

ЦИФРОВА ЕКОЛОГІЯ: МІЖДИСЦИПЛІНАРНЕ ОСМИСЛЕННЯ ОБ'ЄКТА, ПРЕДМЕТА І МЕТОДОЛОГІЇ

Муха Р.Б., Гнєзділова В.І.

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
вул. Галицька, 201Б, 76008, Івано-Франківськ
roman.mukha@pnu.edu.ua, viktoria.gniedzilova@pnu.edu.ua

Сучасна цифрова трансформація, охоплюючи медіа, соціальні мережі та штучний інтелект, формує нове середовище, яке впливає на поведінку людини та соціальних груп, на комунікацію та соціальні структури, породжуючи виклики, такі як, впливи на політичні процеси, соціальна напруженість, інформаційне перевантаження, дезінформація та цифрова тривога. У цьому контексті виникає потреба в новій міждисциплінарній науці – цифровій екології, яка досліджує взаємодію людини з цифровим середовищем, а також вивчає наслідки та закономірності цієї взаємодії. Поточні дослідження в цій галузі є фрагментарними, відслідковується брак системного підходу. В Україні цифрова екологія має особливе значення через потоки дезінформації в умовах гібридної війни. Цифрова екологія є новою галуззю знань, в якій вивчається та систематизується досвід взаємодії людини та інформаційного середовища в сучасному світі. Вона пропонує цілісний підхід до аналізу інформаційних викликів, сприяючи розробці програм медіаграмотності, цифрової гігієни та політики безпеки.

Стаття спрямована на визначення об'єкта, предмета та методології цифрової екології як нової міждисциплінарної науки, що досліджує взаємодію людини з інформаційно-цифровим середовищем. Авторами використано системний аналіз, методи цифрової антропології, соціологічні та психологічні підходи для вивчення інформаційно-цифрового середовища як особливої екосистеми. У статті запропоновано визначення об'єкту цифрової екології, як інформаційно-цифрового середовища (технічні та соціальні системи), а також предмету цифрової екології, як процесу взаємодії людини з цим середовищем. Методологія дослідження інтегрує соціологічні, психологічні та обчислювальні методи. Сучасне цифрове середовище створило нову реальність, яку вчені і суспільство не можуть усвідомити і тим більше спрогнозувати наслідки цих змін. Стаття закладає основу для подальших досліджень впливу цифрового середовища на суспільство. *Ключові слова:* цифрова екологія, інформаційне перевантаження, дезінформація, інформаційно-цифрове середовище, соціальні мережі, медіаграмотність.

Digital ecology: an interdisciplinary reflection on its object, subject and methodology. Mukha R. Gniedzilova V.

The ongoing digital transformation, encompassing media, social networks, and artificial intelligence, is reshaping the environment in which individuals and social groups operate. This transformation profoundly influences human behavior, communication practices, and social structures, while simultaneously generating complex challenges such as political polarization, social tensions, information overload, disinformation, and digital anxiety. Within this context, there emerges a pressing need for a new interdisciplinary field – digital ecology – which aims to examine the interactions between humans and the digital environment, and to investigate the patterns and consequences of these interactions. Current research in this field remains fragmented, revealing a lack of a systematic approach. In Ukraine, digital ecology holds particular significance due to the influx of disinformation amid the conditions of hybrid warfare. Digital ecology is an emerging field of knowledge that studies and systematizes the human experience of interaction with the informational environment in the modern world. It offers a holistic framework for analyzing informational challenges and contributes to the development of media literacy programs, digital hygiene practices, and security policies.

This article aims to define the object, subject, and methodology of digital ecology as a new interdisciplinary science that explores human interaction with the information-digital environment. The authors employ systems analysis, methods of digital anthropology, as well as sociological and psychological approaches to study the information-digital environment as a distinct ecosystem. The article proposes a definition of the object of digital ecology as the information-digital environment, encompassing both technical and social systems, and defines its subject as the process of human interaction with this environment. The research methodology integrates sociological, psychological, and computational methods. The modern digital environment has created a new reality that neither scholars nor society at large are fully able to comprehend, let alone predict its consequences. This article lays the foundation for further research on the impact of the digital environment on society. *Key words:* digital ecology, information overload, disinformation, information-digital environment, social media, media literacy.

Постановка проблеми. Сучасний світ переживає цифрову трансформацію, яка кардинально змінює спосіб існування людини та суспільства. Цифрові технології, від всіх сучасних видів ЗМІ і соціальних мереж до штучного інтелекту, формують нову реальність – інформаційно-цифрове середовище, яке впливає на комунікацію, поведінку, світогляд і соціальні структури. Це середовище породжує не лише нові можливості, але й виклики: інформаційне перевантаження, дезінформацію, інформаційні буль-

башки, цифрову тривогу та зміну соціальних взаємозв'язків. Інформація впливає не тільки на поведінку і світогляд людини, але й на взаємозв'язки між популяціями та всередині них. У цьому контексті виникає потреба в новій міждисциплінарній науці – цифровій екології, яка досліджує взаємодію людини з цифровим середовищем, а також вивчає наслідки та закономірності цієї взаємодії.

