

ГАЗЛАЙТИНГ ЯК ВИД ПСИХОЛОГІЧНИХ МАНІПУЛЯЦІЙ У НАВЧАЛЬНОМУ КОЛЕКТИВІ

Стаття присвячена розгляду питань із психології маніпулювання та темі відносин у навчальному колективі молодшої школи. Розглядається один із видів психологічного насилля в навчальному середовищі під назвою «газлайтинг». Розкривається поняття газлайтингу і його види. Розглянуті причини, які приводять до газлайтингу, а також сформульовані методи його профілактики серед учнів початкових класів.

Ключові слова: газлайтинг, маніпулятор, причини та профілактика газлайтингу, маніпулювання, учитель, учень, навчальний процес.

Постановка проблеми. У процесі спілкування люди, самі того не усвідомлюючи, часто використовують маніпулятивні методи чи технології, особливо коли вони хочуть чогось досягти від іншої людини. Зростаючий інтерес до цієї проблеми зумовлений прагненням учених проаналізувати питання, пов'язані з допустимістю маніпулятивного впливу на людину, а також із пошуком способів протистояння й захисту від маніпуляцій.

Маніпуляція – один із найбільш цікавих видів людської поведінки, це невід'ємна частина соціальної культури. У науковій літературі є безліч визначень того, що таке «маніпуляція». У своїй роботі ми використовуємо поняття маніпуляції як «навмисне й приховане спонукання іншої людини до переживання певних станів, прийняття рішення чи виконання дій, необхідних для досягнення ініціатором своїх власних цілей» [7, с. 67].

Газлайтинг – це психологічна маніпуляція, завдання якої полягає в тому, щоб змусити людину засумніватися в об'єктивності того, що відбувається. Людина, яка застосовує газлайтинг, називається газлайтером. Дитині набагато важче в такій ситуації, оскільки вона не розуміє, що відбувається газлайтинг. Оцінка вчителя є потужним чинником впливу на самооцінку молодшого школяра. Оцінюючи знання, учитель одночасно оцінює особистість, її можливості й місце серед інших. Невипадково науковець А. Адлер професію педагога відніс до так званих кратичних професій («кратос» – із грецької «влада»). Діяльність учителя, вихователя містить у собі приховані можливості для компенсації в нього глибинного почуття неповноцінності за рахунок досягнення невразливої владної позиції (через авторитарний стиль) або за рахунок спритнішого й майстернішого – маніпулятивного впливу на учнів. Такі маніпуляції особливо небезпечні, оскільки йдуть від авторитетного, значущого дорослого й впливають на ще не сформовану особу учня, крім того, зазвичай здійснюються

через «гру на струнах» почуттів дитини [5, с. 107]. Основні проблеми сучасної загальноосвітньої школи зосереджуються навколо труднощів, з якими стикаються вчителі в міжособистісному спілкуванні з учнями. У певних ситуаціях вчителі для вирішення складних педагогічних ситуацій вдаються до маніпуляцій. Зокрема, Л. Мітіна стверджує, що в школі часто можна спостерігати неконструктивні способи впливу вчителів на учнів (ігнорування, пригнічення, використання маніпуляцій, які призводять до зламу особистості, до асоціальних форм поведінки, невротичних проявів і психосоматичних захворювань) [6, с. 45]. Треба зазначити, що й вчителі також піддаються маніпуляціям із боку учнів. Проте ця сфера знань є недостатньо дослідженою, особливо в контексті проблем міжособистісного спілкування в молодшій школі.

Феномен психологічного маніпулювання добре відомий психологам. Історія вивчення явища міжособистісної маніпуляції сягає в давнину. Відомі китайські філософи досліджували мистецтво створювати та реалізовувати за допомогою хитрощів плани з прихованою кінцевою метою. В античні часи про прийоми маніпулятивного впливу на людей у процесі їх взаємодії, зокрема, писав Аристотель. Відомі роботи Макіавеллі, Шопенгауера, в яких розглядаються численні аспекти міжособистісної взаємодії людей, зокрема й психологічні маніпуляції партнером. Згідно з етимологічним словником української мови, слово «маніпуляція» означає «складну дію над чимось», є запозиченням із французької мови; французькі слова *manipulation*, *manipuler* («маніпулювати, обробляти») пов'язані з *manipule* («жменя») і походять від лат. *manipulus*, утвореного з основ іменника *manus* («рука») і дієлова *pleo* («наповню») [2, с. 383]. Таким чином, маніпулювати кимось можна, «тримаючи його в жмені». У роботах сучасних учених маніпуляція визначається переважно як різновид психологічного впливу, який сприяє зміні в іншій людині

її намірів, що не збігаються з її актуальними бажаннями [1, с. 56], навмисне й приховане спонукання іншої людини до переживання певних станів, прийняття рішень і виконання дій, необхідних для досягнення ініціатором своїх власних цілей [7, с. 67].

