

УДК 327.5:355.4(470+477)

І.М. Грідіна
О.М. Автомеєнко
С. П. Пахоменко

ПАНІКА ЯК ЗБРОЯ: ТЕХНОЛОГІЇ ДЕМОРАЛІЗАЦІЇ В УМОВАХ РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ

У статті здійснено теоретико-політологічний аналіз механізмів використання масової паніки та деморалізації як стратегічних інструментів у сучасній гібридній війні. На прикладі російсько-українського протистояння (2022–2025 рр.) досліджено трансформацію інформаційно-психологічних операцій (ІПСО) у комплексні «панічно-деморалізаційні кампанії». Проаналізовано роль когнітивних атак у формуванні стану «навченої безпорадності». Обґрунтовано, що сучасні комунікаційні технології перетворюють тактичні емоційні реакції (страх, паніка) на стратегічні фактори дестабілізації політичної системи. Визначено роль національної резильєнтності як фактору асиметричної протидії.

Ключові слова: інформаційно-психологічні операції, гібридна війна, російсько-українська війна, деморалізація, паніка, маніпуляції, пропаганда, дезинформація

DOI 10.34079/2518-1521-2025-15-43-69-82

Постановка проблеми. У сучасних геополітичних умовах центр ваги збройного протистояння зміщується з фізичного знищення противника на злам його волі до опору. Інформаційний простір перестав бути лише фоном для бойових дій, перетворившись на повноцінний домен війни, де розгортаються основні битви за смисли та емоції. У цьому контексті паніка розглядається агресором не як побічний ефект бойових дій, а як керована зброя масового ураження ментальної сфери, здатна паралізувати державні інститути швидше, ніж конвенційна зброя.

Російсько-українська війна стала точкою відліку, що змінила архітектуру глобальної безпеки та методи ведення конфліктів. Асиметричний характер протистояння змушує агресора вдаватися до тотального психологічного тиску на цивільне населення. Отже, проблема полягає у переосмисленні технологій деморалізації не як окремих тактичних прийомів, а як складових нової парадигми війни, де ракетні удари по цивільних об'єктах стають інструментом індукування паніки, інтегруючи фізичний терор у когнітивну війну та остаточно стираючи межу між фронтом і тилом.

Метою дослідження є концептуалізація паніки та деморалізації як стратегічної зброї в умовах трансформації природи воєнного конфлікту, що сформувалася в ході російсько-українського протистояння, де сучасні комунікаційні технології та асиметричний характер дій забезпечують глобальний масштаб і критичну глибину когнітивного враження.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Теоретико-методологічні засади дослідження знаходяться на перетині політології, воєнної науки, історії та соціальної психології, що зумовлено комплексним характером гібридних загроз.

Фундаментальні засади гібридної війни розкрито у працях В. Горбуліна, який визначає її як світоглядне протистояння (Горбулін, 2017). С. Федонюк та М.

Туранський ґрунтовно проаналізували еволюцію ПСО від допоміжних військових тактик до інструментів зовнішньої політики (Федонюк, 2024; Туранський, 2018). В.М. Шемаєв, розглядає когнітивну війну не просто як інформаційний вплив, а як операційну сферу, спрямовану на зміну світогляду та поведінки супротивника через психологічний злам (Шемаєв, 2024).

Важливий пласт досліджень становлять розробки західних експертів. Зокрема, аналітики RAND Corporation розглядають «волю до боротьби» (will to fight) як критичний фактор безпеки (Connable, McNerney, et al., 2019). Дослідники К. Демпе та Г. Шаал розвивають концепцію «когнітивної війни», де розум людини стає полем битви (Deppe and Schaal, 2024). Х. Пастор Галіндо та К. Демпе аналізують роль соціальних мереж у поширенні дезінформації (Pastor-Galindo, Nespoli, et al., 2025). С. Бахман, Д. Путтер та Г. Дучинський доводять, що російська стратегія вийшла за межі класичної пропаганди, створивши замкнений цикл впливу на прийняття рішень як цивільними, так і військовими (Bachmann, Putter and Duczynski, 2023.).

Окремий фокус дослідження спрямовано на соціально-психологічний вимір протистояння. Науковці Інституту соціальної та політичної психології НАПН України аналізують феномен «кризового стилю життя» в умовах війни та наголошують, що адаптація до перманентної загрози відбувається не лише через мобілізацію ресурсів, а й через специфічні зміни у повсякденних практиках та когнітивних установках населення, що є важливим фактором національної стійкості (Слюсаревський, Чуніхіна, та Найдьонова, 2022.).

Таким чином, дослідження виходить за межі суто політологічного аналізу, застосовуючи міждисциплінарний підхід: методи воєнної науки дозволяють оцінити тактику синхронізації ударів, психологія пояснює механізми масових реакцій (паніка), а історія дає можливість простежити тяглість російських практик «рефлексивного управління». Специфіка використання цих технологій у російсько-українській війні (2022–2025 рр.), зокрема її когнітивної складової, потребує подальшої систематизації.

Виклад основного матеріалу. Розуміння паніки як зброї не є винаходом ХХІ століття, однак саме сучасна цифрова епоха трансформувала її з тактичного прийому на стратегічну доктрину. Ще у V ст. до н.е. китайський стратег Сунь Цзи у трактаті «Мистецтво війни» сформулював аксіому: «Найвища майстерність - зламати опір ворога без бою» (Сунь-цзи, 2015). У цій парадигмі паніка розглядалася як наслідок обману та дезінформації, що дозволяло перемагати меншими силами.

Пізніше пруський генерал та військовий теоретик Карл фон Клаузевіц вперше концептуалізував значення морального фактора на війні, якому до того більшість теоретиків не надавали належної ваги. Аналізуючи суб'єктивну природу конфлікту, він визначав війну як середовище тотальної небезпеки, де ключову роль відіграє не лише математичний розрахунок, а й «духовні сили людини»: «Стихія, в якій протікає військова діяльність, – це небезпека; мужності відводиться найважливіша роль... Відвага, віра в своє щастя, сміливість – не що інше, як прояв мужності, що шукає невідомого ризику, тому що там – його стихія» (Клаузевіц, 2015, с. 23). Саме цей «моральний елемент» сьогодні стає головною мішенню панічно-деморалізаційних операцій, мета яких знищити мужність ще до початку фізичного зіткнення

Хоча загалом Клаузевіц мислив категоріями фізичної сили, сучасна інтерпретація моральних чинників війни (зокрема в доктринах США та НАТО) визначає «національну волю до боротьби» як критичний (Connable, McNerney, et al., 2019).

