематики, існують суттєві прогалини в знаннях про те, як саме медіаграмотність може впливати на ментальне здоров'я, які методи та програми медіаосвіти є найефективнішими.

**Мета дослідження** полягає в обґрунтуванні психолого-педагогічних умов збереження ментального здоров'я учасників освітнього процесу крізь призму медіаграмотності.

Для досягнення поставленої мети необхідно вирішити наступні завдання: встановити наявність зв'язку ментального здоров'я та рівня медіаграмотності, спроєктувати основні дії, що спрямовані на покращення ментального здоров'я крізь призму медіаграмотності учасників освітнього процесу, визначити та обґрунтувати психолого-педагогічні умови збереження ментального здоров'я учасників освітнього процесу саме крізь призму медіаграмотності.

**Виклад основного матеріалу.** Перш за все, визначимо, що ми будемо розуміти під поняттями «ментальне здоров'я» та «медіаграмотність».

Згідно з визначенням ВООЗ, ментальне здоров'я – «це стан щастя та добробуту, в якому людина реалізує свої творчі здібності, може протистояти життєвим стресам, продуктивно працювати та робити внесок у суспільне життя» [6]. Таке визначення дає розуміння того, що ментальне здоров'я – це не просто відсутність психічних розладів, а й стан, який дозволяє людині повноцінно жити та розвиватися. Ментальне здоров'я залежить від фізичного здоров'я людини, її соціальних умов, стосунків з іншими людьми, особистісних рис, цінностей. Це стан, який змінюється протягом життя і який можна підтримувати та зміцнювати. Фахівці зазначають, що люди з міцним ментальним здоров'ям більш стійкі до стресу і здатні справлятися з життєвими труднощами, мають більш міцні соціальні стосунки і відчувають себе більш щасливими, успішними в навчанні та професійній діяльності.

Стан ментального здоров'я залежить від багатьох чинників: соціальних, екологічних, економічних, від тих подій, які оточують людину і від сприйняття нею поточної та перспективної ситуацій. Сьогодні Україна перебуває у стані війни. Війна – це стрес, надзвичайно травматичний досвід, який призводить до серйозних порушень ментального здоров'я. І цьому сприяють не тільки традиційні форми ведення війни, а й потужний інформаційний супровід, який у тому числі є предметом вивчення медіаграмотності.

Медіаграмотність – сукупність знань, навичок та умінь, які дають змогу людям аналізувати, критично оцінювати й створювати повідомлення в різних жанрах і формах для різних типів медіа, а також розуміти та аналізувати складні процеси функціонування медіа в суспільстві та їх вплив [1].

Дж. Поттер зазначає, що «медіаграмотність полягає в здатності особистості контролювати споживання медіа» [2].

Медіаграмотність – це здатність критично мислити та оцінювати інформацію, яку ми отримуємо з медіа. Вона є важливою для збереження ментального здоров'я в умовах війни, оскільки дозволяє розуміти, як працюють медіа. Медіа можуть бути потужним інструментом для поширення інформації, але вони також можуть бути використані для розповсюдження дезінформації та пропаганди. Медіаграмотність дозволяє розпізнавати ці маніпуляції та критично оцінювати інформацію. В умовах війни ми можемо бути схильні до перегляду новин постійно, щоб бути в курсі подій, однак це може призвести до стресу та тривоги. Отже, медіаграмотність допомагає: вибирати яку інформацію споживати, фокусуватися на достовірних джерелах, захищати себе від шкідливого контенту.

Вважаємо, що покращення ментального здоров'я крізь призму медіаграмотності – це спільне завдання здобувачів вищої освіти та викладачів. Співпраця та спільні дії допоможуть зробити освітній медіапростір більш безпечним та сприятливим для психічного здоров'я людей (зміст таких дій наведений у табл. 1).

