СОЦИОЛОГИЯ ЖУРНАЛИСТИКИ

Казун Анастасия Дмитриевна, кандидат социологических наук, старший научный сотрудник лаборатории экономико-социологических исследований НИУ ВШЭ, доцент факультета социальных наук, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», г. Москва, Россия. e-mail: adkazun@hse.ru, ORCID 0000-0002-9633-2776

КОРОТКАЯ ШКАЛА ДУМСКРОЛЛИНГА: РАЗРАБОТКА И АПРОБАЦИЯ[1]

В статье представлен процесс разработки и апробации короткой шкалы думскроллинга, понимаемого как избыточное потребление негативных новостей, оказывающее воздействие на эмоциональное состояние. Предложена пятиэлементная шкала, опирающаяся на компонентную модель поведенческих аддикций и диагностические критерии зависимостей (DSM-5). Качество инструментария тестируется на данных репрезентативного всероссийского опроса, проведенного весной 2025 г. (N=6041). Распределение ответов респондентов имеет ступенчатый характер. Так, наблюдается относительно высокое согласие с тезисами о постоянном потреблении негативного контента (22%) и сохранении уровня потребления, несмотря на сознаваемый вред (26%). Меньшую поддержку получают тезисы, фиксирующие симптомы отмены (9%) и связанные с новостями функциональные нарушения (10%). Соответственно, шкалу уместно использовать для оценки выраженности думскроллинга. Показано, что инструмент обладает приемлемой внутренней согласованностью (α=0,741), которая сохраняется в разных социально-демографических группах. Все элементы вносят содержательный вклад в измерение думскроллинга, согласованность шкалы ухудшается при исключении любого из входящих в нее тезисов. Инструмент имеет одномерную структуру: все пункты демонстрируют достаточные общности и высокие факторные нагрузки. Выделяются три уровня зависимости (отсутствие, умеренный и выраженный), причем усиление думскроллинга увеличивает долю респондентов, сообщающих о нервных расстройствах, приеме успокоительных и антидепрессантов, а также с повышенной тревогой о будущем. Сделан вывод о пригодности шкалы для диагностики думскроллинга и выявления групп риска.

***Ключевые слова**: думскроллинг, проблемное потребление новостей, медиасреда с большим выбором, компульсивное потребление, аддиктивное поведение, медиа, тестирование шкалы.*

Как цитировать: *Казун А. Д.* Короткая шкала думскроллинга: разработка и апробация // Вестник Московского университета. Серия 10. Журналистика. 2026. № 1. С. 3–35. DOI: 10.55959/msu.vestnik.journ.1.2026.335

Anastasia D. Kazun, PhD in Sociology, Senior Research Fellow at the Laboratory for Studies in Economic Sociology, Associate Professor at the Faculty of Social Sciences, National Research University Higher School of Economics, Moscow, Russia. e-mail: adkazun@hse.ru, ORCID 0000-0002-9633-2776

DEVELOPMENT AND VALIDATION OF A SHORT DOOMSCROLLING SCALE

This article presents the development and validation of a short doomscrolling scale, conceptualized as excessive consumption of negative news that affects individuals' emotional state. A five-item scale is proposed, partly based on the components model of behavioral addictions and the diagnostic criteria for addictions (DSM-5). The quality of the instrument is tested using data from a nationally representative Russian survey conducted in spring 2025 (N = 6041). The distribution of responses demonstrates a "stepwise" pattern. There is relatively high agreement with statements about constant consumption of negative content (22%) and maintaining the same level of consumption despite an awareness of its harmful effects (26%). Lower support is observed for items capturing withdrawal-like symptoms (9%) and news-related functional impairments (10%). Accordingly, the scale is appropriate for assessing the severity of doomscrolling. The instrument demonstrates acceptable internal consistency ($\alpha = 0.741$), which is stable across different socio-demographic groups. All items make a meaningful contribution to the measurement of doomscrolling; removing any individual statement reduces the internal consistency of the scale. The instrument has a unidimensional structure: all items show sufficient communalities and high factor loadings. Three levels of doomscrolling are distinguished (absent, moderate, and pronounced), with higher levels associated with an increased share of respondents reporting nervous disorders, use of tranquilizers and antidepressants, as well as heightened anxiety about the future. The study concludes that the scale is suitable for diagnosing doomscrolling and identifying risk groups.

***Key words**: doomscrolling, problematic news consumption, high-choice media environment, compulsive consumption, addictive behavior, media, scale validation.*

To cite this article: Kazun A. D. (2026) Korotkaya shkala dumskrollinga: razrabotka i aprobatsiya [Development and validation of a short doomscrolling scale]. *Vestnik Moskovskogo Universiteta. Seriya 10. Zhurnalistika 1*: 3–35. DOI: 10.55959/msu.vestnik.journ.1.2026.335

DOI: 10.55959/msu.vestnik.journ.1.2026.335

Введение

Цифровизация позволила людям практически бесконечно наращивать потребление разнообразных медиапродуктов. При этом информационные ресурсы конкурируют за внимание аудитории, предлагая беспрецедентные объемы контента и стремясь удержи-

вать пользователя как можно более продолжительное время (Lanham, 2007; Rieser, Furneaux, 2022). В этой связи не удивительно, что исследователи заговорили о «запойном просмотре сериалов» (*binge-watching*) (Bastos, Naranjo-Zolotov, Aparício, 2024; Chang, Peng, 2022), «патологическом использовании интернета» (*pathological Internet use*) (Kaess, Klar, Kindler, Parzer et al., 2021), зависимости от социальных сетей (Alateeq, Doumi, Alharthi, Alsayari et al., 2025; Amirthalingam, Khera, 2024; Casale, Akbari, Seydavi, Bocci Benucci et al., 2023), «проблемном» использовании смартфона (Harris, Regan, Schueler, Fields, 2020; Karila, Scher, Draghi, Lichte et al., 2025) и «фабинге» (*phubbing*) – предпочтении возможностей гаджета межличностному общению (Deschamps, Fortier, Gómez, Auger et al., 2025) и т. д. Онлайн-пространство, таким образом, стало средой, способствующей формированию и распространению различных форм зависимости.

Не остаются в стороне и новости. В современном мире от информационного контента нас отделяет только один клик (Stroud, Peacock, Curry, 2020; Wheatley, Ferrer-Conill, 2021), а сообщения по повестке дня доступны ежесекундно 24/7. В спокойной обстановке это не обязательно провоцирует повышенный спрос на новости, однако в условиях кризиса и неопределенности может привести к их избыточному, «проблемному» потреблению (*problematic news consumption*) (McLaughlin, Gotlieb, Mills, 2023; McLaughlin, Gotlieb, Mills, Serra et al., 2024; McLaughlin, Gotlieb, Mills, 2025), «новостной наркомании» (*news junkies*) (Broersma, Swart, 2022; Mourão, Thorson, Chen, Tham, 2018), «зависимости от новостей» (*news addiction*) (Gerhart, Torres, Hamilton, 2024; Kakunje, Shetty, Kumar, Puthran, 2021; Puthran, Kakunje, 2025; Tang, Hung, Au-Yeung, Yuen, 2020), «запойному просмотру» (*binge-watching*) (Wojcieszak, Clemm von Hohenberg, Casas, Menchen-Trevino et al., 2022) – одним словом, к думскроллингу. В нашем исследовании будем оперировать этим последним термином как наименее оценочным и наиболее нормативно нагруженным.

Определения думскроллинга разнообразны, однако в большинстве из них внимание акцентируется на следующих элементах: «потребление бесконечного потока» (Ytre-Arne, Moe, 2021); «бесконечное прокручивание» (Chand, Mishra, 2024) новостей; негативный уклон транслируемого контента: «ищут депрессивную и негативную информацию» (Satici, Gocet Tekin, Deniz, Satici,

2023), «упорно уделяют внимание негативной информации в своих новостных лентах о кризисах, катастрофах и трагедиях» (Sharma, Lee, Johnson, 2022); неблагоприятные последствия: «ухудшение психического здоровья» (Buchanan, Aknin, Lotun, Sandstrom, 2021), «негативный аффект после просмотра» (Price, Legrand, Brier, van Stolk-Cooke et al., 2022). Кроме того, в определениях может дополнительно уточняться, что речь идет о просмотре новостей в социальных сетях (Chand, Mishra, 2024; Satici, Gocet Tekin, Deniz, Satici, 2023; Sharma, Lee, Johnson, 2022). Однако такое внимание именно к цифровому потреблению информационного контента представляется не самым продуктивным решением, поскольку для большинства пользователей характерны комплексные кроссплатформенные медиарепертуары и использование разнородных источников (Kobbernagel, Schrøder, 2016; Swart, Peters, Broersma, 2017; Taneja, Webster, Malthouse, Ksiazek, 2012). Социальные сети, безусловно, способствуют избыточному потреблению новостей. Однако проблемной является, скорее, общая чрезмерная погруженность в информационный поток. Например, возможна ситуация, когда человек демонстрирует умеренную вовлеченность в просмотр новостей в социальных сетях, однако дополнительно использует ряд новостных приложений, слушает информационный контент по радио по дороге на работу и не пропускает вечерние выпуски новостей по телевидению. В этом случае его потребление контента в социальных медиа нельзя интерпретировать как думскроллинг, однако общий объем информации вызывает тревогу. Следуя этой логике, определим думскроллинг как *избыточное потребление негативных новостей, оказывающее воздействие на эмоциональное состояние*, не акцентируя внимания на используемых каналах коммуникации.

Основанием для активного изучения и попыток измерения проблемного потребления новостей и думскроллинга являются многочисленные неблагоприятные последствия избыточного медиапотребления. Исследователи указывают, что чрезмерное внимание к информационному контенту влечет за собой психологическое неблагополучие (McLaughlin, Gotlieb, Mills, 2023; 2025) и дистресс (Kellerman, Hamilton, Selby, Kleiman, 2022; Satici, Gocet Tekin, Deniz et al., 2023; Soraci, Griffiths, Bevan, Pisanti et al., 2025), экзистенциальную тревогу (Shabahang, Hwang, Thomas, Aruguete et al., 2024), депрессию (Bendau, Petzold, Pyrkosch, Mascarell Maricic

et al., 2021; Kakunje, Shetty, Kumar, Puthran, 2021; Yang, Tan, Lang, Wang et al., 2024) и ПТСР (Hall, Xiong, Yip, Lao et al., 2019; Holman, Garfin, Lubens, Silver, 2020; Whealin, Fischer, Na, Pietrzak, 2023). Потребление жестокого контента связывают с повышенным уровнем ситуативной тревожности (Vyrkovsky, Krasheninnikova, 2024). Предполагается, что это может способствовать политической враждебности и готовности к конфронтации (McLaughlin, Gotlieb, Mills, Serra et al., 2024), снижению академической мотивации студентов (Khalili, Jabali, Saeedi, Jabali, 2025), а также вовлеченности в трудовую деятельность (Hughes, Keith, Lee, Gray, 2024).

