

УДК 1:16(161)

DOI <https://doi.org/10.32782/apfs.v049.2024.2>**Т. Е. Бауліна**ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8358-5582>

кандидат філософських наук

Київського національного університету імені Тараса Шевченка

**В. Ю. Крикун**ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-2531-0414>

кандидат філософських наук, доцент

Київського національного університету імені Тараса Шевченка

## ДУМСКРОЛІНГ ЯК ЯВИЩЕ СУЧАСНОГО МЕДІАПРОСТОРУ

**Постановка проблеми.** Життя сучасної людини сповнене взаємодій, ми не можемо жити ізольовано, якщо перебуваємо тут і зараз у цьому надзвичайно швидкому темпі соціального життя. Наявність смартфона, інтернету й доступу до соціальних мереж стимулює збільшення контактів та значне зростання обсягів інформації, яка потребує сприйняття та опрацювання. Більше того, коли світ огортають кризи, війни, катастрофи, а місце стабільності в житті займає невизначеність, людина змушена опрацювати ще більші обсяги інформації задля пошуку відповідей на хвилюючі запитання. Але, в таких умовах, в інформаційному просторі суттєво переважає негативна, тривожна інформація, яка спричиняє зростання хвилювань та посилює психологічний дискомфорт. Людині стає доволі важко переключитись на щось позитивне і відмежуватись від того, що пригнічує. Подібну поведінку людини сучасні дослідники розкривають за допомогою поняття «думскролінг».

**Метою дослідження** є визначення сутності думскролінгу як явища сучасного медіапростору. Для досягнення мети слід вирішити низку завдань:

- з'ясувати походження та історію становлення терміна «думскролінг»;
- виявити підґрунтя та основні характеристики думскролінгу як явища;
- розглянути ефективність думскролінгу як засобу впливу;
- дослідити можливості протидії думскролінгу.

**Огляд літератури.** Зважаючи на нещодавню появу терміна «думскролінг», увага до нього в українському інформаційному просторі спостерігається передусім серед представників медіа, а серед ґрунтовних досліджень явища думскролінгу варто зазначити розвідку Валентина Бугрима.

Значно більше уваги явищу думскролінгу та з ним пов'язаній небезпеці приділяли закордонні дослідники, серед яких варто звернути увагу на розвідки таких авторів, як Güme S., Anand N.,

Sharma M.K., Grossekemper L., Gerges M., Nau M., Watercutter A. та інші.

**Методологія.** Теоретико-методологічні засади дослідження ґрунтуються на принципах наукової об'єктивності, неупередженості та системності. Під час проведення дослідження були використані загальнонаукові, філософські та спеціальні методи пізнання соціально-політичних явищ, зокрема загальні методи аналізу, синтезу, компаративний метод.

**Виклад основного матеріалу.** Появу терміна «думскролінг» в інформаційному просторі зафіксовано в 2018 році [3], а активне його поширення пов'язують з 2020 роком:

а) поява в статті Barabak M. Z. «“Quarantini”. “Doomscrolling”. Here’s how the coronavirus is changing the way we talk» [7];

б) відповідне слово разом з низкою інших («Ковід-19», «локдаун» тощо), було визнано найпопулярнішими словами року [10].

Помилковим буде висновок, що явище думскролінгу виникло саме на початку XXI століття. Ще в 70-тих роках XX століття дослідником комунікації Джорджем Гербнером (George Gerbner) був запропонований термін «Синдром злого світу» («Mean World Syndrome»). Сутність синдрому полягає в набутті людиною підозрілого ставлення до навколишнього життя внаслідок впливу негативного інформаційного контенту (злочини, руйнування, скандали, трагедії тощо). Перенасичений таким негативом інформаційний простір створює у людини враження про те, що життя складається передусім із таких подій, а тому світ починає сприйматись як небезпечно, погане середовище [9].

Поняття «думскролінг» (з англ. «doomscrolling»: doom — «загибель, лиха доля, приреченість» і scrolling — «прокрутка») укладці Оксфордського словника пропонують тлумачити як «дії по постійному гортанню (скролінгу – переміщення вниз по тексту на екрані) і читанню депресивних новин на сайті новин або в соціальних мережах, особливо на телефоні» [8].