Таблиця 1

*Основні дії, що спрямовані на покращення ментального здоров'я учасників освітнього процесу крізь призму медіаграмотності*

<b>Критерії</b>	<b>Здобувачі освіти</b>	<b>Науково-педагогічні працівники</b>
1	2	3
Дієві кроки	критичне сприйняття інформації (аналіз джерел інформації та їх надійності, перевірка фактів та достовірності інформації, визначення маніпулятивних та пропагандистських прийомів); усвідомлене споживання медіаконтенту (обмеження часу,	інтеграція медіаосвіти в освітній процес (використання медіаорієнтованих завдань та методів навчання, навчання критичному аналізу інформації, розвиток навичок медіаграмотності учасників освітнього процесу); створення сприятливої медіакультури
	проведеного у медіапросторі, вибір якісного та корисного контенту, уникнення надмірного споживання негативних новин); розвиток власної медіаграмотності (навчання основам медіаграмотності, використання різних онлайн-ресурсів та курсів, відвідування тренінгів та семінарів)	(стимулювання до конструктивних дискусій про медіа та в медіа, пропаганда відповідального та етичного використання медіа, створення атмосфери довіри та підтримки)
Перешкоди	інформаційний шум (складність у виокремленні достовірної інформації, вплив фейків та дезінформації); психологічний тиск (порівняння себе з іншими людьми в соціальних мережах, залежність від вподобайок та коментарів, кібербулінг та онлайн-цькування); нестача навичок медіаграмотності (невміння критично оцінювати інформацію, легке піддавання впливу маніпуляцій, нездатність захистити себе від негативного контенту)	нестача часу та ресурсів (перевантаженість навчальними програмами, відсутність методичних матеріалів, нестача технічного оснащення); низький рівень медіаграмотності (необхідність самостійного навчання, неготовність до роботи у відповідності до принципів медіаграмотності)

Узагальнення психолого-педагогічних вимог збереження ментального здоров'я учасників освітнього процесу крізь призму медіаграмотності вимагає розуміння особливостей медіапортрету сучасної молоді – контингенту закладів вищої освіти. По-перше, слід зауважити, що сучасна молодь є представниками покоління, яке виросло з інтернетом та мобільними телефонами. Вони дуже гнучкі у використанні різних медіаплатформ для спілкування, навчання, пошуку інформації та розваг з одного боку, але стають дуже залежними від нього з іншого. Так, наприклад, дослідження ГО «Детектор медіа» у період 2021–2023 рр. [5] демонструють наступне. У 2021 році (у межах дослідження «Медіаграмотність українців: 2021») 72% респондентів віком від 18 до 25 років зазначили, що користуються інтернетом щодня, з них 35% проводять в інтернеті більше 2 годин на день, а 15% респондентів відчують залежність від Інтернету.

Під час дослідження «Онлайн-життя українців під час війни» у 2022 році встановлено, що 81% респондентів цієї вікової групи користуються інтернетом щодня, з них 42% проводять в ньому більше 2 годин на день, а 20% визнають залежність від нього.

Результати дослідження «Молодь і медіа: 2023» вже показали, що 85% респондентів користуються інтернетом щодня, з них 51% респондентів проводять в інтернеті більше 2 годин на день, а 25% респондентів відчують від нього залежність.

Отже, можна зробити висновок, що чисельність молоді, яка користується Інтернетом щодня, постійно зростає, тому особливу увагу слід приділити їх активності в соціальних мережах, мультифункціональності, швидкому споживанню контенту, кліповому мисленню.

Збільшення часу перебування в медіапросторі ще й підсилюється переходом частини закладів вищої освіти на дистанційну та змішану форми навчання, що обумовлено воєнним станом та необхідністю створити безпечне середовище для здійснення освітнього процесу. Відсутність «живого» спілкування посилює необхідність психологічної підтримки учасників освітнього процесу та більш раціональному та відповідальному споживанню медіаресурсів.

Вважаємо, що серед психолого-педагогічних умов підтримки ментального здоров'я учасників освітнього процесу крізь призму медіаграмотності слід виділити наступні.

#### 1. Розвиток медіаграмотності учасників освітнього процесу.

Визнання медіаграмотності однією з ключових компетентностей сучасності та майбутнього позначено у Законі України «Про освіту», «Національній стратегії розвитку освіти України на період до 2027 року». Це обумовлено глобалізаційними, трансформаційними та інформаційними процесами. На необхідність вміння працювати з інформацією (не тільки споживати, а й створювати її) вказують й прогнози експертів щодо виникнення крапки сингулярності через великий обсяг інформаційних потоків – коли людство втратить здатність осмислювати інформацію, яку воно відтворює [3].