У ХХ столітті британський військовий теоретик Безіл Ліддел Гарт розвинув концепцію «стратегії непрямих дій». Він стверджував, що причиною поразки є не

розгром військ, але виснаження держави (Liddell, 1967). Паніка тут виступає інструментом паралічу прийняття рішень. Радянська військова школа трансформувала ці ідеї в теорію «рефлексивного управління» - мистецтво передачі противнику таких підстав для рішення, які змушують його діяти на користь агресора (Thomas, 2004). Саме ця теорія стала фундаментом для сучасних російських операцій.

У XXI столітті, з появою соціальних мереж, війна перейшла і у когнітивний вимір. Начальник Генштабу РФ В. Герасимов у своїй доктрині (2013) наголосив на пріоритеті невійськових методів, де інформаційний простір відкриває широкі асиметричні можливості для зниження бойового потенціалу противника (Самігін, 2022). Паніка в цій новій парадигмі стає алгоритмічною: вона поширюється вірусно, минаючи фільтри критичного мислення, і синхронізується з фізичними атаками (ракетним терором), створюючи ефект тотальної присутності війни. У контексті сучасної гібридної війни, уособленням якої є російсько-українське протистояння, традиційні психологічні категорії «паніка» та «деморалізація» набувають нового політико-мілітарного змісту. Відбувається процес їхньої сек'юритизації - переведення з площини особистих переживань у площину загроз національній безпеці.

Однак, аналізуючи цю еволюцію, необхідно відзначити фундаментальне зрушення: паралельно зі зміною парадигми війни трансформувалася і її неконвенційна зброя. Відбулася екстраполяція об'єкта впливу. Якщо на початку XX століття (зокрема, в період Першої світової війни) технології деморалізації були спрямовані переважно на комбатантів - так більшовицька пропаганда ефективно розклала російську армію гаслами «Мир народам» та «Землю - селянам», позбавивши її боєздатності зсередини окопів, - то у XXI столітті вістря атаки змістилося на цивільне населення.

У сучасній гібридній війні паніка перестає бути суто психологічним емоційним станом окремих індивідів і перетворюється на інструмент стратегічного тиску. Ця трансформація є критичним викликом для демократій. У країнах, де суспільство є ключовим суб'єктом політики (зокрема в Україні), психологічна дестабілізація населення неминуче конвертується у тиск на владу та впливає на прийняття стратегічних рішень. Агресор розраховує на чіткий алгоритм: паніка населення - соціальна напруга - зниження рейтингу влади - тиск виборців на уряд - примус до капітуляції. Таким чином, деморалізація тилу створює опосередкований, але критичний вплив на державний суверенітет, який раніше досягався лише прямою окупацією.

У класичній соціальній психології (Smelser, 1965) паніка визначається як ірраціональна поведінка натовпу, викликана дефіцитом інформації або раптовою загрозою. Однак у політологічному та військовому вимірі сучасної гібридної війни це поняття трансформується. Ми пропонуємо розглядати паніку як штучно індукований стан когнітивного перевантаження суспільства, що призводить до тимчасового паралічу механізмів прийняття рішень. Мета такого впливу — зруйнувати здатність противника адекватно оцінювати ситуацію, змушуючи його діяти хаотично. Як зазначають дослідники когнітивної війни (Б. Клавері, Ф. дю Клузель), у сучасному конфлікті паніка стає «зброєю десинхронізації»: вона змушує соціум реагувати на хибні загрози швидше, ніж держава встигає надати правдиву інформацію (Claverie, Prébot, Buchler, and Du Cluzel, 2022). Політичним наслідком цього стає втрата керованості соціальними процесами, недовіра до офіційних каналів комунікації, хаотизація тилу.

Якщо паніка є тактичним, короткостроковим явищем, то деморалізація виступає стратегічною метою. У психології це стан пригніченості та втрати віри у власні сили. У військовій політології це поняття еволюціонує у категорію «волі до боротьби». Аналітики корпорації RAND (Б. Коннабл, М. МакНерні) визначають деморалізацію як

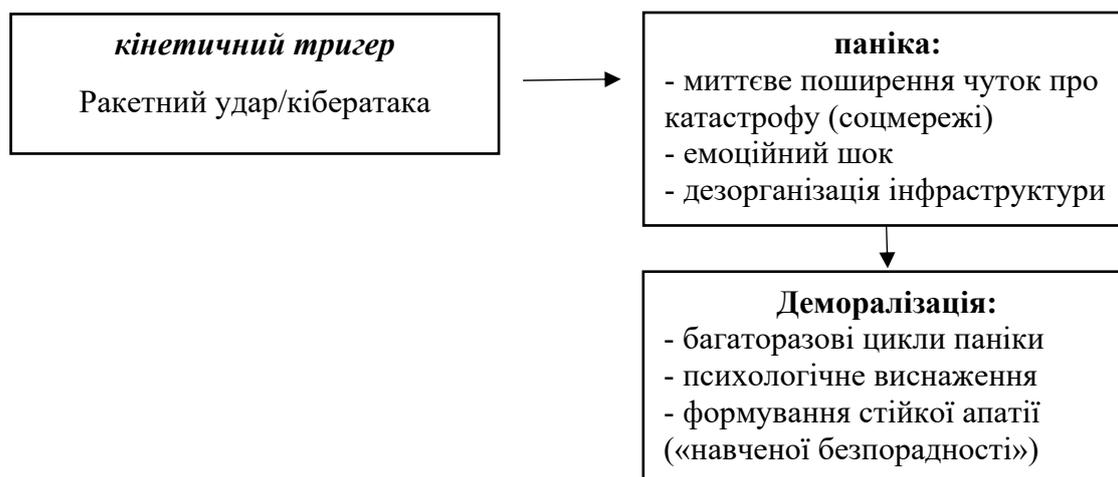
процес руйнування соціального контракту між армією, народом та урядом (Connable, McNeerney, et al., 2019). Отже, у новій парадигмі війни деморалізація - це не просто небажання воювати, а сформоване переконання у політичній недоцільності опору. Російська стратегія використовує деморалізацію для індукування стану, який політолог Г. Лассвелл ще у ХХ ст. описував як «розрив зв'язків лояльності» через маніпуляцію символами ідентифікації (Lasswell, 1938).