На нашу думку, думскролінг можна розглянути як потяг, прагнення людини до поглинання великої кількості негативних новин, незважаючи на їхній деструктивний вплив (деморалізація, пригнічення тощо). Подібне тривале споживання великих обсягів негативної інформації викликає у людини емоційний стан занепокоєння. За таких умов джерело отримання інформації (смартфон, телевізор тощо) не має принципового значення. У будь-якому разі людина стає вразливою для зовнішнього впливу, оскільки вона втрачає контроль над власним життям, здатність об'єктивно сприймати дійсність, відбувається атрофія навички критичного мислення. Думскролінг як явище набуває поширення за умов специфіки сучасного медіапростору і є однією із суттєвих загроз.

Проте чому у людини виникає таке прагнення пошуку саме негативної інформації? Наскільки легко потрапити до тенетів такої залежності? Для відповіді на зазначені питання і для кращого розуміння природи думскролінгу пропонуємо звернути увагу на дослідження в галузі психології, які спрямовані на вивчення емоційного світу людини.

Оскільки думскролінг передбачає залучення емоцій людини, варто звернутись до концепції триєдиного мозку Пола Мак-Ліна (Paul D. MacLean), який обґрунтовує ідею еволюції мозку людини і доречності виокремлення трьох рівнів такого розвитку:

1) рептильний мозок – забезпечує виживання живих істот (інстинкти та задоволення основних потреб);

2) емоційний мозок (лімбічна система) – відповідає за емоції (притаманно ссавцям), які також були необхідні для виживання, оскільки, наприклад, дитина потребує піклування дорослих, щоб не загинути або група ссавців змушена піклуватись і захищати один одного для спільного виживання;

3) раціональний мозок (неокортекс) – найновіший, зовнішній відділ головного мозку, що являє собою вершину еволюції мозку, відповідає за раціональність, вищі когнітивні функції (мова, рішення завдань тощо), а також здійснює керування аналітичним і математичним мисленням [4].

У контексті дослідження явища думскролінгу, а саме впливу емоцій на свідомість людини, доречно звернути увагу на такі елементи концепції Пола Мак-Ліна:

– саме на емоційний мозок припадають обов'язки по встановленню соціальних зв'язків, керуванню емоціями та пам'яттю людини;

– потужність впливу зазначених структур на свідомість людини суттєво відрізняється, оскільки більш глибокі емоційний і особливо рептильний рівні мозку переважають неокортекс.

Поряд із цим, концепція Мак-Ліна жодним чином не пояснює важливість і впливовість саме

негативних емоцій на свідомість людини. Відповідь на це питання можна знайти у концепції «негативної упередженості» Роя Баумайстера (Roy F. Baumeister). Мається на увазі притаманність мисленню людини когнітивного викривлення (упередження), коли ми надаємо більшого значення негативним подіям, ніж позитивним у нашому житті. В дослідницькому середовищі зазначений термін ще не завершив процес свого становлення, а тому можна знайти низку варіантів для позначення впливу негативу: негативна упередженість, домінування негативу, ефект негативності.

Причини орієнтованості свідомості людини саме на негатив, на думку Баумайстера, треба шукати в природі людини, в процесі її еволюції як живої істоти: «Еволюція залишила нас вразливими до поганого, що керує примітивною частиною мозку всіх тварин, але також оснастила складніші ділянки людського мозку природними когнітивними інструментами, щоб протистояти поганому й використовувати його конструктивно» [2, с. 8].

Будучи прихильниками теорії еволюції, Баумайстер та Тірні вважають, що у процесі еволюції наш розум досить вправно навчився захищати свого власника. Проте, щоб еволюціонувати до такого рівня потрібно було пройти довгий процес. Так, додавались нові конструкції, які накладались на вже відомі, що дозволило створити системи боротьби з новими небезпеками. Дослідники виділяють три основні системи попередження про загрози:

1) система базальних гангліїв (у рептилій) – виявляють стандартні види загроз;

2) лімбічна система (містить мигдалину) – викликає емоції при виникненні загроз і небезпек;

3) неокортекс (містить префронтальну кору) – свідоме мислення, логічні розмірковування [2, с. 70–71].

Ці системи активуються за необхідності, відповідно до тих ситуацій, які виникають у процесі життєдіяльності людини. У цьому аспекті погляди Баумайстера та Тірні узгоджуються з концепцією Мак-Ліна: негативне упередження обумовлене значним впливом на людину, глибокі рівні її мозку, і саме найновіший рівень (неокортекс), який відповідає за когнітивні функції, критичне мислення, має компенсувати такий вплив, зробити його контрольованим.

Дослідження щодо негативної упередженості розпочались не так давно, але вже наявна низка цікавих розвідок із цього приводу. Одночасно декілька авторів займались дослідженням впливу негативу хоча й із різними підходами.