Цифрова екологія, як наука, потребує чіткого визначення об'єкта (інформаційно-цифрове середо-

вище як комплекс технічних і соціальних систем), предмета (процеси взаємодії людини з цим середовищем) та методології (інтеграція соціологічних, психологічних і комп'ютерних методів). Проблема полягає в тому, що сучасні дослідження часто фрагментарні, зосереджені на окремих аспектах (наприклад, ментальне здоров'я чи дезінформація), але бракує системного підходу. Ця стаття має на меті заповнити цю прогалину, запропонувавши цілісне бачення цифрової екології.

Актуальність дослідження. Актуальність теми зумовлена стрімким зростанням інформаційних потоків, які формують нову реальність існування людини. Револьюційні зміни у сучасному інформаційному середовищі підтверджуються рядом авторитетних досліджень. Мануель Кастельс у своїй трилогії «Інформаційна ера» (1996-1998) стверджує, що ми вступили в нову фазу соціального розвитку – мережеве суспільство, де ключовим ресурсом є інформація, а основною формою організації – мережа. Ці зміни трансформують усі сфери людського життя [1].

Німецький соціолог Андреас Реквітц у праці «Суспільство сингулярностей» (2019) підкреслює, що цифрові медіа створюють нові режими сприйняття, взаємодії й самоусвідомлення. Людина занурюється в середовище візуальних, текстових і звукових потоків, які постійно переформатовують її досвід [2].

Згідно з сучасними оцінками, зробленими на основі відкритих джерел, у 1925 році обсяг щоденної інформації, яку людина обробляла, становив приблизно 0,01 – 0,03 гігабайта на добу (тобто

10 – 30 мегабайтів) – здебільшого завдяки друкованій пресі, радіо та епізодичному перегляду фільмів. У 2025 році цей показник зріс до 34 – 74 гігабайтів на добу й охоплює мобільний інтернет, соціальні мережі, стрімінг відео, цифрову роботу, рекламу, електронну пошту тощо.

Рисунок 1 ілюструє стрімке зростання, що перевищує 1000-кратне навантаження порівняно з початком XX століття, і демонструє, чому феномен інформаційного перенасичення потребує системного аналізу в рамках цифрової екології.

За прогнозами Statista (2024), у 2025 році обсяг глобальних даних досягне 180 зетабайт, а кількість користувачів соціальних мереж перевищить 5 мільярдів [3]. Цифрові платформи, алгоритми та штучний інтелект створюють незліченну кількість контенту, серед якого фейки та інформаційні бульбашки, які обмежують доступ до об'єктивної інформації, сприяють поляризації соціальних груп та поширенню дезінформації.

Цифрове середовище впливає на психіку, викликаючи цифрову тривогу та когнітивне перевантаження. Дослідження Американської психологічної асоціації (APA, 2021) показало, що 70% американців відчувають стрес через надвеликі інформаційні потоки, а 40% повідомляють про зниження концентрації через багатозадачність у цифровому середовищі [4]. У глобальному контексті цифрова трансформація змінює соціальні структури, послаблюючи традиційні інститути (сім'я, громада) і формуючи мережеве суспільство.

В Україні цифрова екологія набуває особливо важливого значення в умовах гібридної війни, де

