

РОЛЬ ДУМСКРОЛІНГУ У ФОРМУВАННІ КОЛЕКТИВНОЇ ТРИВОЖНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ВІЙНИ

THE ROLE OF DOOMSCROLLING IN SHAPING COLLECTIVE ANXIETY AMONG UNIVERSITY STUDENTS DURING WAR

У межах проведеного дослідження було виявлено специфічну роль думскролінгу як інформаційної практики, що поєднує риси повсякденного медіаспоживання та потенційно деструктивної coping-стратегії. Емпіричні дані свідчать, що студенти не завжди усвідомлюють власну схильність до думскролінгу, проте його прояви простежуються на рівні когнітивних та поведінкових моделей: тенденція до поверхневого й надмірного споживання новин, алгоритмічно зумовлена селекція контенту, а також переважне занурення в негативні повідомлення. Водночас помірний рівень емоційного дискомфорту зумовлений переважно соціальним контекстом – загальним емоційним тлом близького оточення та повторюваним потоком негативних медіаповідомлень, а не безпосереднім усвідомленням власної практики думскролінгу.

Результати дослідження дозволяють виокремити ключові механізми взаємодії цифрового медіасередовища та студентської молоді, що зумовлюють формування колективної тривожності. Зокрема, спостерігається переплетення індивідуальних мотивацій, мережевих динамік і структурно-технологічних факторів медіаплатформ, що трансформують інформаційну поведінку в соціально організовану практику. Дослідження має обмеження, зокрема нерепрезентативність вибірки та розвідувальний характер методології, проте дозволяє окреслити важливі соціокультурні тенденції в медіаспоживанні здобувачів вищої освіти під час тривалих кризових умов.

Актуальність проблеми визначається тим, що студентська молодь є одночасно високовключеною в цифрове середовище і чутливою до інформаційних та емоційних навантажень. Думскролінг у цьому контексті виступає не лише як індивідуальна стратегія сприйняття подій, а й як соціально організована практика, що формує комунікативні та емоційні орієнтири групи, впливає на взаємодію між учасниками освітнього середовища та модифікує колективні настрої. Подальше дослідження феномену думскролінгу серед студентів є необхідним для глибшого розуміння соціокультурних наслідків цифровізації та розроблення практичних підходів щодо пом'якшення впливу інформаційного перенасичення на молодь.

Ключові слова: думскролінг, негативні новини, колективна тривожність, соціальна

практика, медіаспоживання, інформаційне середовище.

The conducted study revealed the specific role of doomscrolling as an informational practice that combines features of everyday media consumption with a potentially destructive coping strategy. Empirical data indicate that students are not always aware of their tendency toward doomscrolling; however, its manifestations are observable at the level of cognitive and behavioral patterns: a tendency for superficial and excessive news consumption, algorithmically-driven content selection, and a predominant focus on negative messages. At the same time, a moderate level of emotional discomfort is mainly shaped by the social context – the overall emotional backdrop of close peers and the repeated stream of negative media messages – rather than by a direct awareness of one's doomscrolling behavior.

The study results allow for the identification of key mechanisms in the interaction between the digital media environment and university students that contribute to the formation of collective anxiety. Specifically, there is an interplay between individual motivations, network dynamics, and structural-technological factors of media platforms that transform information behavior into a socially organized practice. The research has limitations, including a non-representative sample and an exploratory methodological approach, but it highlights important socio-cultural trends in students' media consumption during prolonged crisis conditions.

The relevance of the problem lies in the fact that university students are simultaneously highly engaged in digital environments and sensitive to informational and emotional loads. In this context, doomscrolling functions not only as an individual strategy for processing events but also as a socially organized practice that shapes the group's communicative and emotional orientation, affects interaction among participants in the educational environment, and modifies collective moods. Further research on the phenomenon of doomscrolling among students is necessary for a deeper understanding of the socio-cultural consequences of digitalization and the development of practical approaches to mitigate the effects of information overload on youth.

Key words: doomscrolling, negative news, collective anxiety, social practice, media consumption, information environment.