Так, можна звернути увагу на дослідження Тоні ван дер Меєра та Майкла Хамелерса (Toni

G.L.A. van der Meer & Michael Hameleers), де експериментальним методом було досліджено вплив негативної упередженості. Учасникам запропонували прочитати дві статті новин. Вибрати можна було серед заголовків негативних та епізодичних, таких як: «чоловік отримав серйозні поранення після жорстокої атаки м'ячем для боулінгу» або позитивних і тематичних, наприклад: «рівень злочинності в найбільших містах США продовжує падати». Після того як учасник прочитав першу статтю, він повертався на початкову сторінку, де міг обрати наступну статтю для прочитання. Як показали висновки експерименту, учасники, які першою статтею обирали більш негативну новину, наступною статтею обирали також негативно налаштовану тематику для подальшого прочитання. В результаті дослідники приходять до висновків, які підтверджують упереджену модель відбору негативу на прикладі новин щодо кримінальних подій: «чим більш песимістичними є переконання людини щодо злочинності, тим більшою є ймовірність, що вона буде обирати негативні та епізодичні новини, а не позитивні та тематичні» [6, р. 479].

Тобто, можна прийти до висновку, що ключовим фактором під час обрання новин кожною окремою людиною з тією чи іншою тематикою є індивідуальна відповідальність кожного. Але, еволюційно склалося, що ми більше схильні реагувати на негатив через ймовірність небезпеки, тому ми часто обираємо саме новини негативного характеру.

Поряд із цим, не варто забувати про додатковий вплив ЗМІ, які також схильні зображати у своїх новинах упереджену реальність, орієнтуючи нас передусім на надмірний негатив заради привертання чим більшої уваги, зростання кількості переглядів, а тому і прибутків. Окреслену ситуацію ускладнює вплив на свідомість людини ще одного вагомого фактору: поряд із негативною упередженістю людина зазнає впливу упередженості підтвердження, яке характеризується прагненням до пошуку нової інформації, яка буде підтверджувати вже пануючі в свідомості людини погляди та переконання: «Ті, хто вже має більш песимістичний або негативний погляд на суспільство, можуть підтвердити цей світогляд, вибравши відносно більше новин про негативні події» [6, р. 474].

Також заслуговує на увагу низка експериментів від Марка Трасслера та Стюарта Сорока (Trussler M., Soroka S.), які поставили собі за мету зрозуміти, чому глядачі новин обирають під час перегляду ті чи інші інформаційні повідомлення в умовах широкого спектру пропозицій. Підставою їхнього зацікавлення стала перевага саме негативно забарвленого контенту в інформаційному середовищі.

Окрім визнання впливовості вже зазначених упереджень при обранні людиною інформаційного контенту, Трасслер і Сорока акцентують увагу на важливості внеску і, як наслідок, відповідальності цинічної редакційної політики ЗМІ. В прагненні зрозуміти природу проблеми, дослідники звертаються до цікавого дослідження громадської думки в США щодо функцій ЗМІ в політичному житті країни. Опитування проводилось 16 разів у період з 1985 по 2011 роки і учасникам пропонували обрати один із двох варіантів функцій ЗМІ в житті суспільства, а саме:

1) критика ЗМІ в бік політиків лише заважає останнім ефективно працювати (рівень підтримки зростав від 17% у 1985 році до 25% у 2011);

2) критика ЗМІ в бік політиків є для останніх дороговказом і має утримувати їх від небажаних для суспільства дій (рівень підтримки зменшався від 67% у 1985 році, до 58% у 2011).

На підставі отриманих результатів, дослідники приходять до висновку, що незважаючи на певну втрату позицій, суспільство надає ЗМІ передусім функціонал сторожового пса («watchdog»), що сприяє їхній орієнтації саме на негативний контент. Цікавим є той факт, що дослідники закликають не надто довіряти результатам навіть гарно підготовлених і проведених соціологічних опитувань, оскільки люди не завжди кажуть свідомо або несвідомо щиро. Тому пропонують шукати відповіді глибше, в закономірностях поведінки людини. А серед цих закономірностей варто звернути увагу на недооцінку багатьма людьми власного впливу на політичну ситуацію, що призводить до прагнення обирати прості рішення і до небажання витратити зайву енергію на аналіз інформації, що призводить до пошуків і навішування ярликів («shortcuts»). А тому, у власному дослідженні, автори прагнуть спиратись не на слова респондентів, а на їхні дії під час обрання інформації для споживання і це дозволяє їм прийти до висновку, що негативний характер контенту обумовлений балансом між попитом аудиторії та пропозиції ЗМІ. Також вагомим фактором виступають інтереси відповідних учасників, наприклад, увага до політичних процесів та подій [6, р. 364–365].