Многочисленные негативные эффекты делают необходимой разработку инструментария для оценки масштабов явления. Здесь возможны два подхода. Прежде всего, избыточным можно считать потребление новостей, превышающее определенную планку: например, более 4 (Silver, Holman, Andersen, Poulin et al., 2013) или 6 часов (Holman, Garfin, Silver, 2014) в день. Однако этот подход не всегда продуктивен, поскольку думскроллинг представляет собой гетерогенный феномен, не сводимый только к количественным показателям просмотров. Кроме того, респонденту бывает сложно оценить свои временны́е затраты, поскольку новости потребляются в течение всего дня, в несколько заходов (Казун, 2024) – так называемое «перекусывание новостями» (*news snacking*) (Barnes, Mulcahy, Riedel, 2025; Ohme, Mothes, 2025). Альтернативой количественным замерам времени, затрачиваемого на потребление новостей, выступает использование шкал, направленных на комплексное измерение феномена. На текущий момент были разработаны две основных шкалы – восьмиэлементная шкала думскроллинга в социальных сетях (*Social Media Doomscrolling Scale, SMDS*) (Shabahang, Kim, Hosseinkhanzadeh, Aruguete et al., 2023) и пятнадцатиэлементная шкала думскроллинга (*DSS*-15), которая была валидирована для России (Максименко, Дейнека, Мортикова, 2022) и используется отечественными исследователями (Максименко, Дейнека, 2023; Максименко, Золотарева, Каширский, 2025; Рахман Хашими, 2024).

Указанные инструменты имеют свои ограничения. В частности, шкала *SMDS* была сконструирована для измерения думскроллинга в социальных сетях, тогда как эмпирические исследования показывают, что для большинства пользователей

характерны кроссплатформенные медиарепертуары и совмещение онлайн- и офлайн-источников новостей. Валидированная для России шкала *DSS*-15, в свою очередь, является достаточно объемной и содержит ряд содержательно близких пунктов, что затрудняет ее использование в масштабных опросах, в которых думскроллинг является лишь одним из аналитических блоков и время интервью ограничено. Целью данной статьи является разработка и апробация на репрезентативных российских данных короткой шкалы думскроллинга[2].

Химические и поведенческие зависимости: сходства и различия

Исследователи проблемного потребления новостей часто следуют квазиклинической логике. С одной стороны, это проявляется в использовании концептуального аппарата, присущего исследованиям химических аддикций, например элементов компонентной модели аддикции (Griffiths, 2005): «поглощенность» (*salience/preoccupation*), толерантность, «симптомы отмены» (*withdrawal-like symptoms*), «потеря контроля» (*loss of control*), «функциональные нарушения» (*functional impairment*). С другой стороны, квазиклинический характер исследований проблемного потребления новостей отражается в используемой для его обозначения терминологии: «зависимость» (Gerhart, Torres, Hamilton, 2024; Kakunje, Shetty, Kumar, Puthran, 2021; Puthran, Kakunje, 2025; Tang, Hung, Au-Yeung, Yuen, 2020), «запой» (Wojcieszak, Clemm von Hohenberg, Casas, Menchen-Trevino et al., 2022), «новостные наркоманы» (Broersma, Swart, 2022; Mourão, Thorson, Chen, Tham, 2018). Думскроллинг рассматривается как стиль медиапотребления, важным компонентом которого является компульсивность и дефицит саморегуляции (Türk-Kurtça, Kocatürk, 2025; Dominguez-Rodriguez, Apprich, Friehs, van der Graaf et al., 2025; Chisholm, Hartman-Caverly, 2022; Groot Kormelink, Klein Gunnewiek, 2022; Musiał, 2025; Salisbury, 2023). При разработке короткой шкалы думскроллинга мы следуем этой логике. Тем не менее необходимо оговорить и в дальнейшем принимать во внимание различия между химическими и непсихоактивными (*non-substance*) или поведенческими зависимостями.

Нейробиологи указывают на сходства поведенческих и химических аддикций (Park, Han, Roh, 2017), в частности отмечая

связь между зависимостью от интернета и изменениями в дофаминергических путях вознаграждения (Kuss, Griffiths, 2012; Tereshchenko, 2023). Исследователи в области социальных наук также говорят о том, что химические и поведенческие аддикции имеют ряд общих черт (Grant, Potenza, Weinstein, Gorelick, 2010; Yau, Potenza, 2015). Например, в обоих случаях может возникать толерантность[3] (постепенное снижение позитивного влияния на настроение при повторяющихся действиях) и необходимость увеличения «дозы» для получения того же эффекта (Grant, Brewer, Potenza, 2006). В этой связи поведенческие зависимости предлагается изучать с опорой на те же диагностические критерии, которые используют в исследованиях химических зависимостей (Robbins, Clark, 2015). Однако различия между данными явлениями очевидны.

Прежде всего, в случае химических аддикций воздействие вещества может вызывать интоксикацию, фармакологическую толерантность и физиологические симптомы отмены. Тогда как поведенческие зависимости связаны с деятельностью, а не с веществом. Таким образом, химические и поведенческие зависимости имеют разный объект – воздействие психоактивного вещества или чрезмерная деятельность, при которой психотропный эффект создается за счет собственных биохимических процессов организма (Albrecht, Kirschner, Grüsser, 2007). В результате часть пунктов, используемых исследователями аддикций, либо теряют смысл, либо трансформируют свое значение. Например, говоря о толерантности, мы подразумеваем не увеличение дозы для получения сопоставимого эффекта, а возрастающие временны́е затраты на соответствующую активность. Содержательно это означает, что в случае поведенческих зависимостей грань между «нормой» и клиническим проявлением оказывается более тонкой. Поскольку сами по себе активности (просмотр новостей, использование социальных сетей, видеоигры) соответствуют нормам общества, сложно понять, когда высокая вовлеченность превращается в аддикцию. В этой связи исследователи предлагают уделять большее внимание именно связанным с соответствующим поведением функциональным нарушениям (Kardefelt-Winther, Heeren, Schimmenti, van Rooij et al., 2017). Таким образом, прямое «опрокидывание» диагностических критериев, разработанных для химических зависимостей, на поведенческие аддикции является

методологически проблематичным (Albrecht, Kirschner, Grüsser, 2007; Flayelle, Schimmenti, Starcevic, Billieux, 2022; Király, Griffiths, Demetrovics, 2015).

Разработка шкалы

Как было отмечено ранее, аддиктивное поведение обычно описывается через совокупность образующих его компонентов (Griffiths, 2005) или диагностических критериев (Hasin, O'Brien, Auriacombe, Borges et al., 2013). При разработке короткой шкалы думскроллинга мы опирались на соответствующие исследования. Прежде всего, одним из ключевых элементов аддиктивного поведения является «поглощенность человека» (*salience/preoccupation*), когда та или иная активность начинает занимать в мыслях и повседневности центральное место (Griffiths, 2005; Varona, Muela, Machimbarrena, 2022). Соответствующие вопросы часто используются в исследованиях поведенческих зависимостей (Andreassen, 2015). В короткой шкале думскроллинга на выявление данного компонента направлен тезис 1.

Другим важным элементом аддикции выступают «симптомы отмены» (*withdrawal-like symptoms*) – дистресс, испытываемый при лишении (невозможности продолжать употребление или деятельность) (см. тезис 2). Симптомы отмены как компонент включают, например, в шкалы зависимости от смартфона (Billieux, Maurage, Lopez-Fernandez, Kuss et al., 2015; Lin, Chang, Lee, Tseng et al., 2014).

В диагностические критерии химических зависимостей (*DSM*-5) входит также продолжение употребления, несмотря на знание о том, что подобные действия наносят вред, усугубляя физические и психологические проблемы (Hasin, O'Brien, Auriacombe, Borges et al., 2013). Отчасти данный пункт связан с потерей контроля и дефицитом саморегуляции. В несколько смягченном виде этот пункт также был включен в шкалу думскроллинга (тезис 3).

Следующий элемент шкалы касается избыточности просмотра новостей и связанного с этим дефицита саморегуляции (тезис 4). Данный элемент также хорошо соотносится с диагностическими критериями *DSM*-5, в число которых входит б льший объем употребления, чем планировалось (Hasin, O'Brien, Auriacombe, Borges et al., 2013). Косвенно этот пункт может относиться к толерантности (Griffiths, 2005) – потребности в увеличении «дозы», которая способствует росту временных затрат на соответствующую активность.

Наконец, при изучении поведенческих́ зависимостей рекомендуется уделять внимание связанным с ними функциональным нарушениям (Kardefelt-Winther, Heeren, Schimmenti, van Rooij et al., 2017). Аддикции вступают в конфликт с другими повседневными делами и социальными отношениями, препятствуя их полноценной реализации (Griffiths, 2005). Отчасти это связано с навязчивой концентрацией на объекте зависимости. В целом в концепции проблемного потребления новостей именно навязчивые мысли о такой информации (*preoccupation*) и связанные с ними помехи для других аспектов (*interference*) определяют переход от высокой вовлеченности к квазиаддиктивному потреблению новостей (McLaughlin, Gotlieb, Mills, 2023). На фиксацию подобных проявлений направлен тезис 5 в предлагаемой шкале.

Короткая шкала думскроллинга[4]

1. Я замечаю, что постоянно просматриваю негативные новости.
2. Я чувствую раздражение или тревогу, когда у меня нет возможности посмотреть новости.
3. Я продолжаю читать или смотреть новости, даже если они негативно влияют на мое настроение.
4. Я трачу на просмотр новостей больше времени, чем следовало бы.
5. Мысли о новостях часто мешают мне сосредоточиться на работе, учебе или общении.

Методика

Данные

Эмпирической основой статьи стали результаты опроса взрослого населения РФ «Экономическое поведение домашних хозяйств» (волна 6), проведенного весной 2025 г.[5] Выборка исследования репрезентирует население РФ по федеральным округам, типу населенного пункта, полу и возрасту. Опрос проводился специально обученными интервьюерами методом *CAPI* (личное формализованное интервью с занесением информации в программу через планшет) по многоступенчатой стратифицированной выборке с маршрутным отбором домохозяйств. Время прохождения опроса варьировалось от 20 минут до 2 часов 08 минут (по большей части составляло 45–55 минут). Помимо блока о медиапотре-

блении анкета содержала широкий спектр вопросов о социально-демографических характеристиках респондента, его положении на рынке труда, эмоциональном состоянии, здоровье, расходах, потреблении и финансовом поведении. База данных включает 6041 заполненную анкету.