УДК 316.77:316.454.3:316.613.4
DOI <https://doi.org/10.32782/hbts.76.9>
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

Мишок Р.Р.

докторка філософії,
старша викладачка кафедри
соціології та соціальної роботи
Національний університет «Львівська
політехніка»

Батюк Б.А.

здобувачка вищої освіти
Національний університет «Львівська
політехніка»

Кильошик Д.С.

здобувачка вищої освіти
Національний університет «Львівська
політехніка»

Постановка проблеми. Повномасштабна війна в Україні спричинила різке зростання інформаційного тиску на суспільство. Інформаційні потоки медіа та соціальних мереж значною мірою наповнені повідомленнями про втрати, руйнування та загрози безпеці. У таких умовах посилюється поширення феномену думскролінгу – безконтрольного та тривалого споживання переважно негативного новинного контенту.

Думскролінг як нова форма медіаспоживання набуває ознак стійкого соціального феномену, що чинить комплексний вплив і на індивідуальний психоемоційний стан, і на суспільні настрої загалом. Одним із його наслідків є формування колективної тривожності – емоційного стану, притаманного значним соціальним групам, що проявляється в підвищеній чутливості до інформаційних загроз і відчутті невизначеності майбутнього.

В умовах затяжної війни ця проблема набуває особливої гостроти для українського суспільства, оскільки цифрове медіасередовище, насичене емоційно зарядженими повідомленнями, втрачає роль нейтрального джерела інформації та дедалі більше стає чинником емоційної дестабілізації. Особливо вразливою до таких інформаційних впливів є студентська молодь, яка щоденно взаємодіє з новинними потоками соціальних мереж, де домінує контент тривожного або шокового характеру.

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю глибшого розуміння механізмів впливу думскролінгу на колективну тривожність, а також вироблення практичних рекомендацій для зниження негативних наслідків цього явища в умовах інформаційної нестабільності.

Аналіз досліджень і публікацій. У теоретико-методологічному вимірі феномен думскролінгу найактивніше досліджується в працях зарубіжних учених, насамперед у межах психологічної науки [11; 12; 14; 15], де він розглядається як форма деструктивної соріng-стратегії, що виникає в умовах інформаційного перевантаження та стресу. У межах цього підходу розроблено інструменти для емпіричного вимірювання рівня думскролінгу та оцінювання його впливу на психічне здоров'я.

В українському соціогуманітарному дискурсі також з'являються дослідження, присвячені цій проблематиці. Зокрема, в працях Т. Бауліної і В. Крикун [1], Л. Матохнюк [4], І. Субашкевич і В. Рижко [5] думскролінг осмислюється як психо-соціальне явище, що проявляється в умовах війни. Вагомий внесок у вивчення феномену зробив В. Бугрим [2], який аналізує його в контексті війни, спираючись не на радянські, а на сучасні методологічні підходи. Окремий напрям досліджень представлений роботами М. Шленьової [6], яка розглядає вплив думскролінгу на освітній процес.

Метою статті є визначення та аналітичне обґрунтування ролі думскролінгу у формуванні колективної тривожності серед студентської молоді, спираючись на результати теоретичного аналізу та розвідувального емпіричного дослідження.

Виклад основного матеріалу. Феномен думскролінгу – постійного прокручування новин у соціальних мережах – набуває особливої актуальності в умовах війни, коли інформаційний простір насичений загрозливою, емоційно зарядженою інформацією. Цей процес часто виходить за межі свідомого контролю користувачів, а алгоритми цифрових платформ формують «інформаційні бульбашки», що підсилюють когнітивні викривлення, колективну тривожність та інформаційне перевантаження.

Оскільки думскролінг – це не лише індивідуальна звичка, а й соціально зумовлена практика, що формується на перетині структурних, культурних та технологічних чинників, у нашому дослідженні ми спираємось на інтерпретативну

парадигму. Соціологія повсякденності П. Бергера та Т. Лукмана і соціологія емоцій А. Гохшильд дозволяють розглядати думскролінг як соціально організовану форму переживання реальності, яка у воєнний час може набувати значення морального обов'язку, жесту солідарності чи способу підтримувати ілюзію контролю [7; 13]. Відповідно до концепції «емоційної праці» Гохшильд, користувач під час думскролінгу виконує й емоційний обов'язок – виробляє і транслює соціально очікувану реакцію (тривогу, гнів, співчуття), що робить цю практику легітимною формою колективного переживання травми.