Розглядаючи думскролінг у контексті функціонування негативної упередженості, варто зрозуміти, що таке упередженість і як це працює. Для відповіді на це питання можна звернутись до концепції Деніела Канемана (Daniel Kahneman), який досліджував процес мислення людини, вплив та значення упереджень, властивості інтуїтивного та усвідомленого мислення. Аналізуючи процес прийняття людиною рішень, Канеман пропонує опис таких «дійових осіб», що живуть у нашій голові, як Система 1 і Система 2, які є відповідниками швидкого та повільного мислення відповідно.



Цікавими й корисними для нашого дослідження є згадки про такі поняття як «евристика доступності» та «інтуїція фахівця», що будуть належати до Системи 1. Евристика доступності – це «феномен, коли, відшукуючи щось у пам'яті, людина спирається на легкість згадування певних явищ» [1, с. 11]. Проте такий вид мислення може спричиняти систематичні помилки, створення упереджень. Наприклад, громадяни, які споживають певний вид інформації, яку їм пропонують у медіапросторі, звертають увагу на неї більше, ніж, наприклад, на наукові відкриття або інформацію щодо інших країн та їхніх культур, яку самостійно треба шукати та аналізувати. Отже, якщо ЗМІ засипають людей більше негативною інформацією, то це суттєво сприяє поширенню думскролінгу як явища. Людина починає далі шукати подібну інформацію, яка є легкою для неї у споживанні та пригадуванні. Це такий собі маніпулятивний прийом впливу, коли потрібно тримати громадян у страху й відчаї. У результаті, люди зі слабо розвинутою навичкою критичного мислення потрапляють до тенетів думскролінгу.

Якщо говорити про «інтуїцію фахівця», то тут справа стосується вже «ефекту тривалої практики» [1, с. 15], а не евристики доступності. Мова йде про години тренувань у будь-якій сфері, чи то лікарська практика, чи то викладацька компетентність, чи то спорт. Таким чином, і тут мова йде про Систему 1 (швидке/інтуїтивне мислення), коли фахівець оцінює ситуацію і приймає рішення швидко, не розмірковуючи довго, так би мовити на автоматі. Тому слід зауважити, якщо поставити собі за мету вдосконалювати навик відмови від пошуку негативної інформації (думскролінг), розширювати свою здатність до більшої вибірки джерел надходження інформації, то можна натренувати себе на критичне осмислення й сприйняття навколишнього світу й конкретних ситуацій.

Отже, не викликає сумнівів, що явище думскролінгу несе в собі деструктивний вплив на свідомість людини, підштовхує її до занурення в темряву негативу, викликає психологічний дискомфорт, послаблює навичку критичного мислення, об'єктивного аналізу інформації та сприйняття дійсності. Підступність думскролінгу обумовлена використанням слабкостей людини: впливовості емоційного мозку (Мак-Лін, Тірні, Баумайстер), швидкості та енергозбереженню роботи Системи 1 (Канеман). Розвиватись як особистості, усвідомлювати реальність значно важче, ніж розслабитись і пливати за течією. Події останніх років, а саме пандемія Ковід-19, російсько-українська війна та низка інших військових конфліктів, створюють постійний негативний інформаційний фон для людей як в Україні, так і по всьому світу. Особливо потужна атака на укра-

їнців розпочалась 24 лютого 2022 року з початком повномасштабного вторгнення російських військ, коли кожен з українців був затагнутий до вихору суцільного негативу. Жахливі події реальності підсилювались впливом фейкової інформації, що стало викликом для стійкості та критичного мислення більшості людей, породжуючи тривожність й невизначеність.

Статистика підтверджує, що увага українців сконцентрована на «тривожному» контенті. За інформацію від Google, топ пошукових запитів за 2022 рік складають: «мапа повітряних тривог», «новини України», «Допомога». Номінацією «Покупка року» в Україні став генератор, а також цікавилися: «купити сіль», «бронезилет», «марка руский корабль», «повербанк» тощо [11].

Топ пошукових запитів за 2023 рік складають: «мапа повітряних тривог», «графік відключення світла», «Пригожин». У категорії «Покупка року» українців більш всього цікавило: «де купити калію йодид», «генератор», «онлайн квитки на Укрзалізницю», «повербанк» тощо [12].