Саме тут простежується перехід психологічного емоційного стану до політичного чинника:

Психологічний рівень	Політичний рівень
«Мені страшно, я не бачу майбутнього»	«Влада некомпетентна, війна програна, треба домовлятися на будь-яких умовах»

Механізми взаємодії паніки та деморалізації у новій парадигмі гібридної війни можна представити у вигляді схеми:

Паніка як тригер, деморалізація як результат



Таким чином, у сучасному дискурсі відбувається «мілітаризація» психологічних понять: паніка стає різновидом нелетальної зброї масового ураження, а деморалізація - критерієм ефективності гібридної кампанії.

Аналіз динаміки російсько-української війни актуалізує необхідність концептуалізації феномену складової ІПСО, який автори пропонують визначити як «панічно-деморалізаційні операції». Запропоноване визначення базується на переосмисленні класичного інструментарію ІПСО та інтегрує класичні підходи до психологічних операцій із трансформованим значенням категорій паніки та деморалізації, які в сучасних умовах еволюціонували від короткострокових тактичних ефектів до інструментів стратегічного впливу. У такий спосіб визначення «панічно-деморалізаційні операції» фіксує поєднання фізичного терору з когнітивним тиском, що є визначальною рисою сучасної гібридної війни.

Розглянемо механізм цих операцій на прикладі ключових кейсів, де фізичні загрози синхронізуються з маніпулятивними інформаційними хвилями.

Однією з базових механізмів російської стратегії виснаження є створення психологічного стану «навченої безпорадності». Цей термін, введений американським

психологом Мартіном Селігманом у 1967 році, описує стан, коли суб'єкт, що тривалий час зазнає невідворотного негативного впливу, припиняє будь-які спроби опору (Старовойт, б.д.; Гундერთайло, б.д.)

Під час російсько-українського протистояння РФ масштабувала цей ефект на рівень суспільства, використовуючи енергетичний терор (жовтень 2022 – зима 2024 рр.). Системні ракетні удари по об'єктах критичної інфраструктури, що призвели до тимчасової втрати до 50% генеруючих потужностей, створювали умови тотальної непередбачуваності (загроза загибелі, відсутність світла, зв'язку, тепла). The Economist у жовтні 2025 р. писав про те, що в умовах, коли наземна війна Путіна йде не дуже добре, він намагається змусити Україну у буквальному сенсі «поринути у темряву», завдаючи повітряних атак на енергомережу, центральне опалення та газову інфраструктуру з наближенням зими. Мета полягає в тому, щоб зробити непридатними для життя частини сходу країни, підірвати промисловість та захопити масову еміграцію (The Economist, 2025.). Синхронно з фізичними відключеннями світла та опалення російські ботоферми та анонімні Telegram-канали активізували кампанії з дезінформації, стверджуючи, що Україна нібито «продає електроенергію за кордон», поки населення потерпає від темряви (Гідзинська, 2024). Отже, мета полягала у каналізації соціального відчаю в агресію проти національного уряду. Слід визнати, що попри спроби викликати соціальну апатію, українське суспільство продемонструвало високу резильєнтність завдяки горизонтальній самоорганізації (створення «Пунктів незламності», масова закупівля генераторів), що дозволило зберегти суб'єктність.

Для придушення патріотичного дискурсу та волі до опору агресор використовує тактику, яку можна пояснити у концептах так званої «спіралі мовчання», розроблену німецькою дослідницею Елізабет Ноель-Нойман. Сутність концепції полягає у тому, що індивід з меншою ймовірністю висловить свою думку, якщо відчуває, що вона суперечить домінуючій у суспільстві позиції. Як зазначає дослідниця, «страх ізоляції змушує людей постійно перевіряти клімат думок, і якщо вони бачать, що їхня позиція втрачає підтримку, вони замовкають, прискорюючи тим самим спіраль» (Noelle-Neumann, 1984, р. 6-7). РФ штучно моделює цю «більшість» в інформаційному просторі для маргіналізації ідей опору через залучення масштабних мереж ботів (наприклад, мережа сайтів-двійників «Pravda», викрита Центром протидії дезінформації), які масово тиражують коментарі про «необхідність миру за будь-яку ціну» та «зраду Заходу» (Стеценко, 2025; Мельник, 2024). Фундаментальна ціль росіян, зазначає докторка політичних наук, професорка Київського Політехнічного Інституту Л. Смола - розколоти і деморалізувати: «деморалізувати частину українського суспільства, яка займається волонтерством, щоб змусити думати, ніби немає сенсу це робити. Деморалізувати тих, хто є на фронті, внести розбрат повідомленнями на кшталт: поки ви на війні, там в тилу вони розважаються. Тобто створити конфлікт між тими, хто воює, і тими, хто в тилу, тими, хто виїхав, і тими, хто в Україні» (Трифоненко, 2024).

Ще однією з найпопулярніших технологій російської пропаганди є створення ефекту безальтернативної реальності. Пропаганда завжди намагається конструювати альтернативну реальність і прагне зробити її максимально простою, пояснює Л. Смола. У якості прикладу вчена наводить тезу, яка активно поширювалась соціальними мережами: «Трамп заборонить постачання зброї в Україну. А до того ж Трамп своїми екстравагантними висловами дає підстави для різного роду трактувань. І цей наратив, ця рамка про заборону на зброю для України постійно наповнюється інформаційними повідомленнями» (Трифоненко, 2024). На початку широкомасштабної агресії такою спробою був наратив «Київ за 3 дні» - безальтернативна реальність швидкої поразки від

«другої армії світу». Згодом ця тактика трансформувалася у просування тез про «тотальну корупцію» та «марність подальшої боротьби». Російська пропаганда намагається змусити патріотичну частину суспільства «замовкнути» і не висловлювати публічну підтримку діям держави, створюючи ілюзію загальнонаціональної зневіри.