Мета статті – теоретичний аналіз поняття газлайтингу як виду психологічної маніпуляції в навчальному колективі молодшої школи, дослідження причин виникнення та визначення методів профілактики газлайтингу.

Виклад основного матеріалу. Термін «газлайтинг» походить із назви фільму «Газове світло», екранізованого в 1940 р., сюжет якого побудований на зазначеній маніпулятивній технології. У 60-х рр. ХХ ст. термін було введено в науковий обіг для характеристики маніпулятивних ситуацій, коли ставиться мета посягти сумніви в жертви маніпуляції в адекватності сприйняття нею об'єктивної реальності. Людина, яка застосовує газлайтинг, називається газлайтером. Газлайтинг – бездіяльність із боку жертви, яка навіть не опирається своєму маніпулятору. Психологія виділяє різні причини газлайтингу, але найчастіше вони пов'язані з тим, що людина не здатна змінити. Наприклад, людині докучають тим, що вона не в тому віці, не тої статі, що її соціальний статус або становище в сім'ї невідповідні. Так, часто можна почути: «У тебе ще молоко на губах не висохло». Газлайт – не одноразовий прецедент, а тривала стратегія поведінки. За один раз агресор нічого не досягне, неможливо відразу зробити людину «безвольною ганчіркою» у її власних очах. По-друге, газлайтер є свого роду «емоційним вампіром», він отримує своєрідне задоволення, регулярно спостерігаючи приниження жертви. Не завжди газлайтинг застосовується усвідомлено, найчастіше агресор навіть не знає цього слова, і поняття не має, які складні «ігри з мозком» затіває.

Найчастіше газлайтинг зустрічається серед людей, які проводять поруч багато часу й мають тісний взаємозв'язок (у сім'ї, між друзями, у дитячих і дорослих колективах). Типові пари «газлайтер – жертва» можуть бути батьком і дитиною, чоловіком і дружиною, учителем і учнем. Дитині набагато важче в такій ситуації, оскільки вона не розуміє, що відбувається газлайтинг. Як боротися із цим, вона також не знає й вірить усьому, що говорять його рідні або вчителі в школі. Вона починає сумніватися у власній повноцінності, стає закритою та депресивною. Батьки та педагоги в очах дитини виглядають авторитетними та непогрішними, учитель у ході своєї роботи на уроці володіє правом оцінювати іншу емоційно незрілу людину, що дає йому відчуття влади. Оцінка вчителя є потужним чинником впливу на самооцінку молодшого школяра. Оцінюючи знання, учитель одночасно оцінює особистість, її можливості й місце серед інших. Саме так сприймаються оцінки

дітьми. Орієнтуючись на оцінки вчителя, діти самі ранжують себе й своїх товаришів як відмінників, середніх, слабких, старанних або нестаранних, відповідальних або безвідповідальних, дисциплінованих або недисциплінованих [8, с. 45].

На думку Н. Яковченко, Т. Жулибіної, деякі вчителі не завжди усвідомлюють роль своїх оцінювальних суджень у формуванні самооцінки молодших школярів – одного з найважливіших засобів впливу на розвиток особистості. Оцінювальна діяльність учителя зазвичай здійснюється у формі відміток в журналі й у вербальній формі. Між цими двома формами оцінок є істотна відмінність. Оцінка, яку вчитель ставить у журнал, є офіційним документом. Тому вчитель ставить її на основі спеціально розроблених критеріїв і вимог суспільства. До вербальних же оцінювальних суджень учителя суспільство пред'являє лише загальні, принципові вимоги, що не контрольовані визначеними показниками. Тому вербальна оцінка не менше відповідальна для вчителя, ніж оцінка в журналі. Вона дозволяє педагогові враховувати ситуацію, що склалася, підкреслювати старанність учнів, яким важко дається навчання, і навпаки, виражати засудження здатних, але ледачих [4, с. 24].