Отже, така тенденція сьогодення, коли українці вимушені шукати речі для виживання, а також «прокручувати» інформацію щодо негативних, проте таких важливих на цей момент, новин, призводить до зловживання негативом і витісненням бодай чогось позитивного. Тому для подолання відповідних загроз сучасні люди потребують дієвих засобів захисту. Аналізуючи наявні поради та засоби протидії думскролінгу, на нашу думку варто звернути увагу на такі:

1) варто розуміти, що випуски новин являють собою концентровані блоки інформації, яким притаманною є логічна помилка «поспішне узагальнення»;

2) корисно розпізнавати та ігнорувати «торговців негативом», як їх називають Тірні та Баумайстер, це різноманітні експерти, політики, журналісти тощо, завдання яких полягає у збудженні емоцій, щоб аудиторія перебувала в тривожному стані [2, с. 211];

3) під час пошуку новин варто звертатись до перевірених джерел та персоналій з гарною репутацією, яку важко здобути і легко втратити;

4) «правило чотирьох»: чотири позитивні моменти перекривають один негативний [2, с. 31]. Тобто, для того щоб компенсувати вплив від однієї негативної новини, необхідно сприйняти 4 позитивні і для цього вже створені проекти позитивного контенту (джойскролінг): наприклад <https://joyscroll.uk>;

5) поряд із цим варто пам'ятати про користь від обмеження часу проведеного в цифровому світі: більше часу фізичній активності, живому спілкуванню з друзями та близькими. Вирішення буденних справ принесе гарантовано більше користі і нам, і близьким, ніж скролінг новин.

**Висновки.** Таким чином, здійснивши дослідження окресленої нами проблематики можна прийти до таких висновків:

– термін «думскролінг» з’являється і набуває поширення в період з 2018 по 2020 роки. Його зміст, на нашу думку, варто розглядати як внутрішній потяг до сприйняття негативної інформації, залежність від неї;

– підґрунтям думскролінгу можна вважати природні особливості людини, а саме домінацію емоційної компоненти над раціональною та посилену увагу до негативного, як потенційного джерела небезпеки. Негативні новини більше привертають увагу, ніж позитивні, що деструктивно впливає на стан людей, так як поширення дезінформації та різноманітних страхів відбувається у спрощеному режимі, що призводить до тривожності, депресії й інших негараздів;

– думскролінг створює сприятливі умови для здійснення ефективного маніпулятивного впливу на свідомість людини;

– оскільки підґрунтя думскролінгу передбачають залучення емоцій, засоби протидії мають бути спрямовані на активізацію критичного мислення, раціонального сприйняття дійсності.

### Література

1. Канеман Д. Мислення швидко і повільно. К.: Наш Формат. 2023. 480 с.
2. Тірні Д., Баумайстер Р. Негативна упередженість. Як її подолати та навчитися керувати своїм життям. К.: Наш Формат. 2024. 272 с.
3. Garcia-Navarro L. Your ‘Doomscrolling’ Breeds Anxiety. Here’s How To Stop The Cycle. 19.07.2020. URL: <https://web.archive.org/web/20200719104432/https://www.npr.org/2020/07/19/892728595/your-doomscrolling-breeds-anxiety-here-s-how-to-stop-the-cycle> (Дата звернення: 8 серпня 2024 р.).
4. Reiner A. The Triune Brain in Evolution. Role in Paleocerebral Functions. Paul D. MacLean. Plenum, New York, 1990, p. 303–305. DOI:10.1126/science.250.4978.303-a
5. Trussler M., Soroka S. Consumer Demand for Cynical and Negative News Frames. The International Journal of Press/Politics, 19, 2014, p. 360–379. <https://doi.org/10.1177/1940161214524832>
6. Van der Meer T., Hameleers, M. I Knew It, the World is Falling Apart! Combatting a Confirmatory Negativity Bias in Audiences’ News Selection Through News Media Literacy Interventions, Digital Journalism, 10:3, 2022, p. 473–492, <https://doi.org/10.1080/21670811.2021.2019074>
7. Barabak. M. Z. “Quarantini. Doomscrolling. Here’s how the coronavirus is changing the way we talk”. 11.04.2020. URL: <https://www.latimes.com/world-nation/story/2020-04-11/coronavirus-covid19-pandemic-changes-how-we-talk> (Дата звернення: 20 вересня 2024 р.).
8. Oxford Learner’s Dictionaries URL: <https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/>

doomscrolling?q=doomscrolling (Дата звернення: 20 червня 2024 р.).