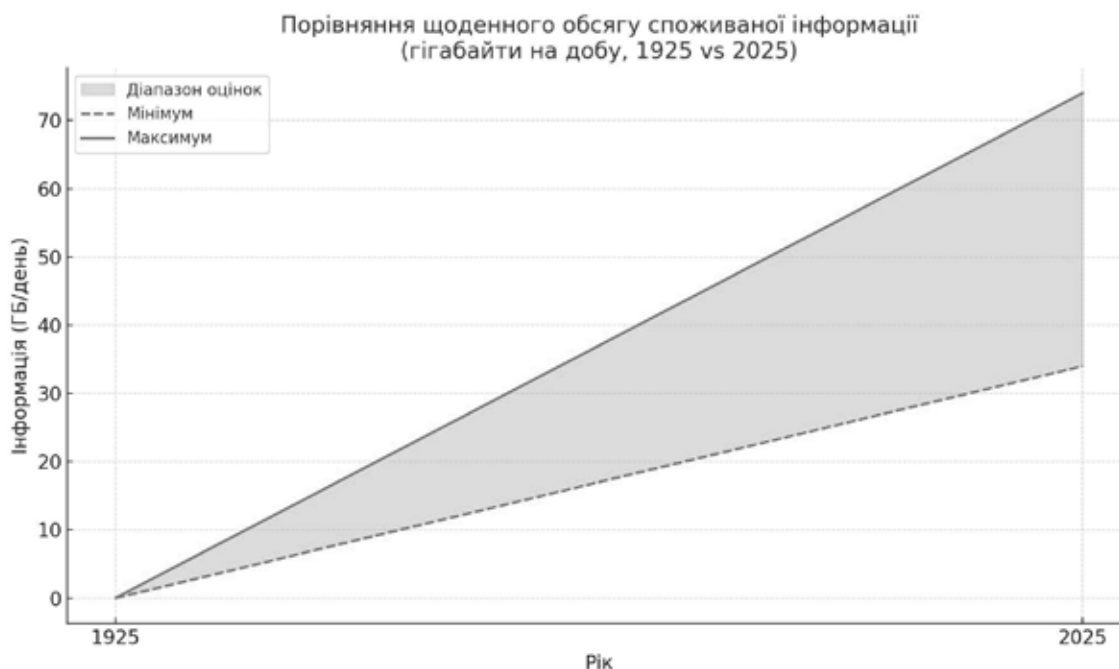


Рис. 1. Порівняння щоденного обсягу споживаної інформації однією людиною за останні 100 років

дезінформація та інформаційні маніпуляції є інструментами впливу на поведінку людей і спільнот. Звіт Detector Media (2023) показує, що абсолютна більшість українців стикалися з фейковими новинами у 2022 – 2024 роках. Цей звіт виявляє тисячі деструктивних повідомлень у соцмережах та сотні дезінформаційних кампаній та ПСГО щороку [5].

Таким чином, цифрова екологія є новою галуззю знань, в якій вивчається та систематизується досвід взаємодії людини та інформаційного середовища в сучасному світі.

Зв'язок авторського доробку із важливими науковими та практичними завданнями. Ця стаття пропонує міждисциплінарний підхід до цифрової екології, інтегруючи ідеї з інформаційної екології [6], соціології, кіберсоціології, філософії та психології. Наукове значення полягає у формуванні нової дисципліни, яка систематизує знання про взаємодію людини з цифровим середовищем. Практичне значення розвитку цифрової екології включає: розробку програм цифрової освіти та медіаграмотності, створення етичних стандартів для цифрових платформ, формування політики цифрової безпеки для протидії дезінформації. Окремим практичним наслідком цифрової екології повинно стати розроблення системи цифрової гігієни, під яким ми розуміємо здатність людини свідомо управляти своїм цифровим середовищем, захищати особисті дані, уникати кіберзагроз і зберігати психічне здоров'я в умовах інтенсивного інформаційного потоку.

Розвиток цифрової екології також сприяє вирішенню сучасних викликів, таких як інформаційна нерівність, цифрова тривога та соціальна поляризація, що робить його актуальним для науки та суспільства.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Цифрова екологія як наука активно розвивається, поєднуючи ідеї з різних дисциплін. Термін «цифрова екологія» поступово сформувався як міждисциплінарне поняття у 2000-х роках на стику медіадосліджень, соціології, екології, цифрової антропології та інформаційної безпеки. Найвідомішими першими згадками цього терміну є Miller (2011) у книзі Understanding Digital Culture, де він зазначає, що медіа-середовище – це екосистема, яка впливає на поведінку, комунікацію та культуру людини та людських популяцій [7]. Н. Jenkins (2006), автор поняття «конвергентної культури», також описує цифрове середовище як взаємопов'язану систему, близьку до екологічного підходу [8]. Ніл Селвін (2011, 2016) розглядає цифрову екологію як соціальне середовище, що формує освітній досвід [9, 10]. Мануель Кастельс (1996 – 1998) у трилогії «Інформаційна ера» описує мережеве суспільство, де інформація є ключовим ресурсом, а цифрові мережі змінюють соціальні структури [1]. Його ідеї доповнює Андреас Реквітц (2019), який аналізує, як цифрові медіа формують нові режими сприйняття та самоусві-

домлення [2]. Питання інформаційного перевантаження досліджують Bawden & Robinson (2009), вводячи концепцію «інформаційного перевантаження» [11]. Дослідження Орбен та Пшибильського (2019) підтверджує, що цифрове середовище викликає когнітивне та емоційне перевантаження [12]. Дезінформація та інформаційні бульбашки є центральними темами прикладних досліджень динаміки цифрового середовища та його впливу на поведінку людини.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Попри активний розвиток досліджень цифрової екології, залишаються нерозв'язаними питання формування чітких методологічних підходів до її вивчення, а також визначення об'єкта і предмета дослідження. Не розроблені комплексні системні моделі, які б дозволили врахувати міждисциплінарність проблеми та взаємозв'язок її компонентів. Відсутність чіткого визначення об'єкта та предмета цифрової екології. Недостатня увага до соціокультурних і психологічних наслідків дезінформації та інформаційних бульбашок. Обмеженість досліджень у локальному контексті України, де дезінформація має специфічні прояви через гібридну війну. Ця стаття спрямована на подолання цих прогалин через системний міждисциплінарний підхід.