Проте інтерпретативний підхід зосереджений переважно на мікрорівні та не враховує повною мірою роль технологічних і структурних умов. Тому ми також залучаємо мережеву парадигму та концепцію «складних заражень» Р. Гілбо та Д. Центоли [10], яка пояснює, як тривожні емоції підкріплюються повторно в певному соціальному середовищі, отримуючи посилену видимість у цифрових платформах. Українські дослідження підтверджують цю логіку: під час повномасштабного вторгнення медіаактивність різко зросла, а негативно забарвлений контент, особливо в Telegram, створював ефект емоційного зараження [5].

На макрорівні думскролінг можна пояснити через критичну теорію медіа, зокрема спадщину Франкфуртської школи (Хоркгаймер, Адорно, Маркузе). Вони розглядали культурну індустрію як інструмент ідеологічного контролю, що стандартизує досвід і підтримує статус-кво. Маркузе описував «одномірну» свідомість, в якій медіа не лише інформують, а й формують сприйняття реальності, пригнічуючи критичне мислення [3, с. 91]. У сучасних умовах цю роль відіграють алгоритми новинних стрічок, що просувають емоційно насичений, зокрема тривожний, контент.

З цього погляду думскролінг – не лише емоційна реакція на події, а й результат роботи платформ, які керуються комерційною та політичною логікою: утримання уваги, підвищення трафіку, посилення емоційного залучення [8; 9]. При цьому ми не зводимо користувача до ролі «жертви системи»: у студентській аудиторії можна спостерігати приклади усвідомленого вибору та опору, які демонструють, що навіть у межах алгоритмічно зумовленого середовища можливий простір для критичної взаємодії з медіа.

Таким чином, поєднання інтерпретативної парадигми, теорії емоційного зараження і критичної теорії медіа дає змогу цілісно аналізувати думскролінг як соціальну практику, в якій переплітаються індивідуальні мотивації, мережеві динаміки та структурні механізми впливу цифрового середовища.

Для емпіричного вимірювання ролі думскролінгу у формуванні колективної тривожності було проведено концептуалізацію та операціоналізацію досліджуваного явища. Думскролінг визначається нами як практика некритичного й надмірного

споживання негативно забарвлених новин, що реалізується через специфічні механізми сучасного інформаційного середовища та має потенційно деструктивні наслідки для індивідуальної та колективної поведінки (соціальної практики). У цьому контексті важливо враховувати не лише канали отримання інформації, але й інтенсивність взаємодії з новинним контентом – зокрема, частоту перевірки новин і тривалість окремих сеансів перегляду. Значущим є також аналіз мотиваційних чинників, які підтримують думскролінгову поведінку, рівня усвідомлення цієї практики респондентами та використання копінг-стратегій для її обмеження.

Механізми реалізації думскролінгу охоплюють: новинний фон як постійний потік повідомлень у цифровому просторі; клікбейтні заголовки, що експлуатують когнітивні упередження та емоційні тригери; емоційно заряджений контент, спрямований на виклик інтенсивних емоцій; push-сповіщення, які стимулюють миттєве реагування; фрагментарність інформації, що зменшує глибину сприйняття; негативний ухил як фокусування на тривожних новинах; бінарність мислення, яка спрощує складні події до крайніх оцінок; клікальна пам'ять, коли інформація засвоюється у вигляді окремих образів чи фраз без глибокого аналізу; підвищена емоційна реактивність і залежність від постійного новинного потоку.