Розвиток медіаграмотності учасників освітнього процесу передбачає їх залучення до процесу розуміння медіапростору, його законів та особливостей та може включати вивчення основ медіаграмотності як окремої дисципліни або циклу позааудиторних заходів, які проводяться на систематичній основі, та передбачають моніторинг розуміння значущості проблеми та рівня обізнаності в ній цільової аудиторії.

Фокусом таких заходів мають стати: розуміння впливу медіа на життя людей, різні типи медіаконтенту та їх особливості, мова та прийоми медіавпливу, етика та формування відповідального ставлення до власної медіаактивності.

Для організації та проведення медіазаходів можуть стати у нагоді сучасні медіаплатформи, курси та тренінги.

Наприклад, «*Very Verified*» – онлайн-курс з медіаграмотності, розроблений IREX у партнерстві зі студією онлайн-освіти *EdEra*; «Медіаграмотний спротив: спілкуємось на рівних» –

онлайн-курс з медіаграмотності, розроблений Міністерством культури та інформаційної політики України; «Медіаосвіта» – освітній проєкт, який пропонує безкоштовні онлайн-курси, вебінари, інтерв'ю та інші матеріали з медіаграмотності; «МедіаШкола» – освітня платформа, яка пропонує курси з медіаграмотності для різних цільових аудиторій; «MediaSapiens» – освітня платформа, яка пропонує курси з медіаграмотності, критичного мислення та інших навичок, необхідних для успішного функціонування в цифровому світі; «Медіаосвіта.UA» – освітній портал, який пропонує курси з медіаграмотності, а також інші освітні матеріали з медіа тощо.

## 2. Включення питання формування критичного мислення в міждисциплінарний дискурс.

Навчання учасників освітнього процесу критично сприймати інформацію з різних джерел, включаючи медіа, має ґрунтуватися на розвитку навичок аналізувати, верифікувати, оцінювати, узагальнювати інформацію.

В арсеналі науково-педагогічних працівників є низка педагогічних методів та технологій, які можуть бути використані в цьому контексті: дискусії, дебати, case-study, побудова ментальних карт, використання методу проєктів, досліджень у соціальних мережах тощо.

## 3. Розвиток емоційного інтелекту учасників освітнього процесу.

Емоційний інтелект – здатність розпізнавати емоції та керувати ними. Учасники освітнього процесу потрібні володіти навичками розпізнавання та розуміння своїх емоцій, самоконтролю та управління ними. У контексті даної роботи особливе значення набувають вміння справлятися зі стресом та негативними емоціями, що виникають під впливом медіаконтенту.

## 4. Створення платформи для становлення та розвитку медіакультури.

Реалізація цієї умови може відбуватися в декількох напрямках та за допомогою різних педагогічних форм та методів. Наприклад, стимулювання до дискусій про медіа та їх вплив на життя людей може відбуватися через проведення тематичних заходів, створення дискусійних клубів та форумів. Для пропаганди відповідального та етичного використання медіа слід передбачити розробку та впровадження медіаетичних стандартів (наприклад, на рівні закладу або в межах вивчення окремих дисциплін), нагородження за відповідальне та етичне використання медіа. Важливим є також заохочення до створення власного якісного медіаконтенту.

Крім того, варто подбати про співпрацю учасників освітнього процесу один з одним та з медіаекспертами (наприклад, залучення медіафахівців до освітнього процесу, організація спільних проєктів та заходів, розробка програм підвищення кваліфікації тощо), створення онлайн-платформ (наприклад, надання доступу до навчальних матеріалів, обмін досвідом та кращими практиками, створення спільноти для спілкування та співпраці), проведення інформаційних кампаній.

## 5. Реалізація заходів, спрямованих на підтримку ментального здоров'я через розуміння законів медіапсихології.

Ця умова передбачає проведення просвітницьких заходів, які підвищують обізнаність про важливість ментального здоров'я, фактори ризику та методи профілактики, забезпечення доступу учасників освітнього процесу до ресурсів, які допомагають розвивати здоровий спосіб життя, позитивне мислення та стресостійкість.