Этапы тестирования шкалы

Тестирование короткой шкалы думскроллинга проводится в несколько этапов. Прежде всего, будет проанализирована доля людей, выразивших согласие с каждым из предложенных тезисов. На данном этапе можно оценить относительную распространенность тех или иных проявлений проблемного потребления новостей, а также убедиться, что степень согласия с пунктами шкалы вариативна и позволяет дифференцировать потребителей информационного контента.

Далее, уделяется внимание стандартному пункту тестирования любой шкалы – ее согласованности. Будут рассмотрены значения коэффициента Альфа (α) Кронбаха (1) для шкалы в целом, (2) в разрезе различных социально-демографических групп, а также (3) при удалении каждого из включенных в шкалу элементов. Первое позволит оценить, насколько пункты шкалы связаны между собой и, следовательно, работают на измерение одного и того же латентного конструкта (думскроллинга). Именно приемлемый уровень Альфа Кронбаха позволяет считать включенные в шкалу элементы частями одного индекса, а не отдельными вопросами. Второе необходимо для того, чтобы убедиться, что уровень согласованности шкалы остается приемлемым для различных категорий населения, следовательно, инструментарий может быть использован для их сравнения. Третье выступает одним из способов выявления «провальных» пунктов, которые снижают качество предлагаемого инструментария и должны быть исключены.

Следующим этапом будет проведен эксплораторный факторный анализ (метод главных компонент), направленный на выявление латентной структуры предлагаемой шкалы думскроллинга. Данный шаг позволяет оценить, образуют ли пункты шкалы один общий фактор или речь идет о нескольких субшкалах. Кроме того, на этом этапе также можно выявить неудачные элементы инструментария. Если по итогам факторного анализа вопрос оказывается не связан с другими пунктами и имеет слабую факторную нагрузку, возможно, имеет смысл его исключить. Для повышения интерпретируемо-

сти структуры в случае возможной многомерности применялась ортогональная ротация *Varimax* (с нормализацией Кайзера). Однако критерии числа факторов указали на одномерную структуру. При одном факторе ротация не меняет решение, поэтому в таблице приводятся нагрузки по единственному компоненту.

Наконец, на финальном этапе исследования проверяется, работает ли шкала в соответствии с теоретическими ожиданиями. Предшествующие исследования доказывают, что проблемное потребление новостей тесно связано с эмоциональным состоянием и ментальным здоровьем. С целью убедиться, что данная закономерность выполняется на наших данных, будут проанализированы различия следующих параметров в группах с разной выраженностью думскроллинга:

– нервные расстройства, депрессии, плохое эмоциональное самочувствие за последние 12 месяцев;

– опыт обращения к психологу, психотерапевту или психиатру в последние 12 месяцев;

– употребление безрецептурных успокоительных средств в последние 12 месяцев;

– употребление антидепрессантов и успокоительных средств, прописанных врачом, за последние 12 месяцев;

– тревога о будущем.

Результаты тестирования шкалы думскроллинга

Наиболее часто респонденты выражали полное или частичное согласие с тезисами о том, что они продолжают просматривать новости, вопреки их негативному влиянию на настроение (25,9%), и часто просматривают негативный информационный контент (22,1%) (см. табл. 1). Несколько реже упоминается чрезмерность временных затрат на потребление новостей (13%). Наименее часто при этом респонденты говорят о связанных с новостями поведенческих нарушениях: когнитивной поглощенности, препятствующей осуществлению других повседневных активностей (10,1%), а также проявлениях симптомов отмены (9,3%).

Таким образом, распределение согласия с пунктами носит ступенчатый характер, включая как «мягкие» признаки, свойственные многим респондентам, так и более редкие и дисфункциональные проявления проблемного потребления новостей. Следовательно, использование данной шкалы должно позволить не только

измерить выраженность думскроллинга, но и выделить тех, кто находится в группе риска и испытывает наибольшие негативные эффекты от своего стиля потребления новостей.

Таблица 1

Согласие с тезисами, включенными в шкалу думскроллинга (в % по выборке)

Элемент шкалы	Согласие
Я замечаю, что постоянно просматриваю негативные новости	22,1%
Я чувствую раздражение или тревогу, когда у меня нет возможности посмотреть новости	9,3%
Я продолжаю читать или смотреть новости, даже если они негативно влияют на мое настроение	25,9%
Я трачу на просмотр новостей больше времени, чем следовало бы	13,0%
Мысли о новостях часто мешают мне сосредоточиться на работе, учебе или общении	10,1%

Альфа (α) Кронбаха по выборке в целом составляет 0,741 (см. табл. 2). При этом данный коэффициент существенно зависит от числа пунктов шкалы и средней межпунктовой корреляции. Короткие шкалы при сопоставимой межпунктовой связанности, как правило, демонстрируют более низкие значения α, чем развернутые инструменты (Cortina, 1993; Schmitt, 1996; Tavakol, Dennick, 2011). С учетом длины шкалы (5 пунктов) значение $\alpha = 0{,}741$ можно интерпретировать как приемлемое для исследовательского инструмента на этапе апробации. В различных социально-демографических группах уровень согласованности шкалы сохраняется. Следовательно, инструментарий применим для сравнения указанных групп, а также может использоваться для проведения исследований на выборке, репрезентирующей не население страны в целом, а отдельные категорияи населения (например, сельские жители или молодежь).

Таблица 2

Согласованность шкалы думскроллинга по выборке в целом и в разрезе социально-демографических групп (альфа Кронбаха)

	Пол		**Возраст**					
	муж	*жен*	*18-24*	*25-34*	*35-44*	*45-54*	*55-64*	*65+*
По выборке 0,741	0,736	0,744	0,759	0,754	0,718	0,737	0,752	0,715
	Образование			**Населенный пункт**				
	Начальное проф. и ниже	*Среднее проф.*	*Высшее*	*Города 1 млн+*	*Города 250 тыс.-1 млн*	*Города 100-250 тыс.*	*Города менее 100 тыс.*	*Села*
	0,719	0,76	0,736	0,729	0,74	0,739	0,754	0,74

Исключение любого элемента шкалы снижает ее согласованность (см. табл. 3). Следовательно, каждый пункт вносит свой вклад в измерение думскроллинга. Содержательно это означает, что шкала не перегружена повторяющимися вопросами и не содержит пунктов, которые ухудшают ее психометрические свойства. Инструментарий не требует корректировки включенных в него элементов.

Таблица 3

Согласованность шкалы при удалении отдельных элементов

Элемент шкалы	**Альфа Кронбаха при исключении элемента**
Я замечаю, что постоянно просматриваю негативные новости	0,724
Я чувствую раздражение или тревогу, когда у меня нет возможности посмотреть новости	0,687
Я продолжаю читать или смотреть новости, даже если они негативно влияют на мое настроение	0,707
Я трачу на просмотр новостей больше времени, чем следовало бы	0,662
Мысли о новостях часто мешают мне сосредоточиться на работе, учебе или общении	0,701

По итогам факторного анализа (см. табл. 4) не обнаружено провальных пунктов. Оценки общностей по извлечению (h^2) лежат в интервале 0,390–0,618, что указывает на содержательный

вклад каждого пункта в общий фактор. Значений ниже условного порога 0,30, которые интерпретируются как критически низкие, не выявлено. Общность для пункта «Я замечаю, что постоянно просматриваю негативные новости» составляет 0,390, что несколько ниже часто используемого эмпирического ориентира 0,40 (Costello, Osborne, 2005), однако остается в допустимой зоне для коротких одномерных шкал. При этом пункт характеризуется факторной нагрузкой 0,625 (см. табл. 4) и приводит к снижению α Кронбаха при его удалении (см. табл. 3), что свидетельствует о его вкладе в общий фактор. Содержательно он отражает компонент повседневной поглощенности негативными новостями, важный для теоретически полного описания феномена. Кроме того, сохранение пункта не усложняет модель (структура остается одномерной) и повышает содержательную валидность измерения за счет фиксации данного аспекта думскроллинга.

Факторные нагрузки всех пунктов составляют 0,625–0,786. Таким образом, факторный анализ подтверждает одномерность предложенной шкалы, все ее пункты связаны между собой и вносят вклад в измерение одного латентного конструкта – думскроллинга.

Таблица 4

Результаты эксплораторного факторного анализа

Элемент шкалы	Компонент
Я замечаю, что постоянно просматриваю негативные новости	0,625
Я чувствую раздражение или тревогу, когда у меня нет возможности посмотреть новости	0,742
Я продолжаю читать или смотреть новости, даже если они негативно влияют на мое настроение	0,675
Я трачу на просмотр новостей больше времени, чем следовало бы	0,786
Мысли о новостях часто мешают мне сосредоточиться на работе, учебе или общении	0,707

На основании преобразования сумматорной шкалы думскроллинга были выделены группы, в которых проявления проблемного потребления новостей отсутствуют, являются умеренными или выраженными. На первом этапе были суммированы степени согласия респондентов с каждым пунктом шкалы, при этом для каждого опрошенного получилось число от 5 (полное несогласие с каждым

из пунктов) до 25 (полное согласие с каждым из пунктов). Далее эти данные были преобразованы в трехбалльные, где значения от 5 до 10 означают отсутствие проявлений думскроллинга, от 11 до 18 – его умеренный уровень, от 19 и выше – выраженный. Анализ наполненности выделенных групп показывает, что большинство россиян на момент проведения опроса не были вовлечены в думскроллинг (64%), умеренный думскроллинг присущ 31% опрошенных и только 5% респондентов представляют собой людей с выраженными проявлениями думскроллинга. В целом такой результат закономерен, поскольку проблемное потребление новостей возрастает в периоды повышенной неопределенности и кризисов, тогда как весной 2025 г. резких изменений и новых драматических событий в информационной повестке дня не наблюдалось.

Анализ психологического неблагополучия и использования медицинских препаратов для регулирования эмоционального состояния среди россиян с различной выраженностью думскроллинга показал существенные различия между ними. По мере перехода от группы с низкими значениями шкалы к группам с умеренным и высоким думскроллингом последовательно растут доли тех, кто сообщает о нервных расстройствах, депрессии и плохом эмоциональном самочувствии, а также тех, кто использует безрецептурные успокоительные и назначенные врачом антидепрессанты и транквилизаторы (см. табл. 5). Например, при высоком думскроллинге доля людей, принимающих прописанные препараты, вдвое выше, чем в группе без проявлений феномена (9,8% против 4,2%). Данный вывод хорошо соотносится с результатами предшествующих исследований, доказавших связь между проблемным потреблением новостей и ментальным здоровьем (Максименко, Дейнека, Мортикова, 2022; Максименко, Золотарева, Каширский, 2025; Bendau, Petzold, Pyrkosch, Mascarell Maricic et al., 2021; Kellerman, Hamilton, Selby, Kleiman, 2022; McLaughlin, Gotlieb, Mills, 2023; Shabahang, Kim, Hosseinkhanzadeh, Aruguete et al., 2023; Yang, Tan, Lang, Wang et al., 2024).