Дотичним вектором деморалізації є провокування суспільного розколу за лінією «громадяни – влада», створення стану соціальної фрагментації, який має як безпосередній, так і опосередкований політичний вплив. Пріоритетною мішенню деструктивних зусиль стає підтримка України західними країнами. Російська пропаганда поширює постановочні матеріали (наприклад, фейкові відео або «звинувачення» у нібито неефективній військовій допомозі), перебільшуючи конфлікти навколо поставок озброєння та фінансової підтримки. Інформаційні операції такого типу проводилися з метою підризу довіри до уряду і міжнародних партнерів, формуючи наративи про «корумповані гранти», «нечесні угоди» та «західний контроль над країною», участь у якому пересічному громадянину нібито шкодить. Ключовим елементом цих кампаній є маніпулятивна інтерпретація фактів (метод часткової достовірності), яка завдяки правдоподібності активно підхоплюється громадянами і поширюється самостійно (ефект «самовідтворення» чуток). В умовах високої чутливості суспільства до зовнішньої підтримки ці наративи швидко стають каталізаторами напруги та деструктивного політичного ефекту. Експерти визначають основні групи таких наративів: західна допомога нібито розкрадається чиновниками; поставки зброї та техніки використовуються для збагачення еліт; допомога є недостатньою і спрямована лише на затягування конфлікту; українська влада нібито «продає інтереси народу» на користь Заходу.

Згідно з моніторингом Інституту масової інформації, ключову роль у дискредитації міжнародної підтримки відіграють анонімні Telegram-канали та соцмережі. Ці ресурси активно застосовують маніпулятивні тактики: вирвані з контексту відео і цитати, емоційну лексику («зрада», «продаж країни»), а також відверті фейки (наприклад, «західні партнери відмовили у допомозі», що не підтверджується фактами). Доведено, що значна частина такої дезінформації створюється російськими спецслужбами, але легалізується через українську мережу анонімних каналів. Це цілеспрямована кампанія, де під виглядом «захисту прав громадян» просувається наратив про нібито ворожу сутність міжнародних партнерів і власної держави. Отже, деструктивний вплив цих операцій виходить за межі дискредитації окремих рішень уряду; стратегічною метою є соціальна дезінтеграція – посилення недовіри до влади та формування стійкого антагонізму у відносинах «громадяни – міжнародні партнери».

Найвищим рівнем деморалізації є інструменталізація екзистенційного страху - страху фізичного знищення, де Росія перейшла від пасивної «ядерної риторики» до активних демонстраційних дій. Застосування балістичної ракети «Орешнік» по Дніпру (листопад 2024 р.) стало кульмінацією кампанії залякування. Сам по собі удар не мав вирішального військового значення, але супроводжувався спеціальним зверненням В. Путіна, де акцентувалася увага на «неможливості перехоплення» та «гіперзвуковій швидкості» (Д'яконов, 2024). Як зазначають аналітики «Детектор медіа», цей удар супроводжувався скоординованою інформаційною атакою в Telegram-каналах під гаслом «Атлантисти планують ядерний апокаліпсис» (Задирака, 2024). У такий спосіб російська пропаганда намагалася «витиснути максимум» із події, просуваючи два паралельні наративи: про «всемогутність» російської зброї (яку неможливо збити) та про провину Заходу («атлантистів») у провокуванні Третьої світової війни. У такий

спосіб зміщувався фокус уваги з факту російської агресії на страх перед глобальною катастрофою, змусивши українців вимагати від влади припинення опору заради виживання людства. Розміщення тактичної ядерної зброї у Білорусі доповнює та підсилює цю картину, створюючи «північний фронт загрози» для всієї Європи.

На інструмент перманентного психологічного терору перетворилась й окупація та мілітаризація Запорізької АЕС. Періодичні заяви окупаційної адміністрації про мінування енергоблоків та обстріли інфраструктури викликають хвили неконтрольованої паніки. Це проявлялося, зокрема, у ажіотажному попиті на препарати йоду (калію йодиду), попри роз'яснення МОЗ щодо їхньої неефективності у разі аварії на реакторі такого типу (КІІВ24, б.д.). Стратегія такого типу шантажу полягає у використанні екзистенційного страху (радіофобії) для психологічного виснаження українців та тиску на міжнародну спільноту з метою примусу до поступок.

Узагальнюючи наведені кейси, можна стверджувати, що «панічно-деморалізаційні операції» мають кумулятивний характер: фізичні руйнування створюють підґрунтя для страху, а інформаційні маніпуляції спрямовують цей страх у політичне русло. Стратегічний розрахунок РФ базується на класичній біхевіористській моделі: максимальний тиск - злам волі - капітуляція. В умовах сучасного когнітивного протистояння Росія намагається перетворити українське суспільство з суб'єкта опору на об'єкт управління, використовуючи паніку як інструмент руйнування соціальної згуртованості.

Однак реальна реакція українського соціуму виявила фундаментальну помилку в цій моделі. Попри масштабність та системність когнітивного тиску, соціологічні моніторинги 2022–2025 років фіксують феномен, який політологи окреслюють як «соціополітичний парадокс». Замість очікуваної атомізації та паніки (ефект «кожен сам за себе»), зовнішня загроза спровокувала безпрецедентну консолідацію суспільства.

Ключовим фактором, що нівелює стратегічні цілі РФ, стала національна стійкість, яка визначається не як пасивна здатність «витримувати удар», а як активна властивість системи адаптуватися та зберігати функціональність через самоорганізацію.

Емпіричні дані Соціологічної групи «Рейтинг» демонструють, що спроби РФ нав'язати через «спіраль мовчання» думку про безнадійність опору та необхідність капітуляції виявилися неефективними. Моніторингові дослідження 2024 року фіксують стабільно високий рівень національної стійкості. Зокрема, абсолютна більшість респондентів (85%) висловлювали впевненість у тому, що Україна зможе відбити напад РФ (Rating Group, 2024). Індекс резильєнтності (жовтень 2025) склав 3.6 з 5 балів, що характеризує рівень стійкості як вище середнього. Попри серйозні виклики, абсолютна більшість респондентів відчуває єдність та зберігає оптимізм щодо майбутнього держави (Антипович, 2025).

Якщо вертикальні державні інститути піддавалися атакам (дискредитація влади), то горизонтальні зв'язки громадянського суспільства стали «когнітивним щитом» нації. Високий рівень залученості населення до волонтерської діяльності (донатів, допомоги ВПО) трансформував пасивний страх у конструктивну дію: понад 70% громадян допомагають ЗСУ фінансово, а близько половини опитаних підтримують переселенців та вразливі верстви населення (Антипович, 2025). Психологічно це діє як антидот проти «навченої безпорадності»: людина, яка діє, не почувається жертвою. Армія стала ключовим інститутом-якорем, довіра до якого (95% за даними Центру Разумкова, 2024 р.) компенсувала коливання довіри до політичних інститутів. Це заблокувало спроби ворога протиставити «погану владу» «хорошому народу» (Разумков центр, 2024).