Успіхи й невдачі в навчанні, оцінка вчителем результатів його навчальної праці починають визначати й ставлення дитини до самої себе, тобто її самооцінку. У учня в освітньому процесі формується установка на оцінку своїх можливостей – один з основних компонентів самооцінки, у якій відбивається те, що дитина дізнається про інших, і її зростаюча власна активність, спрямована на усвідомлення своїх дій і особистісних якостей [4, с. 32].

Культивуванню низької самооцінки в невстигаючих дітей сприяють так само ще нижчі, ніж оцінки вчителя, оцінки учнів по класу, які переносять неуспішність дітей у навчанні на всі інші сфери їхньої діяльності. У неуспішних дітей формується занижена самооцінка, страх перед аудиторією, страх висловлювати свою думку. Такі учні найшвидше піддаються газлайтингу з боку однолітків, оскільки в них не вироблені власні образи «Я», і будь-хто може посягнути на їхню самоідентичність. Газлайтер маніпулює жертвою так, щоб вона засумнівалася у своїй «нормальності»; він змушує задуматися про власну адекватність та емоційну стабільність; особливу увагу приділяє віковим, гендерним і фізіологічним характеристикам людини, підкреслюючи її некомпетентність; говорить про жертву як про пустоголову й немічну людину; ігнорує її почуття. Бувають різні «рівні» газлайту. У легкому варіанті жертва просто відчуває себе підпорядкованою агресору, відчуває неминучу необхідність виконувати його веління й переймати його думку з усіх питань. У найважчих випадках жертва спочатку починає вважати себе не такою, як усі, неповноцінною, а потім дійсно можуть відбутися зміни в психіці. Втрачається або значно знижується само-

оцінка, втрачається бажання обдумувати все самостійно й приймати самостійні рішення, з'являються проблеми з пам'яттю. Серйозні проблеми можуть початися в емоційній сфері: жертва може «заборонити» собі відчувати «неправильні» емоції й стати беземоційною людиною, або навпаки – у жертви можуть траплятися істерики, часті емоційні зриви.

Відомий сучасний американський психолог Еверетт Л. Шостром узагальнив причини маніпулятивної поведінки, виділені іншими авторами [9, с. 45]. На наш погляд, ці причини є універсальними й можуть пояснювати маніпуляції учасників навчально-виховного процесу.

Першу причину обґрунтував Ф. Перлз. Вона полягає в тому, що людина знаходиться у вічному конфлікті між «спиранням на себе й спиранням на зовнішнє середовище». Тут виникає проблема довіри собі й довіри іншим людям. Недовіра вчителя до учнів перешкоджає розвитку їхньої самостійності, блокує їхнє прагнення до творчості й самовираження.

Другу причину визначив Е. Фромм, який вважав, що щира сутність людини – це любов. Однак багато людей не усвідомлюють, що ми не можемо любити іншого, поки не полюбимо самих себе. А полюбити себе – прийняти себе з усіма своїми слабкостями й недоліками. Ми ж піддаємося ілюзії, що любити можна тільки за щось: за досконалість, за досягнення й т. ін. Тому ми заміняємо любов владою над людиною, прагнучи «виправлятися» й «виправляти» інших. Учитель, що наслідує таку «традицію», безнадійно програє, ображаючи таким ставленням не тільки себе, але й своїх учнів.

Третя причина маніпулювання полягає в екзистенціальній проблемі – страху залишитися на самоті. Дж. Буженталь вважає, що ризик і невизначеність у житті настільки великі, що людина почуває себе в сучасному світі безпомічною й самотньою, тому терпить біля себе газлайтера.

Четверта причина – це страх перед незручним становищем. Побоюючись потрапити в яке-небудь незручне становище, будь-яка людина, а особливо дитина, боїться чинити опір маніпулятору.

П'ята причина маніпуляції може бути виявлена на основі теорії Альберта Елліса, який охарактеризував деякі алогічні припущення, які люди використовують у житті. Серед них – необхідність одержувати схвалення від інших людей.