При этом различия между группами имеют градуальный характер: респонденты с умеренными проявлениями думскроллинга занимают промежуточное положение между теми, у кого они отсутствуют, и теми, у кого они выражены сильнее. Следовательно, можно говорить о том, что последствия думскроллинга зависят от «дозы»: большее воздействие приводит к более серьезным последствиям, что соответствует полученным ранее результатам (Holman, Garfin, Silver, 2014).

Таблица 5

Психологическое неблагополучие и прием медикаментов для регулирования эмоционального состояния в группах с различной выраженностью думскроллинга

Проявления думскроллинга	N	Нервные расстройства, депрессии, плохое эмоциональное самочувствие	Обращения к психологу, психотерапевту или психиатру	Безрецептурные успокоительные средства	Антидепрессанты и успокоительные средства, прописанные врачом
Отсутствуют	3829	23,4%	4,6%	11,8%	4,2%
Умеренные	1822	28,7%	4,6%	16,4%	5,7%
Выраженные	327	35,5%	8,0%	19,1%	9,8%
Уровень значимости различий		***	**	**	***

Примечание: * p<0.05, ** p<0.01, *** p<0.001.

Предшествующие исследования также связывают думскроллинг с повышением уровня экзистенциональной тревоги (Shabahang, Hwang, Thomas, Aruguete et al., 2024). При тестировании короткой шкалы думскроллинга можно прийти к аналогичным выводам в отношении тревоги о будущем (см. табл. 6). Так, в группе без проявлений думскроллинга почти половина респондентов полностью не согласна с утверждением «Я опасаюсь, что в будущем моя жизнь в целом изменится к худшему» (43%). Тогда как в группах с умеренным и выраженным думскроллингом эта доля заметно ниже (23,7% и 19,6% соответственно). Одновременно с этим по мере усиления думскроллинга растет доля респондентов, демонстрирующих высокую тревогу о будущем: полностью согласны с предложенным тезисом 22,6% людей с высокой выраженностью феномена (против 10,6% в группе с отсутствием проявлений думскроллинга и 12,4% в целом по выборке).

Таблица 6

Степень согласия с тезисом о тревоге относительно будущего в группах с различным уровнем выраженности думскроллинга (1 – полностью не согласен, 7 – полностью согласен)

Степень согласия с тезисом		Проявления думскроллинга			Всего по выборке
		Отсутствуют	Умеренные	Выраженные	
Я опасаюсь, что в будущем моя жизнь в целом изменится к худшему	1	43,0%	23,7%	19,6%	35,9%
	2	9,1%	9,1%	4,0%	8,8%
	3	7,2%	9,0%	2,8%	7,5%
	4	17,9%	23,2%	22,3%	19,7%
	5	7,7%	13,4%	18,7%	10,0%
	6	4,5%	7,2%	10,1%	5,6%
	7	10,6%	14,4%	22,6%	12,4%

Таким образом, шкала думскроллинга фиксирует не только частоту обращения к новостям, но и связанное со стилем их потребления психологическое неблагополучие, используемые стратегии совладания и беспокойство о будущем. Подобный результат соответствует теоретическим ожиданиям и подтверждает валидность предложенного инструментария.

Заключение

Предложенный инструмент может использоваться для оценки масштабов думскроллинга и выявления групп риска. Распределения ответов по пунктам шкалы соответствуют ожидаемой «ступенчатости» проявлений феномена. Наблюдается более высокое согласие с тезисами о повседневном и регулярном потреблении новостей в контексте их негативного уклона и неблагоприятного влияния на эмоциональное состояние (около 22–26%), тогда как

о симптомах отмены и связанных с потреблением такого контента функциональных нарушениях говорят реже (около 9–10%).

Тестируемая шкала является согласованной ($\alpha = 0{,}741$) и однофакторной. Большее согласие с одним из пунктов инструмента означает большее согласие и с другими его пунктами. Шкала не может быть улучшена за счет исключения каких-либо элементов, все они вносят содержательный вклад и работают на измерение одного феномена. Связи думскроллинга с индикаторами психологического неблагополучия, использованием медикаментов для регулирования эмоционального состояния и опасениями относительно будущего соответствуют теоретическим ожиданиям. Отсутствие контринтуитивных результатов в данном случае подтверждает, что инструмент измеряет именно тот феномен, который предполагалось. Таким образом, шкала демонстрирует устойчивые психометрические характеристики, которые в совокупности подтверждают ее пригодность для диагностики думскроллинга.

Предложенный инструмент рассматривает проблемное потребление новостей в логике поведенческих аддикций, не сводясь при этом к критикуемому во многих исследованиях механическому переносу критериев химической зависимости. Шкала не столько медикализирует повседневное медиапотребление, сколько позволяет выделить тех респондентов, у которых вовлеченность в негативные новости сопровождается ухудшением эмоционального состояния и помехами для повседневной жизни, что может рассматриваться как квазиаддиктивный паттерн.

Настоящее исследование имеет ряд ограничений, которые следует учитывать при интерпретации результатов. Во-первых, данные не позволяют делать выводы о причинно-следственных связях. Соответственно, нельзя сказать, что является первичным: думскроллинг или психологическое неблагополучие. Вызывает ли думскроллинг тревожность, подталкивая к употреблению антидепрессантов и транквилизаторов? Или же тревожные люди, которые принимают соответствующие препараты, демонстрируют большую склонность к проблемному потреблению новостей? Вероятнее всего, связь является двухсторонней. Однако, чтобы с уверенностью делать выводы о направлении связи, необходимы панельные данные. Впрочем, с учетом того, что целью исследования является тестирование шкалы, а не анализ феномена думскроллинга, данное ограничение не является значимым. Во-вторых,

необходимо отметить, что данные были собраны в относительно стабильной общественно-политической ситуации. Было бы важно дополнительно оценить работу шкалы в условиях острых кризисов (например, эпидемий или экономических шоков), когда интенсивность новостного потребления и эмоциональные реакции аудитории могут качественно меняться. Наконец, шкала намеренно сконструирована как короткий инструмент, что делает ее удобной для использования в прикладных опросах, но одновременно ограничивает глубину охвата отдельных аспектов думскроллинга. В этой связи представляется важным ее последующее сопоставление с более развернутыми измерительными моделями.

Примечания

[1] Работа выполнена в Лаборатории экономико-социологических исследований (ЛЭСИ) НИУ ВШЭ в рамках проекта «Экономическое поведение домашних хозяйств» при поддержке Программы фундаментальных исследований НИУ ВШЭ (*The study was conducted in the Laboratory for Studies in Economic Sociology at the HSE University in the project 'Economic Behavior of the Households' and supported by the Program for Basic Research of the HSE University*).

[2] В дальнейшем под «шкалой думскроллинга» понимается короткая шкала Лайкерт-типа: совокупность пяти утверждений, оцениваемых по пятибалльной шкале согласия; их суммарное значение интерпретируется как показатель выраженности думскроллинга. Использование термина «шкала» относится к опросной психометрической традиции и не подразумевает клинической диагностики.

[3] Наиболее авторитетные и используемые диагностические критерии химических зависимостей (*DSM*-5 и *ICD*-11) включают толерантность как элемент химических аддикций (Matone, Gandin, Ghirini, Scafato, 2022; Hasin, O'Brien, Auriacombe, Borges et al., 2013).

[4] В рамках одной из предшествующих волн опроса «Экономическое поведение домашних хозяйств» проводилось также тестирование расширенной шкалы думскроллинга, состоящей из 12 элементов. В настоящее время публикация по этой теме находится в работе.

[5] Автор настоящей статьи является участником проекта и отвечает за разработку вопросов анкеты, включаемых в блок, посвященный медиапотреблению.

Библиография

Казун А. Д. Потребление новостей в повседневной рутине думскроллеров // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. 2024. № 2 (180). С. 226–244.

Максименко А. А., Дейнека О. С. Инфодемический думскроллинг и проблемы сексуальной удовлетворенности у женщин // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология. 2023. Т. 14. № 4. С. 400–410.

Максименко А. А., Дейнека О. С., Мортикова И. А. Инфодемический думскроллинг и психологическое благополучие россиян // Общество: социология, психология, педагогика. 2022. № 12. С. 129–136.

Максименко А. А., Золотарева А. А., Каширский Д. В. От экранов к бессоннице: как цифровые стрессоры связаны с характеристиками сна россиян? // Экология человека. 2025. Т. 32. № 3. С. 207–218.

Рахман Хашими С. М. Выраженность думскроллинга у интернет-пользователей с разным уровнем интернет-зависимости // Вестник СНО Санкт-Петербургского университета. Науки об обществе. 2024. Т. 1. Вып. 1. С. 64–78. DOI: 10.21638/spbu36.2024.104

Alateeq D., Doumi R., Alharthi A., Alsayari N., Alotaibi R., Alharthi R., Althomali W., Alsaif B., Alshammari A., Aladwani S., Aldossary N., Alhindawi Z., Fayed A. (2025) Social Media Addiction: Prevalence, Determinants, and Correlation with Self-esteem and Loneliness among Young Adults in Saudi Arabia. *Journal of Nature and Science of Medicine* 8 (3): 233-241. DOI: 10.4103/jnsm.jnsm_207_24

Albrecht U., Kirschner N. E., Grüsser S. M. (2007) Diagnostic Instruments for Behavioural Addiction: An Overview. *GMS Psycho-Social Medicine* 4: Doc11.