У межах операціоналізації наслідків думскролінгу виокремлено три блоки. Перший – колективна тривожність, що виявляється у сприйнятті підвищеного рівня суспільної тривоги, емоційній заразності, поширенні негативного контенту, очікуванні «поганих» новин та їх обговоренні як в онлайн-, так і в офлайн-просторі. Другий – зниження соціальної активності, що включає скорочення живого спілкування, пасивність у дискусіях, уникання культурно-масових подій та прояви емоційного вигорання. Третій – у контексті дослідження саме студентської молоді, зниження навчальної активності, яке проявляється у втраті мотивації, труднощах із концентрацією та зниженні академічних результатів.

З 22 по 27 травня 2025 року було проведено авторське соціологічне дослідження з метою емпіричного аналізу ролі думскролінгу у формуванні колективної тривожності. Участь узяли 230 здобувачів вищої освіти денної форми навчання 1–4 курсів двох львівських ЗВО – НУ «Львівська політехніка» (126 респондентів, 54,8%) та ЛНУ ім. І. Франка (104 респонденти, 45,2%). Вибірку сформовано і стратифіковано за спеціальностями: гуманітарно-соціальна група становила 61,7%, технічно-природнича – 38,3%. Вік учасників коливався від 17 до 23 років, з поодинокими винятками (27 та 29 років). Опитування здійснювалося через онлайн-анкетування у Google Forms і складалося з паспорттики та чотирьох тематичних блоків. Варто зазначити, що дослідження носило розвідувальний характер, тому його результати не можна вважати репрезентативними.

Першим етапом дослідження було визначення обізнаності студентів щодо думскролінгу. 56,1% респондентів не чули про цей феномен, тоді як 43,9% були знайомі з терміном. Серед тих, хто знав про думскролінг, лише 7% згадали про нього в контексті COVID-19, 30,9% – під час повномасштабного вторгнення, а 6,5% назвали інші джерела, зокрема інформаційне середовище соцмереж, особисте оточення чи власний інтерес.

Щоб виміряти усвідомлення студентами персонального думскролінгу, було запропоновано оцінити твердження про те, що в їхньому повсякденному житті присутня поведінка регулярного перегляду великої кількості негативних новин в інтернеті за допомогою шкали Лейкерта від «Зовсім не погоджуюсь» до «Повністю погоджуюсь» із проміжним варіантом «Нейтрально». Отримавши під час аналізу значення медіани «3», можемо стверджувати, що більшість опитаних здобувачів вищої освіти схильні до відповіді «Нейтрально» або ж «Скоріше не погоджуюсь», тобто вони не усвідомлюють наявності у себе думскролінгу. Зауважимо, що при цьому велика частка респондентів (67,4%), а це 155 людей, помічали схильність до надмірного споживання негативних новин у своїх рідних чи знайомих; 22,2% не звертали на це уваги, а 10,4% взагалі не помічали.

Найпопулярнішими платформами для споживання новин виявилися Telegram-канали, дещо рідше – Instagram та YouTube, при цьому Facebook практично не використовувався (Гістограма 1).

Стосовно інтенсивності та тривалості перегляду можемо зауважити, що більшість респондентів перевіряють новини 1 раз (33% опитаних) та від 2 до 5 разів на день (36,5%). Меншість, а саме 7,4%, відвідують соцмережі та сайти новин від 6 до 10 разів, та 8,7% – понад 10 разів на день. На 1 сеанс перегляду новин 86,5% опитані студенти витрачають до 15 хвилин, 5,2% – читають новини від 16 до 30 хвилин, лише троє респондентів – понад 30 хвилин, 7% не звертали увагу на час перегляду новин. У контексті аналізу даних виникла необхідність перевірити, чи існує кореляція між групою наук, до якої належать здобувачі освіти, та інтенсивністю й тривалістю перегляду новин. Однак за отриманою кростабуляційною таблицею та критерієм Пірсона такої кореляції не було виявлено (χ^2 Пірсона = 5,305; $p = 0,151$) і зроблено висновок, що група наук не впливає на частоту (за день) і тривалість сеансу перегляду новин серед студентів.