С. Зелінський пропонує універсальні показники ефективної протидії маніпуляціям:

1) здатність ставити все під сумнів, доходити до розуміння всього особисто, приймати на віру тільки після підтвердження своїм досвідом, тобто розвинена критичність мислення;

2) упевненість у собі. Наявність упевненості людини у власних силах дозволяє долати будь-які спрямовані на неї маніпуляції;

3) самодостатність. Останній факт також є найбільш ефективним і дозволяє уникнути пере-

важної кількості маніпуляцій із боку кого б то не було, бо людині, що сповідує самодостатність, не потрібні поблажки й пільги з боку інших, а значить, вона не буде нічого ні в кого ані просити, ані брати, тим самим збереже свою винятковість і цілісність, що не залежить від впливу з боку, і стає абсолютно невідкладною жодним маніпуляціям [3, с. 107].

Отже, чим вища в дитини самооцінка, тим краще вона може опиратися намірам газлайтера. Формування самооцінки пов'язане з активними діями дитини, зі самоспостереженням і самоконтролем. Вирішальний вплив на формування самооцінки чинять два фактори: ставлення оточуючих і усвідомлення самою дитиною особливостей своєї діяльності, її ходу й результатів. І це усвідомлення не з'явиться автоматично: батькам і вихователям треба вчити дитину бачити й розуміти себе, учити координувати свої дії з діями інших людей, узгоджувати свої бажання з бажаннями й потребами оточуючих.

Висновки. На основі аналізу психологічної літератури з проблеми дослідження ми дійшли висновку, що жертвою газлайтингу частіше стає дитина із заниженою самооцінкою, негативним образом внутрішнього «Я», із нерозвинутими соціальними навичками. Перспективи подальшої роботи ми бачимо в напрямі поглиблення вивчення проблеми газлайтингу в навчальному колективі, а також у розробленні профілактичних заходів у роботі з учнями початкової школи.

Література:

1. Доценко Е. Психология манипуляции. М.: Прогресс, 1996. 396 с.
2. Етимологічний словник української мови. Т. 3. Укладачі: Р. Болдирєв, В. Коломієць, Т. Лукінова. К: «Наукова думка». 1989. С. 383.
3. Зелинский С. Манипулирование личностью и массами. М., 2008. 342 с.
4. Костильов Ф. Вчити по-новому. Чи потрібні оцінки-бали. Книга для вчителя. М.: Владос, 2005.
5. Литвинчук А., Чернобровкіна В. Манипуляція як средство психологического влияния в педагогическом общении. Духовність особистості: методологія, теорія і практика: збірник наукових праць / гол. ред. Г. Шевченко. Луганськ: Вид-во Східноукр. нац. ун-ту, 2005. Вип. 5 (11). С. 103–114.
6. Митина Л. Психология профессионального развития учителя. М.: Флинта; Московский психолого-социальный институт, 1998. 200 с.
7. Сидоренко Е. Тренинг влияния и противостояния влиянию. СПб.: Речь, 2007. 256 с.
8. Феннел М. Як підвищити самооцінку. М.: АСТ, 2005.
9. Шостром Э. Анти-Карнеги, или Человек-манипулятор; пер. с англ. А. Малышевой. Мн.: ТПЦ «Полифакт», 1992. 128 с.

Хропун Н. В. Газлайтинг как вид психологической манипуляции в учебном коллективе

Статья посвящена рассмотрению вопросов психологии манипулирования и теме отношений в учебном коллективе младшей школы. Рассматривается один из видов психологического насилия в учебной среде под названием «газлайтинг». Раскрывается понятие газлайтинга, а также сформулированы методы его профилактики среди учеников начальных классов.

Ключевые слова: газлайтинг, манипулятор, причины и профилактика газлайтинга, манипулирование, учитель, ученик, учебный процесс.

Khropun N. V. Gaslighting as a kind of psychological manipulation in the educational collective

The article is devoted to the consideration of questions on the psychology of manipulation and the topic of relations in the educational collective of the junior school. One of the types of psychological violence in the educational environment under the name “gaslighting” is considered. The concept of gaslighting and its types are revealed. Considered the reasons that lead to gaslighting, as well as formulated methods for its prevention among primary school students.

Key words: gaslighting, manipulator, causes and prophylaxis of gaslighting, manipulation, teacher, student, educational process.