Amirthalingam J., Khera A. (2024) Understanding Social Media Addiction: A Deep Dive. *Cureus* 16 (10): e72499. DOI: 10.7759/cureus.72499

Andreassen C. S. (2015) Online Social Network Site Addiction: A Comprehensive Review. *Current Addiction Reports* 2 (2): 175–184. DOI: 10.1007/s40429-015-0056-9

Barnes R., Mulcahy R., Riedel A. (2025) Push Notifications and News Snacking: The Impact of Mobile News Alert Framing on Reader Engagement. *New Media and Society* 27 (3): 1486–1506. DOI: 10.1177/14614448231196580

Bastos M., Naranjo-Zolotov M., Aparício M. (2024) Binge-watching Uncovered: Examining the Interplay of Perceived Usefulness, Habit, and Regret in Continuous Viewing. *Heliyon* 10 (6): e27848. DOI: 10.1016/j.heliyon.2024.e27848

Bendau A., Petzold M. B., Pyrkosch L., Mascarell Maricic L., Betzler F., Rogoll J., Große J., Str hle A., Plag J. (2021) Associations between COVID-19 Related Media Consumption and Symptoms of Anxiety, Depression and COVID-19 Related Fear in the General Population in Germany. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience* 271 (2): 283–291. DOI: 10.1007/s00406-020-01171-6

Billieux J., Maurage P., Lopez-Fernandez O., Kuss D. J., Griffiths M. D. (2015) Can Disordered Mobile Phone Use Be Considered a Behavioral Addiction? An Update on Current Evidence and a Comprehensive Model for Future Research. *Current Addiction Reports* 2 (2): 156–162. DOI: 10.1007/s40429-015-0054-y

Broersma M., Swart J. (2022) Do Novel Routines Stick After the Pandemic? The Formation of News Habits During COVID-19. *Journalism Studies* 23 (5–6): 551–568. DOI: 10.1080/1461670X.2021.1932561

Buchanan K., Aknin L. B., Lotun S., Sandstrom G. M. (2021) Brief Exposure to Social Media During the COVID-19 Pandemic: Doom-scrolling Has Negative Emotional Consequences, but Kindness-scrolling Does Not. *PLOS ONE* 16 (10): e0257728. DOI: 10.1371/journal.pone.0257728

Casale S., Akbari M., Seydavi M., Bocci Benucci S., Fioravanti G. (2023) Has the Prevalence of Problematic Social Media Use Increased Over the Past Seven Years and Since the Start of the COVID-19 Pandemic? A Meta-analysis of the Studies Published Since the Development of the Bergen Social Media Addiction Scale. *Addictive Behaviors* 147: 107838. DOI: 10.1016/j.addbeh.2023.107838

Chand P. K., Mishra N. (2024) Detached Effects of Doom Scrolling on Generation Z Employee Performance in the Indian Information Technology Sector. *Information Discovery and Delivery* 53 (2): 261–271. DOI: 10.1108/IDD-07-2023-0081

Chang Y.-J., Peng C.-Y. (2022) Exploring Experiences of Binge-watching and Perceived Addictiveness among Binge-watchers: A Qualitative Study. *BMC Public Health* 22 (1): 2285. DOI: 10.1186/s12889-022-14789-z

Chisholm A., Hartman-Caverly S. (2022) Privacy Literacy: From Doomscrolling to Digital Wellness. *Portal* 22 (1): 53–79. DOI: 10.1353/pla.2022.0009

Cortina J. M. (1993) What is coefficient alpha? An examination of theory and applications. *Journal of Applied Psychology* 78 (1): 98–104.

Costello A. B., Osborne J. (2005) Best Practices in Exploratory Factor Analysis: Four Recommendations for Getting the Most from Your Analysis. *Practical Assessment, Research, and Evaluation* 10 (1): 7. DOI: 10.7275/jyj1-4868

Deschamps A., Fortier M.- ., G mez N. M., Auger A.-M., Fitzpatrick C., Brodeur M. (2025) Understanding Phubbing Behavior: A Scoping Review of Qualitative and Mixed-methods Studies. *Computers in Human Behavior Reports* 18: 100684. DOI: 10.1016/j.chbr.2025.100684

Dominguez-Rodriguez A., Apprich F., Friehs M. A., van der Graaf Sh., Steinrücke J. (2025) Climate change news and doomscrolling: An Examination of Influencing Factors and Psychological Effects. *Acta Psychologica* 255: 104925. DOI: 10.1016/j.actpsy.2025.104925

Flayelle M., Schimmenti A., Starcevic V., Billieux J. (2022) The Pitfalls of Recycling Substance-Use Disorder Criteria to Diagnose Behavioral Addictions. In *Evaluating the Brain Disease Model of Addiction*. Routledge.

Gerhart N., Torres R., Hamilton S. (2024) Understanding the Role of Psychosocial Factors in Online News Addiction. *Journal of Computer Information Systems* 0 (0): 1–14. DOI: 10.1080/08874417.2024.2407640

Grant J. E., Brewer J. A., Potenza M. N. (2006) The Neurobiology of Substance and Behavioral Addictions. *CNS Spectrums* 11 (12): 924–930. DOI: 10.1017/S109285290001511X

Grant J. E., Potenza M. N., Weinstein A., Gorelick D. A. (2010) Introduction to Behavioral Addictions. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse* 36 (5): 233–241. DOI: 10.3109/00952990.2010.491884

Griffiths M. (2005) A “Components” Model of Addiction within a Biopsychosocial Framework. *Journal of Substance Use* 10 (4): 191–197. DOI: 10.1080/14659890500114359

Groot Kormelink T., Klein Gunnewiek A. (2022) From “Far Away” to “Shock” to “Fatigue” to “Back to Normal”: How Young People Experienced News During the First Wave of the COVID-19 Pandemic. *Journalism Studies* 23 (5–6): 669–686. DOI: 10.1080/1461670X.2021.1932560

Hall B. J., Xiong Y. X., Yip P. S. Y., Lao C. K., Shi W., Sou E. K. L., Chang K., Wang L., Lam A. I. F. (2019) The Association Between Disaster Exposure and Media Use on Post-traumatic Stress Disorder Following Typhoon Hato in Macao, China. *European Journal of Psychotraumatology* 10 (1): 1558709. DOI: 10.1080/20008198.2018.1558709

Harris B., Regan T., Schueler J., Fields S. A. (2020) Problematic Mobile Phone and Smartphone Use Scales: A Systematic Review. *Frontiers in Psychology* 11: 672. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.00672

Hasin D. S., O’Brien C. P., Auriacombe M., Borges G., Bucholz K., Budney A., Compton W. M., Crowley T., Ling W., Petry N. M., Schuckit M., Grant B. F. (2013) DSM-5 Criteria for Substance Use Disorders: Recommendations and Rationale. *The American Journal of Psychiatry* 170 (8): 834–851. DOI: 10.1176/appi.ajp.2013.12060782

Holman E. A., Garfin D. R., Lubens P., Silver R. C. (2020) Media Exposure to Collective Trauma, Mental Health, and Functioning: Does It Matter What You See? *Clinical Psychological Science* 8 (1): 111–124. DOI: 10.1177/2167702619858300

Holman E. A., Garfin D. R., Silver R. C. (2014) Media’s Role in Broadcasting Acute Stress Following the Boston Marathon Bombings. *Proceedings of the National Academy of Sciences* 111 (1): 93–98. DOI: 10.1073/pnas.1316265110

Hughes I. M., Keith M. G., Lee J., Gray C. E. (2024) Working, Scrolling, and Worrying: Doomscrolling at Work and Its Implications for Work Engagement. *Computers in Human Behavior* 153: 108130. DOI: 10.1016/j.chb.2023.108130

Kaess M., Klar J., Kindler J., Parzer P., Brunner R., Carli V., Sarchiapone M., Hoven C. W., Apter A., Balazs J., Barzilay S., Bobes J., Cozman D., Gomboc V., Haring C., Kahn J.-P., Keeley H., Meszaros G., Musa G. J., ... Wasserman D. (2021) Excessive and Pathological Internet Use – Risk-behavior or Psychopathology? *Addictive Behaviors* 123: 107045. DOI: 10.1016/j.addbeh.2021.107045

Kakunje A., Shetty N., Kumar K. P., Puthran S. (2021) A New Behavioral Addiction: News Addiction. *Annals of Indian Psychiatry* 5(2): 185. DOI: 10.4103/aip.aip_129_20

Kardefelt-Winther D., Heeren A., Schimmenti A., van Rooij A., Maurage P., Carras M., Edman J., Blaszczynski A., Khazaal Y., Billieux J. (2017) How Can We Conceptualize Behavioural Addiction Without Pathologizing Common Behaviours? *Addiction* 112 (10): 1709–1715. DOI: 10.1111/add.13763

Karila L., Scher N., Draghi C., Lichte D., Darmon I., Boudabous H., Lamallem H., Bauduceau O., Bollet M., Toledano A. (2025) Understanding Problematic Smartphone and Social Media Use Among Adults in France: Cross-sectional Survey Study. *JMIR Mental Health* 12 (1): e63431. DOI: 10.2196/63431

Kellerman J. K., Hamilton J. L., Selby E. A., Kleiman E. M. (2022) The Mental Health Impact of Daily News Exposure During the COVID-19 Pandemic: Ecological Momentary Assessment Study. *JMIR Mental Health* 9 (5): e36966. DOI: 10.2196/36966

Khalili F., Jabali O., Saeedi M., Jabali S. (2025) Screens of Suffering: How Gaza War News Impacts Students' Minds and Motivation. *BMC Public Health* 25 (1): 4148. DOI: 10.1186/s12889-025-25464-4

Király O., Griffiths M. D., Demetrovics Z. (2015) Internet Gaming Disorder and the DSM-5: Conceptualization, Debates, and Controversies. *Current Addiction Reports* 2 (3): 254–262. DOI: 10.1007/s40429-015-0066-7

Kobbernagel C., Schrøder K. C. (2016) From Everyday Communicative Figurations to Rigorous Audience News Repertoires: A Mixed Method Approach to Cross-media News Consumption. *MedieKultur: Journal of Media and Communication Research* 32 (60): 6–31. DOI: 10.7146/mediekultur.v32i60.21302

Kuss D. J., Griffiths M. D. (2012) Internet and Gaming Addiction: A Systematic Literature Review of Neuroimaging Studies. *Brain Sciences* 2 (3): 347–374. DOI: 10.3390/brainsci2030347

Lanham R. A. (2007) *The Economics of Attention: Style and Substance in the Age of Information*. Chicago: University of Chicago Press.