Для дослідження мотивацій здобувачів вищої освіти для практикування думскролінгу ми надали перелік із твердженнями (Гістограма 2), що можуть слугувати потенційними причинами для перегляду новин. 32,6% опитаних читають новини, щоб бути в курсі подій, і трохи менше (26,1%) роблять це через відчуття нудьги. Опитані здобувачі освіти НЕ використовують читання новин, щоб відчувати підтримку серед інших (71,3%) чи зменшити свою тривожність (54,8%). Це дозволяє розглядати



Гістограма 1. Канали отримання студентами новин, у %



Гістограма 2. Мотивації студентів для перегляду новин, у %

думскролінг у студентському середовищі передусім як інформаційну практику, що лише частково набуває рис деструктивної сорінг-стратегії.

Варто звернути увагу на загальний тон новин, які зазвичай переглядають та читають студенти в соцмережах. Близько половини (44,3%) респондентів стверджують, що споживають здебільшого змішаний тип контенту, де позитивні та негативні новини представлені в рівній мірі. 25,2% опитаних здобувачів вищої освіти споживають нейтральний контент, наповнений фактами та без емоційних оцінок. Трохи більше опитаних (26,1%) натрапляють на здебільшого негативні новини про кризи, конфлікти, зокрема війну. Лише 4,3% натрапляють на новини позитивного характеру. Виходячи з цієї

інформації, можна стверджувати, що студентська молодь перебуває більше в контексті негативних новин, ніж позитивних.

Аналіз механізмів думскролінгу продемонстрував поширеність когнітивних феноменів: 59% опитаних здобувачів вищої освіти (103 з 230) вказали, що для них часто або майже завжди досить одного тільки заголовка, щоби зрозуміти зміст новини. Лише 22% (50 осіб) зазвичай читають новини повністю. Крім того, у процесі обговорення новин 12% респондентів (27 студентів) обмежуються переказом лише заголовка або короткої суті повідомлення, що вказує на поширеність феномену «клікальної пам'яті». Водночас частка респондентів, які надають перевагу новинам негативного

забарвлення, виявилася меншою, ніж очікувалося. Зокрема, 23% опитаних (53 особи) зазначили, що негативні новини є для них важливішими за позитивні, а ще 13% (31 студент) вважають, що саме такі повідомлення «краще відображають реальність». У підсумку 36% студентської молоді схильні приділяти більше уваги новинному контенту негативного змісту. Понад чверть респондентів (23–27%) відчують після новин негативні емоції (роздратування, тривогу, втоми). Ці дані узгоджуються із загальнонаціональними спостереженнями: надмірний потік негативних новин спричиняє зріст тривожності та напруги.

Оскільки механізми в медіапросторі включають вплив творців контенту (клікбейт, емоційні повідомлення) і технічні особливості (алгоритми, сповіщення), ми звернули увагу, що більшість опитаних відчувають на собі вплив алгоритмів платформ: 22% вказали, що «постійно» бачать ті самі теми у стрічці новин, а 62% реагують на повторювані новини втомою або апатією. Лише 27% сприймають це як знак важливості теми. Також 42 особи (18%) зазначили, що алгоритм «підкидає схожі тривожні теми», коли вони гортають стрічку; 61 особа (27%) відкриває сповіщення і залишається в стрічці довше, а 46 осіб (20%) відчують при цьому тривогу, навіть якщо новину не читають. При цьому майже половина (49%) ігнорує або вимикає такі сповіщення. Частота оновлень новинних каналів також велика: 90 здобувачів вищої освіти (39%) повідомили, що їхні улюблені джерела оновлюються щогодини або частіше, а лише 21% – оновлюються раз на день чи рідше. Отримані результати дозволяють припустити, що значна частина студентів перебуває в стані постійного інформаційного потоку, що зумовлено, зокрема, підпискою на новинні канали з частими оновленнями. Хоча безпосередньо технічні чинники (як-от механіка нескінченного скролінгу) у запитаннях не акцентувалися, проте 91 з опитаних вказали звичку безупинно гортати стрічку. Тобто близько 40% здобувачів освіти визнають себе заручниками звички невинно споживати контент.