У реалізації цієї умови учасникам освітнього процесу допоможуть такі платформи та сервіси: цілодобова психологічна підтримка «Запорука», «Хаб стійкості»; Група психологічної підтримки «Разом»; Центр психологічної підтримки «ОбійМи»; Центр психологічного консультування «Open Doors», онлайн-платформа «Розкажи мені»; Національна професійна лінія з питань профілактики самогубств та підтримки психічного здоров'я «Lifeline Ukraine» тощо.

Крім того, слід популяризувати заходи, спрямовані на створення позитивного освітнього середовища, а саме: формування культури емпатії, довіри та толерантності в освітньому

середовищі, забезпечення підтримки та співпраці між учасниками освітнього процесу, надання учасникам освітнього процесу можливості висловлювати власну думку та брати участь у прийнятті рішень.

Важливим є і профілактика медіазалежності. Реалізація її можлива через медіаторність, медіатерапію, розвиток критичного мислення.

6. Підготовка науково-педагогічних працівників для застосування принципів та законів медіаграмотності та підтримки ментального здоров'я під час реалізації освітнього процесу.

Це досягається шляхом навчання педагогів основам медіапсихології та методам її впровадження в освітній процес, розвитку навичок роботи з медіаконтентом та використання медіа в освітньому процесі, підвищення обізнаності педагогів про проблеми ментального здоров'я та способи їх вирішення. Це передбачає залучення науково-педагогічних працівників на курси підвищення кваліфікації з даної проблематики, відвідування тренінгів, семінарів, участь у конференціях, обмін досвідом.

Аналіз доцільності описаних психолого-педагогічних умов збереження ментального здоров'я учасників освітнього процесу крізь призму медіаграмотності проведемо за допомогою квадрату Декарта (табл. 2).

Таблиця 2

*Квадрат Декарта*

<b>Що буде, якщо це станеться?</b>	<b>Що буде, якщо не станеться?</b>
запровадження ефективних програм медіаосвіти в освітній процес; збільшення рівня критичного мислення серед учасників освітнього процесу; розширення знань та світогляду шляхом доступу до різноманітних джерел інформації; підвищення рівня свідомості щодо впливу медіа на ментальне здоров'я; регулярна психологічна підтримка та консультування учасників освітнього процесу; створення педагогічних матеріалів, спрямованих на підтримку психічного здоров'я через використання медіа; створення безпечного освітнього середовища	погіршення ментального здоров'я учасників освітнього процесу через недостатню освіту щодо впливу медіа; перенасиченість інформацією та вплив на психічний стан учасників освітнього процесу; збільшення вразливості до негативного медійного контенту; ризик формування стереотипів та перекручення реальності через медійну репрезентацію; зменшення рівня критичного мислення та аналітичних здібностей; можливість виникнення конфліктів та стресу під впливом медійних матеріалів або віртуальних спілкувань
<b>Чого не буде, якщо відбудеться?</b>	<b>Чого не буде, якщо не відбудеться?</b>
зменшення впливу негативного медійного контенту на ментальне здоров'я учасників освітнього процесу; зниження ризику психічних проблем, таких як стрес, тривога та депресія	втрата можливостей для покращення ментального здоров'я учасників освітнього процесу; постійний вплив негативних медійних факторів на психічне здоров'я

Вважаємо, що такий аналіз дозволяє зрозуміти важливість імплементації медіаграмотності в освітні програми в тому числі й для збереження ментального здоров'я учасників освітнього процесу. Крім того, з'являється можливість прогнозувати як наслідки, що виникають при різних сценаріях, так і перспективи та напрямки можливих подальших досліджень.

**Висновки.** Враховуючи результати проведеного аналізу, вбачаємо доцільним у майбутньому сконцентрувати зусилля на розвитку інноваційних методів медіаосвіти, спрямованих на підвищення психологічного благополуччя учасників освітнього процесу; впровадження інтерактивних платформ та медіапроектів, що сприяють психологічному розвитку та самовираженню; підтримку наукових досліджень та програм, спрямованих на вивчення впливу медіа на ментальне здоров'я та розробку ефективних стратегій попередження психічних проблем.