Lin Y.-H., Chang L.-R., Lee Y.-H., Tseng H.-W., Kuo T. B. J., Chen S.-H. (2014) Development and Validation of the Smartphone Addiction Inventory (SPAI). *PLOS ONE* 9 (6): e98312. DOI: 10.1371/journal.pone.0098312

Matone A., Gandin C., Ghirini S., Scafato E. (2022) Alcohol and Substance Use Disorders Diagnostic Criteria Changes and Innovations in ICD-11: An Overview. *Clinical Psychology in Europe* 4 (Spec Issue): e9539. DOI: 10.32872/cpe.9539

McLaughlin B., Gotlieb M. R., Mills D. J. (2023) Caught in a Dangerous World: Problematic News Consumption and Its Relationship to Mental and Physical Ill-Being. *Health Communication* 38 (12): 2687–2697. DOI: 10.1080/10410236.2022.2106086

McLaughlin B., Gotlieb M. R., Mills D. J. (2025) Problematic News Consumption and Its Relationship to Mental and Physical Health: A Replication Study. *Health Communication*. DOI: 10.1080/10410236.2024.2434955

McLaughlin B., Gotlieb M. R., Mills D. J., Serra M. J., Cloudy J. (2024) Living in a (Mediated) Political World: Mindfulness, Problematic News Consumption, and Political Hostility. *Communication Research*. DOI: 10.1177/00936502241277149

Mourão R. R., Thorson E., Chen W., Tham S. M. (2018) Media Repertoires and News Trust During the Early Trump Administration. *Journalism Studies* 19 (13): 1945–1956. DOI: 10.1080/1461670X.2018.1500492

Musiał E. (2025) Doomscrolling – a Harmful Trend on the Web. Analysis of the Phenomenon. *Zeszyty Naukowe SGSP / Szkoła Główna Służby Pożarniczej* 93 (2): 193–210. DOI: 10.5604/01.3001.0055.0622

Ohme J., Mothes C. (2025) News Snacking and Political Learning: Changing Opportunity Structures of Digital Platform News Use and Political Knowledge. *Journal of Information Technology and Politics* 22 (1): 1–15. DOI: 10.1080/19331681.2023.2193579

Park B., Han D. H., Roh S. (2017) Neurobiological Findings Related to Internet Use Disorders. *Psychiatry and Clinical Neurosciences* 71 (7): 467–478. DOI: 10.1111/pcn.12422

Price M., Legrand A. C., Brier Z. M. F., van Stolk-Cooke K., Peck K., Dodds P. S., Danforth C. M., Adams Z. W. (2022) Doomscrolling During COVID-19: The Negative Association Between Daily Social and Traditional Media Consumption and Mental Health Symptoms During the COVID-19 Pandemic. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. DOI: 10.1037/tra0001202

Puthran S., Kakunje A. (2025) Insights into News Addiction. *Journal of Psychiatry Spectrum*. DOI: 10.4103/jopsys.jopsys_115_25

Rieser L., Furneaux B. (2022) Share of Attention: Exploring the Allocation of User Attention to Consumer Applications. *Computers in Human Behavior* 126: 107006. DOI: 10.1016/j.chb.2021.107006

Robbins T., Clark L. (2015) Behavioral Addictions. *Current Opinion in Neurobiology* 30: 66–72. DOI: 10.1016/j.conb.2014.09.005

Salisbury L. (2023) On Not Being Able to Read: Doomscrolling and Anxiety in Pandemic Times. *Textual Practice* 37 (6): 887–918. DOI: 10.1080/0950236X.2022.2056767

Satici S. A., Gocet Tekin E., Deniz M. E., Satici B. (2023) Doomscrolling Scale: Its Association with Personality Traits, Psychological Distress, Social Media Use, and Wellbeing. *Applied Research in Quality of Life* 18 (2): 833–847. DOI: 10.1007/s11482-022-10110-7

Schmitt N. (1996) Uses and abuses of coefficient alpha. *Psychological Assessment* 8 (4): 350–353.

Shabahang R., Hwang H., Thomas E. F., Aruguete M. S., McCutcheon L. E., Orosz G., Hossein Khanzadeh A. A., Mokhtari Chirani B., Zsila Á. (2024) Doomscrolling Evokes Existential Anxiety and Fosters Pessimism About Human Nature? Evidence from Iran and the United States. *Computers in Human Behavior Reports* 15: 100438. DOI: 10.1016/j.chbr.2024.100438

Shabahang R., Kim S., Hosseinkhanzadeh A. A., Aruguete M. S., Kakabaraee K. (2023) "Give Your Thumb a Break" from Surfing Tragic Posts: Potential Corrosive Consequences of Social Media Users' Doomscrolling. *Media Psychology* 26 (4): 460–479. DOI: 10.1080/15213269.2022.2157287

Sharma B., Lee S. S., Johnson B. K. (2022) The Dark at the End of the Tunnel: Doomscrolling on Social Media Newsfeeds. *Technology, Mind, and Behavior* 3(1): 1-13. DOI: 10.1037/tmb0000059

Silver R. C., Holman E. A., Andersen J. P., Poulin M., McIntosh D. N., Gil-Rivas V. (2013) Mental- and Physical-Health Effects of Acute Exposure to Media Images of the September 11, 2001, Attacks and the Iraq War. *Psychological Science* 24 (9): 1623–1634. DOI: 10.1177/0956797612460406

Soraci P., Griffiths M. D., Bevan N., Pisanti R., Trovato M., Servidio R., D'Aleo E., Campedelli L., Gallo F., Satici S. A. (2025) Psychometric Analysis of the Italian Doomscrolling Scale: Associations with Problematic Social Media Use, Psychological Distress, and Mental Well-being. *Current Psychology* 44 (12): 11872–11883. DOI: 10.1007/s12144-025-07976-9

Stroud N. J., Peacock C., Curry A. L. (2020) The Effects of Mobile Push Notifications on News Consumption and Learning. *Digital Journalism* 8 (1): 32–48. DOI: 10.1080/21670811.2019.1655462

Swart J., Peters C., Broersma M. (2017) Navigating Cross-media News Use: Media Repertoires and the Value of News in Everyday Life. *Journalism Studies* 18 (11): 1343–1362. DOI: 10.1080/1461670X.2015.1129285

Taneja H., Webster J. G., Malthouse E. C., Ksiazek T. B. (2012) Media Consumption Across Platforms: Identifying User-defined Repertoires. *New Media and Society* 14 (6): 951–968. DOI: 10.1177/1461444811436146

Tang G., Hung E. P. W., Au-Yeung H.-K. C., Yuen S. (2020) Politically Motivated Internet Addiction: Relationships among Online Information Exposure, Internet Addiction, FOMO, Psychological Well-being, and Radicalism in Massive Political Turbulence. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17 (2): 633. DOI: 10.3390/ijerph17020633

Tavakol M., Dennick R. (2011) Making sense of Cronbach's alpha. *International Journal of Medical Education* 2: 53–55.

Tereshchenko S. Y. (2023) Neurobiological Risk Factors for Problematic Social Media Use as a Specific Form of Internet Addiction: A Narrative Review. *World Journal of Psychiatry* 13 (5): 160–173. DOI: 10.5498/wjp.v13.i5.160

Türk-Kurtça T., Kocatürk M. (2025) Beyond the Scroll: Exploring How Intolerance of Uncertainty and Psychological Resilience Explain the Association Between Trait Anxiety and Doomscrolling. *Personality and Individual Differences* 233: 112919. DOI: 10.1016/j.paid.2024.112919

Varona M. N., Muela A., Machimbarrena J. M. (2022) Problematic Use or Addiction? A Scoping Review on Conceptual and Operational Definitions of Negative Social Networking Sites Use in Adolescents. *Addictive Behaviors* 134: 107400. DOI: 10.1016/j.addbeh.2022.107400

Vyrkovsky A., Krasheninnikova M. (2024) Factors of media text traumogenicity: The role of content and context. World of Media. *Journal of Russian Media and Journalism Studies* 4: 5–21. DOI: 10.30547/worldofmedia.4.2024.1

Whealin J. M., Fischer I. C., Na P. J., Pietrzak R. H. (2023) COVID-19-related Media Consumption and Posttraumatic Stress Symptoms in U.S. Military Veterans: A Nationally Representative, Longitudinal Study. *Psychiatry Research* 326: 115354. DOI: 10.1016/j.psychres.2023.115354

Wheatley D., Ferrer-Conill R. (2021) The Temporal Nature of Mobile Push Notification Alerts: A Study of European News Outlets' Dissemination Patterns. *Digital Journalism* 9 (6): 694–714. DOI: 10.1080/21670811.2020.1799425

Wojcieszak M., Clemm von Hohenberg B., Casas A., Menchen-Trevino E., de Leeuw S., Gonçalves A., Boon M. (2022) Null Effects of News Exposure: A Test of the (Un)desirable Effects of a "News Vacation" and "News Binging". *Humanities and Social Sciences Communications* 9 (1): 413. DOI: 10.1057/s41599-022-01423-x

Yang L., Tan X., Lang R., Wang T., Li K. (2024) Reliability and Validity of the Chinese Version of the Doomscrolling Scale and the Mediating Role of Doomscrolling in the Bidirectional Relationship Between Insomnia and Depression. *BMC Psychiatry* 24 (1): 565. DOI: 10.1186/s12888-024-06006-5

Yau Y. H. C., Potenza M. N. (2015) Gambling Disorder and Other Behavioral Addictions: Recognition and Treatment. *Harvard Review of Psychiatry* 23 (2): 134–146. DOI: 10.1097/HRP.0000000000000051

Ytre-Arne B., Moe H. (2021) Doomscrolling, Monitoring and Avoiding: News Use in COVID-19 Pandemic Lockdown. *Journalism Studies* 22 (13): 1739–1755. DOI: 10.1080/1461670X.2021.1952475

References

Alateeq D., Doumi R., Alharthi A., Alsayari N., Alotaibi R., Alharthi R., Althomali W., Alsaif B., Alshammari A., Aladwani S., Aldossary N., Alhindawi Z., Fayed A. (2025) Social Media Addiction: Prevalence, Determinants, and Correlation with Self-esteem and Loneliness among Young Adults in Saudi Arabia. *Journal of Nature and Science of Medicine* 8 (3): 233-241. DOI: 10.4103/jnsm.jnsm_207_24

Albrecht U., Kirschner N. E., Gr sser S. M. (2007) Diagnostic Instruments for Behavioural Addiction: An Overview. *GMS Psycho-Social Medicine* 4: Doc11.