Досліджувані поведінкові механізми, пов'язані з активністю студентів у новинному середовищі, показали, що лише 11 осіб (5%) беруть активну участь у тематичних чатах новин, ще 26 (11%) читають новини через групи, не дискутуючи; 60 (26%) читають, але не беруть участі в обговоренні. Водночас 140 (61%) уникали таких груп узагалі. Більшість респондентів демонструють розвинену навичку критичного ставлення до джерел: 53% довіряють лише перевіреним каналам, 49% звіряють новини з іншими ЗМІ, 33% шукають першоджерело. Водночас 20% просто читають новини без перевірки, що свідчить про наявність когнітивної неухважності до достовірності.

Збереження новин або створення скріншотів також виявилася нехарактерним – до цього вдається лише 10% опитаних. Натомість більшість здобувачів вищої освіти віддають перевагу

міжособистісним практикам обміну інформацією: 62% обговорюють новини з друзями, тоді як 32% намагаються радше забути отриману інформацію.

На основі відповідей здобувачів освіти найбільше вираженими виявились механізми поверхневого (когнітивного) споживання новин і інформаційної перенасиченості. Понад половина респондентів схильні задовольнятися заголовками, повторювані теми викликають у більшості відчуття втоми, а майже половина респондентів регулярно отримує новини через канали з дуже частими оновленнями.

На основі третього блоку операціоналізації об'єктом аналізу стали відповіді студентів на запитання, спрямовані на виявлення взаємозв'язку між частотою споживання цифрових новин та рівнем емоційного дискомфорту, зокрема відчуттям тривожності. Поставлені питання стосувалися інтенсивності взаємодії з новинним контентом, характеру емоційних реакцій на нього, а також можливих когнітивних і поведінкових наслідків феномену думскролінгу.

Отримані результати свідчать про радше слакий характер реакції студентів на тривожні новини, пов'язані з війною. Лише 6,1% респондентів обговорюють їх щоденно, тоді як більшість (51,3%) роблять це епізодично, а 36,1% – кілька разів на тиждень; 6,5% узагалі не вдаються до подібних практик. Такий слактивізм, що поєднує елементи активності й пасивності, є показовим у контексті тривалої війни: він відображає стан аномії, в якому перебувають здобувачі освіти, сприймаючи події переважно через новини.

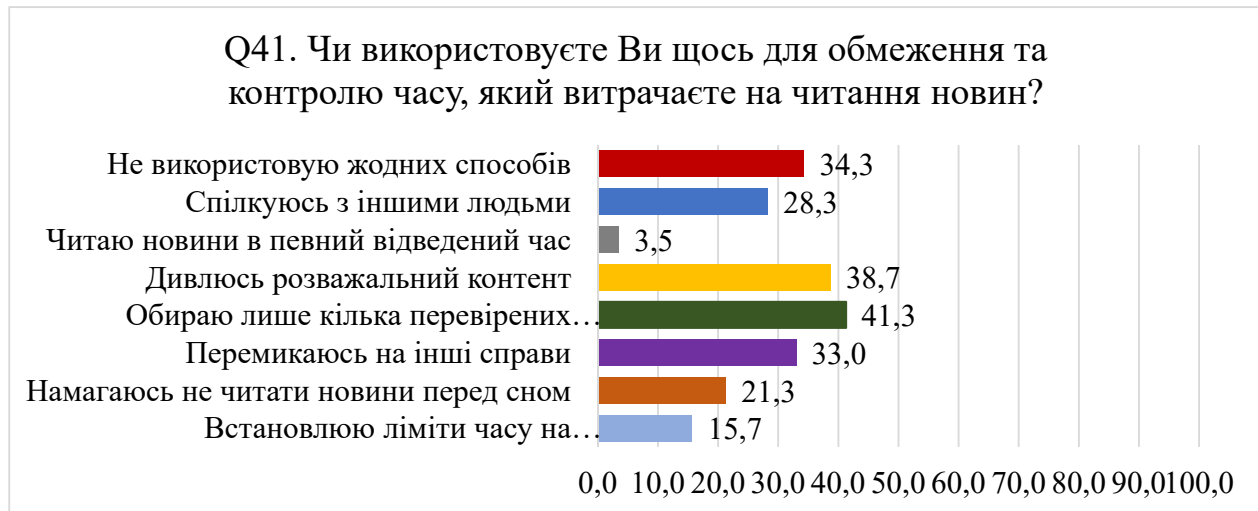
Попри відносно невисоку інтенсивність обговорення тривожних подій, важливим чинником залишається загальний емоційний фон найближчого соціального оточення здобувачів вищої освіти. Результати дослідження показують, що більшість респондентів оцінюють рівень емоційної напруги як помірний: 52,2% визначили його як середній, 30% – як низький. Лише 10% опитаних відзначили високий рівень напруженості, а 7,8% повідомили про її повну відсутність. Таким чином, емоційне напруження в студентському середовищі є наявним, однак воно не має переважного характеру й не визначає загальну атмосферу соціальних взаємодій.