Висновки та перспективи подальших розвідок. Паніка в умовах гібридної війни є стратегічним ресурсом, що використовується для дезорганізації тилу та делегітимізації влади. Росія застосовує комплексний підхід, синхронізуючи військові удари з масованими дезінформаційними кампаніями. Технології деморалізації еволюціонували від прямого залякування до складних соціально-психологічних маніпуляцій, спрямованих на провокування внутрішніх конфліктів (мовних, регіональних, соціальних).

Ключовим фактором нівелювання панічних атак є національна резильєнтність, яка базується на високому рівні самоорганізації суспільства та ефективних стратегічних комунікаціях. Горизонтальні зв'язки (волонтерство) виявилися ефективнішим механізмом стабілізації, ніж вертикальна державна комунікація. Це свідчить про те, що громадянське суспільство є ключовим елементом системи національної безпеки в умовах когнітивної війни.

Аналізуючи події російсько-української війни 2022-2025 рр. в концептах українське суспільство продемонструвало ознаки антикрихкості (Н. Талеб), за яких система не просто витримала стрес, а й мобілізувала внутрішні резерви, які були недоступні в мирний час.

Російсько-українська війна стала уособленням нової парадигми війни, зокрема в її когнітивній складовій, що створює необхідність подальшого систематичного вивчення новітніх технологій, які стають інструментами неконвенційної зброї масового ураження, зокрема штучного інтелекту (Deepfakes), у створенні панічних настроїв. Також важливим є дослідження довгострокових наслідків хронічного інформаційного стресу для політичної культури та електоральної поведінки українців у післявоєнний період.

Бібліографічний список

- Антипович, О., 2025. *CEO Rating Group Олексій Антипович — про стійкість українського суспільства на Ukrainian Resilience Week*. Соціологічна група «Рейтинг», 01 жовтня. Доступно за: <<https://www.ratinggroup.ua/news/urw-sep2025>> [Дата звернення 1 грудня 2025]
- Баркар, Д., 2025. *Яку роль в атаках на ТЦК відіграли анонімні телеграм-канали та media*. Інститут масової інформації (ІМІ), 14 лютого. Доступно за: <<https://imi.org.ua/monitorings/yaku-rol-v-atakah-na-ttsk-zigraly-anonimni-telegram-kanal-y-ta-media-i66638>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Гідзинська, І., 2024. *«Нас підло нараховують»*. Аноніми і боти звинувачують Україну в продажі електроенергії зі знищених Росією ТЕС. Texty.org.ua, 03 липня. Доступно за: <<https://texty.org.ua/articles/112852/nas-pidlo-narahovuyut-anonimy-i-boty-zvynuvachuyut-ukrayinu-u-prodazhi-elektroenerhiyi-zh-znyshenyh-rosiyeyu-tes/>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Горбулін, В.П. (ред.), 2017. *Світова гібридна війна: український фронт*: монографія. Київ: НІСД. Доступно за: <<http://resource.history.org.ua/item/0013707>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Гундертайло, Ю.Д., б.д. *Безпорадність навчена*. Велика українська енциклопедія. Доступно за: <<https://vue.gov.ua/>><http://resource.history.org.ua/item/0013707> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Д'яконов, І., 2024. *ISW: Заяви Путіна про нові удари «Орешніком» – пусті залякування*. Українська правда, 30 листопада. Доступно за: <<https://www.pravda.com.ua/news/2024/11/30/7486988/>><http://resource.history.org.ua>,

- a/item/0013707 [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Задирака, К., 2024. *«Атлантисти планують ядерний апокаліпсис»: як пропаганда залякує українців «Орешніком» і не тільки*. Детектор медіа, 30 листопада. Доступно за: <<https://ms.detector.media/propaganda-ta-vplivi/post/36864/2024-11-30-atlantysty-planuyut-yadernyy-apokalipsys-yak-propaganda-zalyakuie-ukraintsiv-orishnikom-i-ne-tilky/>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- КІЇВ24, б.д. *Ажіотаж в аптеках: кияни масово скуповують калію йодид, побоюючись аварії на ЗАЕС*. [відео] Доступно за: <<https://www.youtube.com/watch?v=yTkoazJF8cM>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Київський міжнародний інститут соціології, 2025. *Результати всеукраїнського опитування КМІС з питань війни і миру*. 16 вересня. Доступно за: <https://kiis.com.ua/?lang=ukr&cat=reports&id=1551&page=1#_ftn1> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Клаузевіц, К. фон, 2015. *Про війну*. Частина перша. Львів: Астролябія.
- Мельник, Р., 2024. *Росія створила в країнах Європи мережу пропагандистських сайтів Pravda, — ЦПД*. Детектор медіа, 08 квітня. Доступно за: <<https://detector.media/infospace/article/225191/2024-04-08-rosiya-stvoryla-v-krainakh-ievropy-merezhu-propagandystskykh-saytiv-pravda-tspd/>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Разумков центр, 2024. *Оцінка громадянами ситуації в країні та дій влади. Довіра до соціальних інститутів, політиків, посадовців та громадських діячів (січень 2024 р.)*. 07 лютого. Доступно за: <<https://razumkov.org.ua/napriamky/sotsiologichni-doslidzhennia/otsinka-gromadianamy-sytuatsii-v-kraini-ta-dii-vlady-dovira-do-sotsialnykh-instytutiv-politykiv-posadovtsiv-ta-gromadskykh-diiachiv-sichen-2024r>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Самигін, Д., 2022. *Терор як покликання: як з 2014 втілювалася «Доктрина Герасимова»*. Spravdi, 28 липня. Доступно за: <<https://spravdi.org/terror-yak-poklykannya-yak-z-2014-vtilyuvalasya-doktryna-gerasymova/>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Слюсаревський, М., Чуніхіна, С. та Найдьонова, Л. (ред.) (2022) *Психологія російсько-української війни: внутрішній погляд*. Київ: Талком. Доступно за: <<https://surl.lu/oqaamg>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Старовойт, Т., б.д. *Синдром вивченої безпорадності. Чому ми втрачаємо контроль над власним життям*. Грунт. Доступно за: <<https://grnt.media/other/syndrom-vuvchenoyi-bezporadnosti/>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Стеценко, С., 2025. *До чого тут «Pravda» і TikTok? Дослідники виявили російську мережу фейкових медіа*. Радіо Свобода, 16 квітня. Доступно за: <<https://www.radiosvoboda.org/a/rf-merezha-feykovykh-media-pravda-dezinformatsiya-tiktok/33387509.html>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Сунь-цзи, 2015. *Мистецтво війни*. Львів: Видавництво Старого Лева.
- Трифоненко, К., 2024. *Війна наративів: як Росія маніпулює інфопростором в Україні та Європі*. Sestry, 23 грудня. Доступно за: <<https://www.sestry.eu/statti/viyna-narativiv-yak-rosiya-manipulyuie-infoprostorom-v-ukrayini-ta-ievropi>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Туранський, М.О., 2018. Інформаційно-психологічні операції в гібридній війні: історіографічний аспект, *Вісник Черкаського університету. Серія «Історичні науки»*, 1, с. 111–121. DOI: 10.31651/2076-5908-2018-1-111-121.
- Федонюк, С.В., 2024. *Інформаційно-психологічні операції в геополітиці: практикум для*