Amirthalingam J., Khera A. (2024) Understanding Social Media Addiction: A Deep Dive. *Cureus* 16 (10): e72499. DOI: 10.7759/cureus.72499

Andreassen C. S. (2015) Online Social Network Site Addiction: A Comprehensive Review. *Current Addiction Reports* 2 (2): 175–184. DOI: 10.1007/s40429-015-0056-9

Barnes R., Mulcahy R., Riedel A. (2025) Push Notifications and News Snacking: The Impact of Mobile News Alert Framing on Reader Engagement. *New Media and Society* 27 (3): 1486–1506. DOI: 10.1177/14614448231196580

Bastos M., Naranjo-Zolotov M., Aparício M. (2024) Binge-watching Uncovered: Examining the Interplay of Perceived Usefulness, Habit, and Regret in Continuous Viewing. *Heliyon* 10 (6): e27848. DOI: 10.1016/j.heliyon.2024.e27848

Bendau A., Petzold M. B., Pyrkosch L., Mascarell Maricic L., Betzler F., Rogoll J., Große J., Ströhle A., Plag J. (2021) Associations between COVID-19 Related Media Consumption and Symptoms of Anxiety, Depression and COVID-19 Related Fear in the General Population in Germany. *European*

Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience 271 (2): 283–291. DOI: 10.1007/s00406-020-01171-6

Billieux J., Maurage P., Lopez-Fernandez O., Kuss D. J., Griffiths M. D. (2015) Can Disordered Mobile Phone Use Be Considered a Behavioral Addiction? An Update on Current Evidence and a Comprehensive Model for Future Research. *Current Addiction Reports* 2 (2): 156–162. DOI: 10.1007/s40429-015-0054-y

Broersma M., Swart J. (2022) Do Novel Routines Stick After the Pandemic? The Formation of News Habits During COVID-19. *Journalism Studies* 23 (5–6): 551–568. DOI: 10.1080/1461670X.2021.1932561

Buchanan K., Aknin L. B., Lotun S., Sandstrom G. M. (2021) Brief Exposure to Social Media During the COVID-19 Pandemic: Doom-scrolling Has Negative Emotional Consequences, but Kindness-scrolling Does Not. *PLOS ONE* 16(10): e0257728. DOI: 10.1371/journal.pone.0257728

Casale S., Akbari M., Seydavi M., Bocci Benucci S., Fioravanti G. (2023) Has the Prevalence of Problematic Social Media Use Increased Over the Past Seven Years and Since the Start of the COVID-19 Pandemic? A Meta-analysis of the Studies Published Since the Development of the Bergen Social Media Addiction Scale. *Addictive Behaviors* 147: 107838. DOI: 10.1016/j.addbeh.2023.107838

Chand P. K., Mishra N. (2024) Detached Effects of Doom Scrolling on Generation Z Employee Performance in the Indian Information Technology Sector. *Information Discovery and Delivery* 53 (2): 261–271. DOI: 10.1108/IDD-07-2023-0081

Chang Y.-J., Peng C.-Y. (2022) Exploring Experiences of Binge-watching and Perceived Addictiveness among Binge-watchers: A Qualitative Study. *BMC Public Health* 22 (1): 2285. DOI: 10.1186/s12889-022-14789-z

Chisholm A., Hartman-Caverly S. (2022) Privacy Literacy: From Doomscrolling to Digital Wellness. *Portal* 22 (1): 53–79. DOI: 10.1353/pla.2022.0009

Cortina J. M. (1993) What is coefficient alpha? An examination of theory and applications. *Journal of Applied Psychology* 78 (1): 98–104.

Costello A. B., Osborne J. (2005) Best Practices in Exploratory Factor Analysis: Four Recommendations for Getting the Most from Your Analysis. *Practical Assessment, Research, and Evaluation* 10 (1): 7. DOI: 10.7275/jyj1-4868

Deschamps A., Fortier M.-È., Gómez N. M., Auger A.-M., Fitzpatrick C., Brodeur M. (2025) Understanding Phubbing Behavior: A Scoping Review of Qualitative and Mixed-methods Studies. *Computers in Human Behavior Reports* 18: 100684. DOI: 10.1016/j.chbr.2025.100684

Dominguez-Rodriguez A., Apprich F., Friehs M. A., van der Graaf Sh., Steinrücke J. (2025) Climate change news and doomscrolling: An Examination of Influencing Factors and Psychological Effects. *Acta Psychologica* 255: 104925. DOI: 10.1016/j.actpsy.2025.104925

Flayelle M., Schimmenti A., Starcevic V., Billieux J. (2022) The Pitfalls of Recycling Substance-Use Disorder Criteria to Diagnose Behavioral Addictions. In *Evaluating the Brain Disease Model of Addiction*. Routledge.

Gerhart N., Torres R., Hamilton S. (2024) Understanding the Role of Psychosocial Factors in Online News Addiction. *Journal of Computer Information Systems* 0 (0): 1–14. DOI: 10.1080/08874417.2024.2407640

Grant J. E., Brewer J. A., Potenza M. N. (2006) The Neurobiology of Substance and Behavioral Addictions. *CNS Spectrums* 11 (12): 924–930. DOI: 10.1017/S109285290001511X

Grant J. E., Potenza M. N., Weinstein A., Gorelick D. A. (2010) Introduction to Behavioral Addictions. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse* 36 (5): 233–241. DOI: 10.3109/00952990.2010.491884

Griffiths M. (2005) A "Components" Model of Addiction within a Biopsychosocial Framework. *Journal of Substance Use* 10 (4): 191–197. DOI: 10.1080/14659890500114359

Groot Kormelink T., Klein Gunnewiek A. (2022) From "Far Away" to "Shock" to "Fatigue" to "Back to Normal": How Young People Experienced News During the First Wave of the COVID-19 Pandemic. *Journalism Studies* 23 (5–6): 669–686. DOI: 10.1080/1461670X.2021.1932560

Hall B. J., Xiong Y. X., Yip P. S. Y., Lao C. K., Shi W., Sou E. K. L., Chang K., Wang L., Lam A. I. F. (2019) The Association Between Disaster Exposure and Media Use on Post-traumatic Stress Disorder Following Typhoon Hato in Macao, China. *European Journal of Psychotraumatology* 10 (1): 1558709. DOI: 10.1080/20008198.2018.1558709

Harris B., Regan T., Schueler J., Fields S. A. (2020) Problematic Mobile Phone and Smartphone Use Scales: A Systematic Review. *Frontiers in Psychology* 11: 672. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.00672

Hasin D. S., O'Brien C. P., Auriacombe M., Borges G., Bucholz K., Budney A., Compton W. M., Crowley T., Ling W., Petry N. M., Schuckit M., Grant B. F. (2013) DSM-5 Criteria for Substance Use Disorders: Recommendations and Rationale. *The American Journal of Psychiatry* 170 (8): 834–851. DOI: 10.1176/appi.ajp.2013.12060782

Holman E. A., Garfin D. R., Lubens P., Silver R. C. (2020) Media Exposure to Collective Trauma, Mental Health, and Functioning: Does It Matter What You See? *Clinical Psychological Science* 8 (1): 111–124. DOI: 10.1177/2167702619858300

Holman E. A., Garfin D. R., Silver R. C. (2014) Media's Role in Broadcasting Acute Stress Following the Boston Marathon Bombings. *Proceedings of the National Academy of Sciences* 111 (1): 93–98. DOI: 10.1073/pnas.1316265110

Hughes I. M., Keith M. G., Lee J., Gray C. E. (2024) Working, Scrolling, and Worrying: Doomscrolling at Work and Its Implications for Work Engagement. *Computers in Human Behavior* 153: 108130. DOI: 10.1016/j.chb.2023.108130

Kaess M., Klar J., Kindler J., Parzer P., Brunner R., Carli V., Sarchiapone M., Hoven C. W., Apter A., Balazs J., Barzilay S., Bobes J., Cozman D., Gomboc V., Haring C., Kahn J.-P., Keeley H., Meszaros G., Musa G. J., ... Wasserman D. (2021) Excessive and Pathological Internet Use – Risk-behavior or Psychopathology? *Addictive Behaviors* 123: 107045. DOI: 10.1016/j.addbeh.2021.107045

Kakunje A., Shetty N., Kumar K. P., Puthran S. (2021) A New Behavioral Addiction: News Addiction. *Annals of Indian Psychiatry* 5 (2): 185. DOI: 10.4103/aip.aip_129_20

Kardefelt-Winther D., Heeren A., Schimmenti A., van Rooij A., Maurage P., Carras M., Edman J., Blaszczynski A., Khazaal Y., Billieux J. (2017) How Can We Conceptualize Behavioural Addiction Without Pathologizing Common Behaviours? *Addiction* 112 (10): 1709–1715. DOI: 10.1111/add.13763

Karila L., Scher N., Draghi C., Lichte D., Darmon I., Boudabous H., Lamallem H., Bauduceau O., Bollet M., Toledano A. (2025) Understanding Problematic Smartphone and Social Media Use Among Adults in France: Cross-sectional Survey Study. *JMIR Mental Health* 12 (1): e63431. DOI: 10.2196/63431

Kazun A. D. (2024) Potreblenie novostej v povsednevnoj rutine dumskrollerov [News Consumption in the Everyday Routines of Doom-scrollers]. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: Ekonomicheskie i sotsial'nye peremeny* 2(180): 226–244. (In Russian)

Kellerman J. K., Hamilton J. L., Selby E. A., Kleiman E. M. (2022) The Mental Health Impact of Daily News Exposure During the COVID-19 Pandemic: Ecological Momentary Assessment Study. *JMIR Mental Health* 9 (5): e36966. DOI: 10.2196/36966

Khalili F., Jabali O., Saeedi M., Jabali S. (2025) Screens of Suffering: How Gaza War News Impacts Students' Minds and Motivation. *BMC Public Health* 25 (1): 4148. DOI: 10.1186/s12889-025-25464-4

Király O., Griffiths M. D., Demetrovics Z. (2015) Internet Gaming Disorder and the DSM-5: Conceptualization, Debates, and Controversies. *Current Addiction Reports* 2 (3): 254–262. DOI: 10.1007/s40429-015-0066-7

Kobbernagel C., Schrøder K. C. (2016) From Everyday Communicative Figurations to Rigorous Audience News Repertoires: A Mixed Method Approach to Cross-media News Consumption. *MedieKultur: Journal of Media and Communication Research* 32 (60): 6–31. DOI: 10.7146/mediekultur.v32i60.21302

Kuss D. J., Griffiths M. D. (2012) Internet and Gaming Addiction: A Systematic Literature Review of Neuroimaging Studies. *Brain Sciences* 2 (3): 347–374. DOI: 10.3390/brainsci2030347

Lanham R. A. (2007) *The Economics of Attention: Style and Substance in the Age of Information*. University of Chicago Press.