Варто відзначити високий рівень емоційної чутливості студентів до соціального тла. Так, 43,2% респондентів засвідчили постійний або частий вплив емоційного стану близького оточення на власний рівень тривожності, ще 33,6% – відчують його періодично. Водночас показники навчальної активності демонструють відносну стабільність або навіть позитивні зрушення. Зокрема, 33,9% опитаних зазначили, що їх залученість до навчання не змінилася, 18,7% стали активнішими, а 5,2% – більш мотивованими. Натомість 30,9% повідомили про зниження активності, а 11,3% – про повну втрату залученості до освітнього процесу. Отже, попри складний емоційний контекст,

значна частина студентів зберегла або навіть підвищила свою академічну участь, що може свідчити про використання адаптивних стратегій подолання стресу та про дію внутрішньої мотивації.

У межах дослідження також було з'ясовано, чи застосовують здобувачі освіти певні стратегії для обмеження та контролю часу, витраченого на читання новин. Найбільш поширеними копінг-прак-

тиками виявилися: орієнтація лише на кілька перевірених джерел (41,3%), перегляд розважального контенту як спосіб переключення уваги (38,7%) і перемикавання на інші види діяльності (33%). Водночас значна частка респондентів (34,3%) зазначила, що взагалі не використовує жодних засобів для регуляції часу, проведеного за споживанням новинного контенту (Гістограма 3).



Гістограма 3. Копінг-стратегії студентів для мінімізації думскролінгу, %

Висновки. У проведеному дослідженні простежується суттєва роль думскролінгу як специфічної інформаційної практики, що поєднує риси звичної медіаспоживчої поведінки та потенційно деструктивної соріп-стратегії. Отримані результати свідчать, що думскролінг у студентському середовищі не завжди усвідомлюється як явище, однак він виявляється через низку поведінкових та когнітивних механізмів: поверхневе споживання новин, схильність до інформаційного переенасичення, вплив алгоритмів соціальних медіа та переважання негативного контенту. Водночас у значній частини здобувачів вищої освіти простежується помірний рівень емоційного дискомфорту, що пов'язаний радше з кумулятивним ефектом негативних новин і соціально-емоційним фоном найближчого оточення, ніж із безпосереднім усвідомленням власної практики думскролінгу.

Результати мають певний евристичний потенціал, оскільки дозволяють виокремити ключові чинники впливу цифрового медіасередовища на формування колективної тривожності. Водночас варто враховувати їх обмеження: вибірка є нерепрезентативною, а характер дослідження – розвідувальним, що не дає підстав для узагальнень щодо всієї молодіжної аудиторії.

Значення цієї проблематики особливо виразне саме в контексті студентської молоді, адже вона належить до найбільш чутливих і водночас найбільш включених у цифрове середовище соці-

альних груп. Саме в молодіжному середовищі думскролінг здатний формувати сталі моделі інформаційної поведінки, які впливають і на рівень індивідуальної тривожності, й на колективний емоційний клімат. Таким чином, подальше вивчення феномену думскролінгу серед здобувачів вищої освіти є важливим не лише для глибшого розуміння соціокультурних наслідків цифровізації, але й для розроблення превентивних стратегій зниження емоційного виснаження та підтримки психологічної стійкості молоді.