- студентів-міжнародників*. Луцьк: Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. Доступно за: <https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/24645/1/prakt_ipo.pdf> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Шемаєв, В.М., 2024. Когнітивна війна як складова сучасної гібридної війни, *Юридичний науковий електронний журнал*, 7, с. 306–309. Доступно за: <http://sej.org.ua/7_2024/75.pdf> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Rating Group, 2024. *Рейтинг Моніторинг, 26-та хвиля: Суспільно-політичні настрої населення (10-11 лютого 2024)*. Доступно за: <<https://www.ratinggroup.ua/news/rejting-monitoring-26-ta-hvilya-2024>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Bachmann, S.-D., Putter, D. and Duczynski, G., 2023. Hybrid warfare and disinformation: A Ukraine war perspective, *Global Policy*, 14(5), pp. 858–869. DOI: 10.1111/1758-5899.13257.
- Claverie, B., Prébot, B., Buchler, N. and Du Cluzel, F., 2022. *Cognitive Warfare: The Future of Cognitive Dominance*. NATO Innovation Hub. Available at: <<https://hal.science/hal-03635930/document>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Connable, B., McNerney, M.J., et al., 2019. *Will to Fight: Returning to the Human Fundamentals of War*. Santa Monica, CA: RAND Corporation. Available at: <https://www.rand.org/pubs/research_briefs/RB10040.html> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Deppe, C. and Schaal, G., 2024. Cognitive Warfare: A Conceptual Analysis of the NATO ACT Exploratory Concept, *Frontiers in Big Data*, 7. Available at: <<https://www.frontiersin.org/journals/big-data/articles/10.3389/fdata.2024.1452129/full>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Lasswell, H.D., 1938. *Propaganda Technique in the World War*. New York: Peter Smith. Available at: <<https://dn710600.ca.archive.org/0/items/PropagandaTechniqueInTheWorldWar/Propaganda%20Technique%20In%20the%20World%20War.pdf>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Liddell Hart, B.H., 1967. *Strategy: The Indirect Approach*. London: Faber and Faber. Available at: <<https://archive.org/details/strategyofindire035126mbp/page/n17/mode/2up>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Noelle-Neumann, E., 1984. *The Spiral of Silence: Public Opinion – Our Social Skin*. Chicago: University of Chicago Press. Available at: <<https://labiblioteca.mx/llyfrgell/2576.pdf>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Pastor-Galindo, J., Nespoli, P., Ruipérez-Valiente, J.A. and Camacho, D., 2025. Influence Operations in Social Networks, *arXiv preprint arXiv:2502.11827*. Available at: <<https://arxiv.org/html/2502.11827v1>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Smelser, N.J., 1965. *Theory of Collective Behavior*. New York: Free Press. Available at: <<https://archive.org/details/theoryofcollecti00smel/page/n7/mode/2up>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- The Economist, 2025. *The Kremlin's blitz to make Ukraine "go dark"*. 26 October. Available at: <<https://www.economist.com/europe/2025/10/26/the-kremlins-blitz-to-make-ukraine-go-dark>> [Дата звернення 1 грудня 2025].
- Thomas, T.L., 2004. Russia's Reflexive Control Theory and the Military. *Journal of Slavic Military Studies*, 17, pp. 237–256. doi: 10.1080/13518040490450529.