9. Kemp S. “It’s a Mean, Mean World: Social Media and Mean World Syndrome”. University Honors Theses, 2023. URL: <https://pdxscholar.library.pdx.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=2581&context=honorsthesis> (Дата звернення: 25 вересня 2024 р.).

10. Public Address Word of the Year 2020: Doomscrolling, 21.12.2020 URL: <https://publicaddress.net/hardnews/public-address-word-of-the-year-2020-doomscrolling/> (Дата звернення: 5 серпня 2024 р.).

11. Google представляє запити, які набули популярності в 2022 році в Україні. Офіційний Блог – Google Україна. URL: <https://ukraine.googleblog.com/2022/12/google-2022.html> (Дата звернення: 8 серпня 2024 р.).

12. Google представляє запити, які набули популярності в 2023 році в Україні. Офіційний Блог – Google Україна. URL: <https://ukraine.googleblog.com/2023/12/google-2023.html> (Дата звернення: 8 серпня 2024 р.).

### Анотація

**Бауліна Т. Е., Крижун В. Ю.** Думскролінг як явище сучасного медіапростору. – Стаття.

Актуальність дослідження проблематики, запропонованої у статті, визначена зростанням негативних наслідків від поширення думскролінгу в сучасності як для людства загалом, так і для українців зокрема. В часи, коли світ огортають кризи, війни, катастрофи, а місце стабільності в житті займає невизначеність, людина змушена опрацьовувати великі обсяги інформації задля пошуку відповідей на хвилюючі запитання. Зловживання негативним інформаційним контентом призводить до погіршення психологічного стану людей і створює умови для ефективного маніпулятивного впливу. Акцентується увага на тому, що хоча й поява і поширення терміна «думскролінг» відбувалась в період з 2018 по 2020 роки, але саме явище має більш давню історію. У статті обґрунтовується, що думскролінг можна розглянути як потяг, прагнення людини до поглинання великої кількості негативних новин, незважаючи на їхній деструктивний вплив (деморалізація, пригнічення тощо). Подібне тривале споживання великих обсягів негативної інформації викликає у людини емоційний стан занепокоєння. За таких умов джерело отримання інформації (смартфон, телевізор, друковані ЗМІ або радіо) не має принципового значення. У будь-якому з окреслених варіантів людина стає вразливою для зовнішнього впливу, оскільки вона втрачає контроль над власним життям, здатність об’єктивно сприймати дійсність, відбувається атрофія навички критичного мислення. Думскролінг як явище набуває поширення за умов специфіки сучасного медіапростору і є однією із суттєвих загроз. Підґрунтям думскролінгу можна вважати природні особливості людини, а саме схильність до домінації емоційної компоненти над раціональною та посилену увагу до негативного, як потенційного джерела небезпеки для виживання людини як живої істоти.

**Ключові слова:** думскролінг, вплив, негативні упередження, критичне мислення, комунікація.

### Summary

**Baulina T. E., Krikun V. Yu. Doomscrolling as a phenomenon of modern media space.** – Article.

The relevance of the study of the issues proposed in the article is determined by the growing negative consequences of the spread of doomscrolling in modern times for both humanity in general and Ukrainians in particular. In times when the world is surrounded by crises, wars, disasters, and the place of stability in life is taken by uncertainty, a person is forced to process large amounts of information in order to find answers to exciting questions. Abuse of negative information content leads to deterioration of the psychological state of people and creates conditions for effective manipulative influence. Attention is drawn to the fact that although the appearance and spread of the term “doomscrolling” took place in the period from 2018 to 2020, the phenomenon itself has an older history. The article substantiates that doomscrolling can be considered as a craving, a desire of a person to

absorb a large amount of negative news, despite their destructive influence (demoralization, oppression, etc.). Such long-term consumption of large amounts of negative information causes a person to have an emotional state of anxiety. Under such conditions, the source of receiving information (smartphone, TV, print media or radio) is of no fundamental importance. In any of the outlined options, a person becomes vulnerable to external influence, as he loses control over his own life, the ability to objectively perceive reality, and critical thinking skills atrophy. Doomscrolling as a phenomenon is spreading under the specific conditions of the modern media space and is one of the significant threats. The basis of doomscrolling can be considered to be the natural features of a person, namely the tendency to dominate the emotional component over the rational and increased attention to the negative as a potential source of danger for human survival as a living being.

*Key words:* doomscrolling, influence, negative biases, critical thinking, communication.