ЛІТЕРАТУРА:

- Бауліна Т.Є., Крикун В.Ю. Думскролінг як явище сучасного медіапростору. *Актуальні проблеми філософії та соціології*. 2024. № 49. С. 15–22. <https://doi.org/10.32782/apfs.v049.2024.2>.
- Бугрим В.В. Думскролінг та його подолання!?. *72-гі економіко-правові дискусії. Серія: Соціальні та гуманітарні науки* : Матеріали Міжнародної наукової інтернет-конференції, м. Львів, 21 лют. 2023 р. Львів, 2023. С. 168–175.
- Зражевська Н.І. Критична парадигма досліджень медіакультури (франкфуртська школа). *Держава та регіони. Серія: Соціальні комунікації*. 2014. № 1–2(17–18). С. 91–96.
- Матохнюк Л. Сучасні виклики інформаційного суспільства: думскролінг, фабінг та номофобія. *Psychology Travelogs*. 2024. № 3. С. 37–46. <https://doi.org/10.31891/PT-2024-3-4>.

5. Субашкевич І.Р., Рижко В.Р. Медіаактивність особистості під час війни в Україні. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. Т. 33. № 4. С. 37–42. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.4/07>.

6. Шленьова М.Г. Особливості національного думскролінгу: Як мінімізувати негативний вплив на навчання. *Методологія сучасних наукових досліджень : збірник наукових праць за результатами XVIII Міжнародної науково-практичної конференції, присвяченої 300-річчю Г. С. Сковороди, Харків, Україна, 12–13 травня 2022*. Харків, 2022. С. 113–114. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7245974>.

7. Berger P. L. The social construction of reality: A treatise in the sociology of knowledge. New York : Anchor Books, 1990. 219 p.

8. Dieter M., Berry D. Postdigital Aesthetics: Art, Computation and Design. Palgrave Macmillan Limited, 2015. <https://doi.org/10.1057/9781137437204>.

9. Fuchs C. Communication and Capitalism: A Critical Theory. University of Westminster Press, 2020. 406 p. <https://doi.org/10.16997/book45>.

10. Guilbeault D., Centola D. Topological measures for identifying and predicting the spread of complex contagions. *Nature Communications*. 2021. Vol. 12, № 1. <https://doi.org/10.1038/s41467-021-24704-6>.

11. Güme S. Doomscrolling: A Review. *Psikiyatride Guncel Yaklasimlar – Current Approaches in Psychiatry*.

2024. Vol. 16, № 4. P. 595–603. <https://doi.org/10.18863/pgy.1416316>.

12. Anand, N., Sharma, M. K., Thakur, P. C., Ganji Kumar, A. M., Bansal, M., Pattupara, R. P. Doomscrolling and doomscrolling mediate psychological distress in COVID-19 lockdown: Implications for awareness of cognitive biases. *Perspectives in Psychiatric Care*. 2021. Vol. 58, № 1, P. 170–172 <https://doi.org/10.1111/ppc.12803>.

13. Hochschild A. R. Emotion Work, Feeling Rules, and Social Structure. *American Journal of Sociology*. 1979. Vol. 85, № 3. P. 551–575. <https://doi.org/10.1086/227049>.

14. Price M., Legrand A.C., Brier Z.M.F., Seitz-Brown C.J. Doomscrolling during COVID-19: The negative association between daily social and traditional media consumption and mental health symptoms during the COVID-19 pandemic. *Psychology of Popular Media*. 2022. Vol. 14, № 8. P. 1338–1346. <https://doi.org/10.1037/tra0001202>.

15. Satici S.A., Gocet Tekin E., Deniz M.E., Satici B. Doomscrolling Scale: Its association with personality traits, psychological distress, social media use, and wellbeing. *Applied Research in Quality of Life*. 2023. Vol. 18, № 2. P. 833–847. <https://doi.org/10.1007/s11482-022-10110-7>.

Стаття надійшла в редакцію: 22.08.2025

Стаття прийнята: 03.09.2025

Опубліковано: 23.10.2025