References

- Antypovych, O. (2025) *CEO Rating Group Oleksii Antypovych - pro stiikest ukrainskoho suspilstva na Ukrainian Resilience Week* [CEO Rating Group Oleksii Antypovych - on the resilience of Ukrainian society at Ukrainian Resilience Week]. Available at: <https://www.ratinggroup.ua/news/urw-sep2025> (in Ukrainian).
- Bachmann, S.-D., Putter, D. and Duczynski, G. (2023) 'Hybrid warfare and disinformation: A Ukraine war perspective', *Global Policy*, 14(5), pp. 858–869. doi: 10.1111/1758-5899.13257.
- Claverie, B., Prébot, B., Buchler, N. and Du Cluzel, F. (2022) *Cognitive Warfare: The Future of Cognitive Dominance*. NATO Innovation Hub. Available at: <https://hal.science/hal-03635930/document>.
- Connable, B., McNerney, M.J., et al. (2019) *Will to Fight: Returning to the Human Fundamentals of War*. Santa Monica, CA: RAND Corporation. Available at: https://www.rand.org/pubs/research_briefs/RB10040.html.
- Deppe, C. and Schaal, G. (2024) 'Cognitive Warfare: A Conceptual Analysis of the NATO ACT Exploratory Concept', *Frontiers in Big Data*, 7. Available at: <https://www.frontiersin.org/journals/big-data/articles/10.3389/fdata.2024.1452129/full>.
- Dyakonov, I. (2024) *ISW: Zaiavy Putina pro novi udary "Oreshnikom" – pusti zaliakuvannia* [ISW: Putin's statements about new "Oreshnik" strikes are empty intimidation]. *Ukrainska Pravda*, 30 November. Available at: <https://www.pravda.com.ua/news/2024/11/30/7486988/> (in Ukrainian).
- Fedonyuk, S.V. (2024) *Informatsiino-psykholohichni operatsii v heopolitytsi: praktykum dlia studentiv-mizhnarodnykiv* [Information and psychological operations in geopolitics: workshop for international students]. Lutsk: Volyn National University named after Lesya Ukrainka. Available at: https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/24645/1/prakt_ipo.pdf (in Ukrainian).
- Gidzynska, I. (2024) «*Nas pidlo narakhovuiut*». *Anonymy i boty zvyuvachuiut Ukrainu v prodazhi elektroenerhii zi znyshchenykh Rosiieiu TES* ["We are being vilely charged." Anonymous users and bots accuse Ukraine of selling electricity from TPPs destroyed by Russia]. *Texty.org.ua*, 3 July. Available at: <https://texty.org.ua/articles/112852/nas-pidlo-narahovuyut-anonimy-i-boty-zvynuvachuyut-ukrayinu-u-prodazhi-elektroenerhiyi-zi-znyshenyh-rosiyeyu-tes/> (in Ukrainian).
- Horbulin, V.P. (ed.) (2017) *Svitova hibrydna viina: ukrainskyi front* [World hybrid war: Ukrainian front]. Kyiv: NISD (in Ukrainian).
- Hundertailo, Yu.D. (n.d.) *Bezporadnist navchena* [Learned helplessness]. *Velyka ukrainska entsyklopediia*. Available at: <https://vue.gov.ua/> (in Ukrainian).
- Klauzevits, K. fon (2015) *Pro viinu* [On War]. Part one. Lviv: Astrolabe (in Ukrainian).
- Kyiv24 (n.d.) *Azhiotazh v aptekakh: kyiany masovo skupovuiut kaliuu iodyd, poboiiiuchys avarii na ZAES* [Rush in pharmacies: Kyivans massively buy potassium iodide, fearing an accident at the ZNPP]. Available at: <https://www.youtube.com/watch?v=yTkoazJF8cM> (in Ukrainian).
- Kyiv International Institute of Sociology (2025) *Rezultaty vseukrainskoho opytuvannia KMIS z pytan viiny i myru* [Results of the KIIS nationwide survey on war and peace]. Available at: https://kiis.com.ua/?lang=ukr&cat=reports&id=1551&page=1#_ftn1 (in Ukrainian).
- Lasswell, H.D. (1938) *Propaganda Technique in the World War*. New York: Peter Smith. Available at:

- <https://dn710600.ca.archive.org/0/items/PropagandaTechniqueInTheWorldWar/Propaganda%20Technique%20In%20the%20World%20War.pdf>.
- Liddell Hart, B.H. (1967) *Strategy: The Indirect Approach*. London: Faber and Faber. Available at: <https://archive.org/details/strategyofindire035126mbp/page/n17/mode/2up>.
- Melnyk, R. (2024) *Rosiia stvoryla v krainakh Yevropy merezhu propahandystskykh saitiv Pravda, — TsPD* [Russia has created a network of propaganda sites Pravda in European countries — CPD]. *Detector Media*, 8 April. Available at: <https://detector.media/infospace/article/225191/2024-04-08-rosiya-stvoryla-v-krainakh-ievropy-merezhu-propagandystskykh-saytiv-pravda-tspd/> (in Ukrainian).
- Noelle-Neumann, E. (1984) *The Spiral of Silence: Public Opinion – Our Social Skin*. Chicago: University of Chicago Press. Available at: <https://labiblioteca.mx/llyfrgell/2576.pdf>.
- Pastor-Galindo, J., Nespoli, P., Ruipérez-Valiente, J.A. and Camacho, D. (2025) 'Influence Operations in Social Networks', *arXiv preprint arXiv:2502.11827*. Available at: <https://arxiv.org/html/2502.11827v1>.
- Rating Group (2024) *Reitynh Monitorynh, 26-ta khvyliia: Suspilno-politychni nastroi naseleattia (10-11 liutoho 2024)* [Rating Monitoring, 26th wave: Socio-political sentiments of the population (February 10-11, 2024)]. Available at: <https://www.ratinggroup.ua/news/rejting-monitoring-26-ta-hvilya-2024> (in Ukrainian).
- Razumkov Centre (2024) *Otsinka hromadianamy sytuatsii v kraini ta dii vlady. Dovira do sotsialnykh instytutiv, politykiv, posadovtsiv ta hromadskykh diiachiv (sichen 2024 r.)* [Citizens' assessment of the situation in the country and actions of the authorities. Trust in social institutions, politicians, officials and public figures (January 2024)]. Available at: <https://razumkov.org.ua/napriamky/sotsiologichni-doslidzhennia/otsinka-gromadianamy-sytuatsii-v-kraini-ta-dii-vlady-dovira-do-sotsialnykh-instytutiv-politykiv-posadovtsiv-ta-gromadskykh-diiachiv-sichen-2024r> (in Ukrainian).
- Samyhin, D. (2022) *Teror yak poklykannia: yak z 2014 vtilyuvalasia «Doktryna Herasymova»* [Terror as a vocation: how the "Gerasimov Doctrine" has been implemented since 2014]. *Spravdi*, 28 July. Available at: <https://spravdi.org/terror-yak-poklykannya-yak-z-2014-vtilyuvalasya-doktryna-gerasymova/> (in Ukrainian).
- Shemaiev, V.M. (2024) 'Kohnityvna viina yak skladova suchasnoi hibrydnoi viiny' [Cognitive war as a component of modern hybrid war], *Yurydychnyi naukovyi elektronnyi zhurnal*, 7, pp. 306–309. Available at: http://lsej.org.ua/7_2024/75.pdf (in Ukrainian).
- Sliusarevskiy, M., Chunikhina, S. and Naidonova, L. (eds.) (2022) *Psykhohiia rosiisko-ukrainskoi viiny: vnutrishnii pohliad* [Psychology of the Russian-Ukrainian war: an internal view]. Kyiv: Talkom. Available at: <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2022/10/krStilWoor-%D0%B2%D0%B5%D1%80%D1%81%D1%82%D0%BA%D0%B0-1.pdf> (in Ukrainian).
- Smelser, N.J. (1965) *Theory of Collective Behavior*. New York: Free Press. Available at: <https://archive.org/details/theoryofcollecti00smel/page/n7/mode/2up>.
- Spravdi (2024) *Yak rosiiski spetsoperatsii namahaiutsia zirvaty mobilizatsiiu v Ukraini* [How Russian special operations try to disrupt mobilization in Ukraine]. Available at: <https://spravdi.org/yak-rosijski-speczoperacziyi-namagayutsya-zirvaty-mobilizacziyu-v-ukrayini/> (in Ukrainian).
- Starovoit, T. (n.d.) *Syndrom vyvchenoi bezporadnosti. Chomu my vtrachaiemo kontrol nad*