#### Список використаних джерел

1. Кірієнко У. Медіаграмотність для освітян. URL: <https://dnpb.gov.ua/my/R2-KUV-Presentation%20Media%20Literacy%202023.pdf> (дата звернення: 03.03.2024).
2. Медіаосвіта та медіа грамотність: підручник / ред.-упор. В. Ф. Іванов, О. В. Волошенюк; за науковою редакцією В. В. Різуна. Київ: Центр вільної преси, 2012. 352 с.
3. Підтримка ментального здоров'я в часи війни. *Національний інститут стратегічних досліджень*. URL <https://niss.gov.ua/news/komentari-ekspertiv/pidtrymka-mentalnoho-zdorovya-v-chasy-viyny> (дата звернення: 04.03.2024).
4. Романюк С., Шевчук К. Особливості формування медіаграмотності у закладах вищої освіти. *Інфомедійна грамотність – невід'ємна складова навчального процесу закладу вищої освіти: збірник статей*. Київ: Академія української преси, IREX, Центр Вільної преси, 2021. С. 316–325.
5. Сайт ГО Детектор медіа. URL: <https://detector.media/> (дата звернення: 05.03.2024).
6. Що таке ментальне здоров'я та як про нього дбати? *Східне міжрегіональне управління Держаної служби управління з питань праці*. URL: <https://smu.dsp.gov.ua/news/shcho-take-mentalne-zdorov-ia-ta-iak-pro-noho-dbaty/> (дата звернення: 03.03.2024).
7. Chervinska I., Derenko V., Prytulyak O. Integration of media technologies into the content and tasks of inclusive education. *The XXXIV International Scientific and Practical Conference «Problems of the development of modern science»*, August 30 – September 02, 2022. p. 236–238.

#### References

1. Kiriienko U. Mediahramotnist dlia osvitiian [Media literacy for educators]. URL: <https://dnpb.gov.ua/my/R2-KUV-Presentation%20Media%20Literacy%202023.pdf> (accessed: 03.03.2024) [in Ukrainian].
2. Mediaosvita ta media hramotnist: pidruchnyk / red.-upor. V. F. Ivanov, O. V. Volosheniuk; za naukovoiu redaktsiieiu V. V. Rizuna (2023). [Media education and media literacy]. Kyiv: Tsentr vilnoi presy [in Ukrainian].
3. Pidtrymka mentalnoho zdorovia v chasy viiny [Mental health support in times of war]. *Natsionalnyi instytut stratehichnykh doslidzhen*. URL: <https://niss.gov.ua/news/komentari-ekspertiv/pidtrymka-mentalnoho-zdorovya-v-chasy-viyny> (accessed: 04.03.2024) [in Ukrainian].
4. Romaniuk S., Shevchuk K. (2021). Osoblyvosti formuvannia mediahramotnosti u zakladakh vyshchoi osvity [Peculiarities of formation of media literacy in institutions of higher education]. *Infomediina hramotnist – nevidiemna skladova navchalnoho protsesu zakladu vyshchoi osvity: zbirnyk statei*. Kyiv: Akademiia ukrainskoi presy, IREX, Tsentr Vilnoi presy [in Ukrainian].
5. Sait HO Detektor media [The website of the NGO Detektor media]. URL: <https://detector.media/> (accessed: 05.03.2024) [in Ukrainian].
6. Shcho take mentalne zdorovia ta yak pro noho dbaty? [What is mental health and how to take care of it?]. *Skhidne mizhrehionalne upravlinnia Derzhanoi sluzhbyupravlinnia z pytan pratsi*. URL: <https://smu.dsp.gov.ua/news/shcho-take-mentalne-zdorov-ia-ta-iak-pro-noho-dbaty/> (accessed: 03.03.2024) [in Ukrainian].
7. Chervinska I., Derenko V., Prytulyak O. (2022). Integration of media technologies into the content and tasks of inclusive education. *The XXXIV International Scientific and Practical Conference «Problems of the development of modern science»*, August 30 – September 02, 236–238.