Lin Y.-H., Chang L.-R., Lee Y.-H., Tseng H.-W., Kuo T. B. J., Chen S.-H. (2014) Development and Validation of the Smartphone Addiction Inventory (SPAI). *PLOS ONE* 9 (6): e98312. DOI: 10.1371/journal.pone.0098312

Maksimenko A. A., Deineka O. S. (2023) Infodemicheskiy dumskrolling i problemy seksual'noy udovletvorennosti u zhenshchin [Infodemic Doom-

scrolling and Sexual Satisfaction Issues among Women]. *Psikhiatriya, psikhoterapiya i klinicheskaya psikhologiya* 14(4): 400–410. (In Russian)

Maksimenko A. A., Deineka O. S., Mortikova I. A. (2022) Infodemicheskij dumskrolling i psikhologicheskoe blagopoluchie rossiyan [Infodemic Doomscrolling and the Psychological Well-being of Russians]. *Obshchestvo: sotsiologiya, psikhologiya, pedagogika* 12: 129–136. (In Russian)

Maksimenko A. A., Zolotareva A. A., Kashirsky D. V. (2025) Ot ekranov k bessonnitse: kak tsifrovye stressory svyazany s kharakteristikami sna rossiyan? [From Screens to Insomnia: How Digital Stressors Are Related to Sleep Characteristics of Russians]. *Ekologiya cheloveka* 32(3): 207–218. (In Russian)

Matone A., Gandin C., Ghirini S., Scafato E. (2022) Alcohol and Substance Use Disorders Diagnostic Criteria Changes and Innovations in ICD-11: An Overview. *Clinical Psychology in Europe* 4 (Spec Issue): e9539. DOI: 10.32872/cpe.9539

McLaughlin B., Gotlieb M. R., Mills D. J. (2023) Caught in a Dangerous World: Problematic News Consumption and Its Relationship to Mental and Physical Ill-Being. *Health Communication* 38 (12): 2687–2697. DOI: 10.1080/10410236.2022.2106086

McLaughlin B., Gotlieb M. R., Mills D. J. (2025) Problematic News Consumption and Its Relationship to Mental and Physical Health: A Replication Study. *Health Communication*. DOI: 10.1080/10410236.2024.2434955

McLaughlin B., Gotlieb M. R., Mills D. J., Serra M. J., Cloudy J. (2024) Living in a (Mediated) Political World: Mindfulness, Problematic News Consumption, and Political Hostility. *Communication Research*. DOI: 10.1177/00936502241277149

Mourão R. R., Thorson E., Chen W., Tham S. M. (2018) Media Repertoires and News Trust During the Early Trump Administration. *Journalism Studies* 19 (13): 1945–1956. DOI: 10.1080/1461670X.2018.1500492

Musiał E. (2025) Doomscrolling – a Harmful Trend on the Web. Analysis of the Phenomenon. *Zeszyty Naukowe SGSP / Szkoła Główna Służby Pożarniczej* 93 (2): 193–210. DOI: 10.5604/01.3001.0055.0622

Ohme J., Mothes C. (2025) News Snacking and Political Learning: Changing Opportunity Structures of Digital Platform News Use and Political Knowledge. *Journal of Information Technology and Politics* 22 (1): 1–15. DOI: 10.1080/19331681.2023.2193579

Park B., Han D. H., Roh S. (2017) Neurobiological Findings Related to Internet Use Disorders. *Psychiatry and Clinical Neurosciences* 71 (7): 467–478. DOI: 10.1111/pcn.12422

Price M., Legrand A. C., Brier Z. M. F., van Stolk-Cooke K., Peck K., Dodds P. S., Danforth C. M., Adams Z. W. (2022) Doomscrolling During COVID-19: The Negative Association Between Daily Social and Traditional Media Consumption and Mental Health Symptoms During the COVID-19

Pandemic. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. DOI: 10.1037/tra0001202

Puthran S., Kakunje A. (2025) Insights into News Addiction. *Journal of Psychiatry Spectrum*. DOI: 10.4103/jopsys.jopsys_115_25

Rakhman Khashimi S. M. (2024) Vyrazhennost' dumskrollinga u internet-pol'zovatelej s raznym urovnem internet-zavisimosti [Severity of Doomscrolling among Internet Users with Different Levels of Internet Addiction]. Vestnik SNO Sankt-Peterburgskogo universiteta. Nauki ob obshchestve 1 (1): 64–78. DOI: 10.21638/spbu36.2024.104 (In Russian)

Rieser L., Furneaux B. (2022) Share of Attention: Exploring the Allocation of User Attention to Consumer Applications. *Computers in Human Behavior* 126: 107006. DOI: 10.1016/j.chb.2021.107006

Robbins T., Clark L. (2015) Behavioral Addictions. *Current Opinion in Neurobiology* 30: 66–72. DOI: 10.1016/j.conb.2014.09.005

Salisbury L. (2023) On Not Being Able to Read: Doomscrolling and Anxiety in Pandemic Times. *Textual Practice* 37 (6): 887–918. DOI: 10.1080/0950236X.2022.2056767

Satici S. A., Gocet Tekin E., Deniz M. E., Satici B. (2023) Doomscrolling Scale: Its Association with Personality Traits, Psychological Distress, Social Media Use, and Wellbeing. *Applied Research in Quality of Life* 18 (2): 833–847. DOI: 10.1007/s11482-022-10110-7

Schmitt N. (1996) Uses and abuses of coefficient alpha. *Psychological Assessment* 8 (4): 350–353.

Shabahang R., Hwang H., Thomas E. F., Aruguete M. S., McCutcheon L. E., Orosz G., Hossein Khanzadeh A. A., Mokhtari Chirani B., Zsila Á. (2024) Doomscrolling Evokes Existential Anxiety and Fosters Pessimism About Human Nature? Evidence from Iran and the United States. *Computers in Human Behavior Reports* 15: 100438. DOI: 10.1016/j.chbr.2024.100438

Shabahang R., Kim S., Hosseinkhanzadeh A. A., Aruguete M. S., Kakabaraee K. (2023) "Give Your Thumb a Break" from Surfing Tragic Posts: Potential Corrosive Consequences of Social Media Users' Doomscrolling. *Media Psychology* 26 (4): 460–479. DOI: 10.1080/15213269.2022.2157287

Sharma B., Lee S. S., Johnson B. K. (2022) The Dark at the End of the Tunnel: Doomscrolling on Social Media Newsfeeds. *Technology, Mind, and Behavior* 3(1): 1-13. DOI: 10.1037/tmb0000059

Silver R. C., Holman E. A., Andersen J. P., Poulin M., McIntosh D. N., Gil-Rivas V. (2013) Mental- and Physical-Health Effects of Acute Exposure to Media Images of the September 11, 2001, Attacks and the Iraq War. *Psychological Science* 24 (9): 1623–1634. DOI: 10.1177/0956797612460406

Soraci P., Griffiths M. D., Bevan N., Pisanti R., Trovato M., Servidio R., D'Aleo E., Campedelli L., Gallo F., Satici S. A. (2025) Psychometric Analysis of the Italian Doomscrolling Scale: Associations with Problematic Social Media Use, Psychological Distress, and Mental Well-being. *Current Psychology* 44 (12): 11872–11883. DOI: 10.1007/s12144-025-07976-9

Stroud N. J., Peacock C., Curry A. L. (2020) The Effects of Mobile Push Notifications on News Consumption and Learning. *Digital Journalism* 8 (1): 32–48. DOI: 10.1080/21670811.2019.1655462

Swart J., Peters C., Broersma M. (2017) Navigating Cross-media News Use: Media Repertoires and the Value of News in Everyday Life. *Journalism Studies* 18 (11): 1343–1362. DOI: 10.1080/1461670X.2015.1129285

Taneja H., Webster J. G., Malthouse E. C., Ksiazek T. B. (2012) Media Consumption Across Platforms: Identifying User-defined Repertoires. *New Media and Society* 14 (6): 951–968. DOI: 10.1177/1461444811436146

Tang G., Hung E. P. W., Au-Yeung H.-K. C., Yuen S. (2020) Politically Motivated Internet Addiction: Relationships among Online Information Exposure, Internet Addiction, FOMO, Psychological Well-being, and Radicalism in Massive Political Turbulence. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17 (2): 633. DOI: 10.3390/ijerph17020633

Tavakol M., Dennick R. (2011) Making sense of Cronbach's alpha. *International Journal of Medical Education* 2: 53–55.

Tereshchenko S. Y. (2023) Neurobiological Risk Factors for Problematic Social Media Use as a Specific Form of Internet Addiction: A Narrative Review. *World Journal of Psychiatry* 13 (5): 160–173. DOI: 10.5498/wjp.v13.i5.160

Türk-Kurtça T., Kocatürk M. (2025) Beyond the Scroll: Exploring How Intolerance of Uncertainty and Psychological Resilience Explain the Association Between Trait Anxiety and Doomscrolling. *Personality and Individual Differences* 233: 112919. DOI: 10.1016/j.paid.2024.112919

Varona M. N., Muela A., Machimbarrena J. M. (2022) Problematic Use or Addiction? A Scoping Review on Conceptual and Operational Definitions of Negative Social Networking Sites Use in Adolescents. *Addictive Behaviors* 134: 107400. DOI: 10.1016/j.addbeh.2022.107400

Vyrkovsky A., Krasheninnikova M. (2024) Factors of media text traumogenicity: The role of content and context. World of Media. *Journal of Russian Media and Journalism Studies* 4: 5–21. DOI: 10.30547/worldofmedia.4.2024.1

Whealin J. M., Fischer I. C., Na P. J., Pietrzak R. H. (2023) COVID-19-related Media Consumption and Posttraumatic Stress Symptoms in U.S. Military Veterans: A Nationally Representative, Longitudinal Study. *Psychiatry Research* 326: 115354. DOI: 10.1016/j.psychres.2023.115354

Wheatley D., Ferrer-Conill R. (2021) The Temporal Nature of Mobile Push Notification Alerts: A Study of European News Outlets' Dissemination Patterns. *Digital Journalism* 9 (6): 694–714. DOI: 10.1080/21670811.2020.1799425

Wojcieszak M., Clemm von Hohenberg B., Casas A., Menchen-Trevino E., de Leeuw S., Gon alves A., Boon M. (2022) Null Effects of News Exposure: A Test of the (Un)desirable Effects of a "News Vacation" and "News Binging". *Humanities and Social Sciences Communications* 9 (1): 413. DOI: 10.1057/s41599-022-01423-x

Yang L., Tan X., Lang R., Wang T., Li K. (2024) Reliability and Validity of the Chinese Version of the Doomscrolling Scale and the Mediating Role of

Doomscrolling in the Bidirectional Relationship Between Insomnia and Depression. *BMC Psychiatry* 24 (1): 565. DOI: 10.1186/s12888-024-06006-5

Yau Y. H. C., Potenza M. N. (2015) Gambling Disorder and Other Behavioral Addictions: Recognition and Treatment. *Harvard Review of Psychiatry* 23 (2): 134–146. DOI: 10.1097/HRP.0000000000000051

Ytre-Arne B., Moe H. (2021) Doomscrolling, Monitoring and Avoiding: News Use in COVID-19 Pandemic Lockdown. *Journalism Studies* 22 (13): 1739–1755. DOI: 10.1080/1461670X.2021.1952475

Поступила в редакцию
09.12.2025