- vlasnym zhyttiam* [Learned helplessness syndrome. Why we lose control over our own lives]. *Grunt*. Available at: <https://grnt.media/other/syndrom-vyvchenoyi-bezporadnosti/> (in Ukrainian).
- Stetsenko, S. (2025) *Do choho tut «Pravda» i TikTok? Doslidnyky vyiavyly rosiisku merezhu feikovykh media* [What do "Pravda" and TikTok have to do with it? Researchers discovered a Russian network of fake media]. *Radio Svoboda*, 16 April. Available at: <https://www.radiosvoboda.org/a/rf-merezha-feykovykh-media-pravda-dezinformatsiya-tiktok/33387509.html> (in Ukrainian).
- Sun Tzu (2015) *Mystetstvo viiny* [The Art of War]. Lviv: Vydavnytstvo Staroho Leva (in Ukrainian).
- The Economist (2025) *The Kremlin's blitz to make Ukraine "go dark"*. 26 October. Available at: <https://www.economist.com/europe/2025/10/26/the-kremlins-blitz-to-make-ukraine-go-dark>.
- Thomas, T.L. (2004) 'Russia's Reflexive Control Theory and the Military', *Journal of Slavic Military Studies*, 17, pp. 237–256. doi: 10.1080/13518040490450529.
- Tryfonenko, K. (2024) *Viina naratyviv: yak Rosiia manipuluie infoprostorom v Ukraini ta Yevropi* [War of narratives: how Russia manipulates the information space in Ukraine and Europe]. *Sestry*, 23 December. Available at: <https://www.sestry.eu/statti/viina-narativiv-yak-rosiya-manipulyuie-infoprostorom-v-ukrayini-ta-ievropi> (in Ukrainian).
- Turanskyi, M.O. (2018) 'Informatsiino-psykholohichni operatsii v hibrydii viini: istoriografichni aspekti' [Information and psychological operations in hybrid war: historiographical aspect], *Visnyk Cherkaskoho universytetu. Serii «Istorychni nauky»*, 1, pp. 111-121. doi: 10.31651/2076-5908-2018-1-111-121 (in Ukrainian).
- Zadyraka, K. (2024) *«Atlantysty planuiut yadernyi apokalipsis»: yak propahanda zaliakuie ukraintsiv «Orieshnikom» i ne tilky* ["Atlantists are planning a nuclear apocalypse": how propaganda intimidates Ukrainians with "Oreshnik" and more]. *Detector Media*, 30 November. Available at: <https://ms.detector.media/propaganda-ta-vplivi/post/36864/2024-11-30-atlantysty-planuyut-yadernyy-apokalipsis-yak-propaganda-zalyakuie-ukraintsiv-orieshnikom-i-ne-tilky/> (in Ukrainian).

Стаття надійшла до редакції 01.12.2025 р.

I. Hridina
O. Avtomeienko
S. Pakhomenko

PANIC AS A WEAPON: DEMORALIZATION TECHNOLOGIES IN THE RUSSO-UKRAINIAN WAR

This article presents a theoretical and political analysis of mass panic and demoralization as strategic instruments within the framework of modern hybrid warfare. Drawing on the empirical data from the Russo-Ukrainian conflict (2022–2025), the study argues that the center of gravity in contemporary warfare has shifted from the physical destruction of the enemy to the cognitive domain, specifically aiming to break the adversary's will to resist.

The research conceptualizes the phenomenon of «panic-demoralization operations» - a synchronized combination of kinetic impacts (missile strikes on critical infrastructure, nuclear blackmail) and targeted information campaigns. Through the lens of "reflexive

control" theory and cognitive warfare concepts, the author analyzes how the aggressor attempts to induce a state of "learned helplessness" and social fragmentation. Special attention is paid to the technologies used to discredit mobilization processes and the "spiral of silence" tactic employed to marginalize patriotic discourse.

The study proves that in the new paradigm of war, tactical emotional reactions (fear, panic) are weaponized to achieve strategic political destabilization. The aggressor's algorithm is identified as follows: inducing panic → creating social tension → exerting pressure on the government → forcing capitulation.

However, based on sociological monitoring data (2022–2025), the article reveals a «sociopolitical paradox»: instead of the expected atomization, the external threat triggered an unprecedented consolidation of Ukrainian society. The study introduces the concept of national resilience and Taleb's «antifragility» as key factors of asymmetric counteraction. It is demonstrated that horizontal ties of civil society and high levels of volunteer engagement act as a "cognitive shield," neutralizing the effectiveness of Russian demoralization strategies.

Panic in the context of hybrid warfare constitutes a strategic resource employed to disorganize the rear and delegitimize governmental authority. Russia applies a comprehensive approach, synchronizing military strikes with massive disinformation campaigns. Demoralization technologies have evolved from direct intimidation to sophisticated socio-psychological manipulations aimed at provoking internal conflicts (linguistic, regional, social).

A key factor in neutralizing panic attacks is national resilience, which is predicated on high levels of societal self-organization and effective strategic communications. Horizontal ties (volunteerism) have proven to be a more effective stabilization mechanism than vertical state communication. This demonstrates that civil society constitutes a crucial element of the national security system under conditions of cognitive warfare.

Analyzing the events of the Russo-Ukrainian War of 2022-2025 through conceptual frameworks, Ukrainian society has exhibited characteristics of antifragility (N. Taleb), whereby the system not only withstood stress but also mobilized internal reserves that were inaccessible during peacetime.

The Russo-Ukrainian War has become an embodiment of a new warfare paradigm, particularly in its cognitive dimension, creating the necessity for further systematic study of emerging technologies that are becoming instruments of unconventional weapons of mass destruction, specifically artificial intelligence (Deepfakes), in generating panic sentiments. Additionally, research into the long-term consequences of chronic information stress on political culture and electoral behavior of Ukrainians in the post-war period remains critically important.

Keywords: *cognitive warfare, hybrid warfare, Russo-Ukrainian war, demoralization, panic, reflexive control, resilience, antifragility, PSYOP*