Новизна. У цій статті запропоновано системний міждисциплінарний підхід до цифрової екології, що інтегрує знання з інформаційних технологій, екології, психології, соціології та філософії. «Цифрова екологія» визначається як система знань, що досліджує взаємодію людини і цифрового середовища, в якому вона існує, враховуючи технічні, соціокультурні, психологічні та екологічні аспекти. Авторами виділено об'єкт та предмет цифрової екології. Об'єкт – цифрове інформаційне середовище як комплекс технічних, технологічних, комунікаційних і соціокультурних систем, що формують умови існування людини. Предмет – процеси взаємодії людини з цифровим середовищем, їх вплив на психофізіологічний стан, соціальні відносини та поведінку людини і людських популяцій.

Методологія. Дослідження базується на інтеграції методів системного аналізу, соціологічного опитування, психологічного тестування та експериментальних досліджень. Застосовано методи цифрової антропології, що дозволяють аналізувати цифрову поведінку та середовище як цілісну екологічну систему.

Основний матеріал. Інформація в сучасному світі перетворилась з ресурсу у фактор середовища, що впливає на психіку людини, культуру, соціум та політику. Цифрова екологія досліджує інформаційно-цифрове середовище як складну екосистему, що включає технічні (апаратне забезпечення, алгоритми, ШІ), соціальні (соцмережі, онлайн-спільноти) та інформаційні (дані, контент) компоненти. Це середовище трансформує когнітивні процеси людини, соці-

альні структури, поведінку та світогляд, створюючи виклики: інформаційне перевантаження, дезінформація, інформаційні бульбашки, цифрова тривога, зміна соціальних взаємозв'язків, зміна світогляду та системи цінностей.

Інформаційне перевантаження є одним із найбільш актуальних і ключових викликів. За даними дослідження програми *How Much Information?* (UCSD, 2009), середній американський користувач споживав в період досліджень приблизно 34 ГБ інформації на день, що еквівалентно близько 100 500 слів [13]. Сучасні оцінки, що базуються на інформації отриманій з відкритих джерел, показують зростання щоденного споживання інформації кожною людиною від 30 до 70 ГБ в день. Це призводить до зниження концентрації та когнітивного стресу. APA (2021) показує, що переважна більшість користувачів Інтернету відчуває труднощі з фокусуванням, а значна частина – навіть «паралізіс аналізу» [4]. У теорії цифрової екології актуально розглядати явище інформаційного перевантаження як ключовий тренд цифрового середовища. Як констатується в останніх дослідженнях, «інформаційне перевантаження – це надмірна кількість інформації при обмежених когнітивних можливостях сприймача» [14]. Натомість сучасна емпірична аналітика встановила факти про те, що: «цифрове перевантаження ... призводить до психостресу та емоційного виснаження» [15].

Особливо вразливими до інформаційного перевантаження є вікова група підлітків. Meta-аналіз (Боєрс, 2022) приводить наступний висновок: «Підлітки з вищим середньоденним часом перебування в соцмережах мали на 59,7 % вищий ризик депресії порівняно з тими, хто менше користувався соцмережами. З кожною додатковою годиною використання соцмереж ризик депресій зростав на 13 %» [16]. У дослідженні (Richm, 2019, JAMA Psychiatry) досліджувалась вибірка з 6595 підлітків (12-15 років), які проводили тривалий час у соцмережах (порівняно з відсутністю використання), виявлено наступні закономірності: користування соцмережами від 3 до 6 годин щоденно значно підвищує ризик внутрішніх проблем у підлітків (анксіозність, депресія) [17]. Є також інші дослідження (Твендж, 2017), які підтверджують, що тривале використання соцмереж (рівне або більше 3 годин) пов'язане зі збільшенням ризику депресивних симптомів на 60 % [18].

Ще один тренд, що наростає у сучасному цифровому середовищі – це необхідність постійно перемикатись між завданнями і джерелами інформації. Цей термін має назву «багатозадачність» і описується, як постійна потреба бути онлайн, слідкувати за інформацією, взаємодіяти, швидко реагувати та приймати важливі рішення. Багатозадачність стосується не тільки тих, хто працює в мережі інтернет, вона поширюється на звичайні професії, як напри-

клад водіїв, які користуються навігаторами та виконують завдання із центрального офісу. Насправді перелік професій що вимагають багатозадачності включає більшість сучасних професій які передбачають виконання своїх безпосередніх завдань в поєднанні з необхідністю коригувати свої дії з управлінською ланкою в режимі реального часу. Крім того поза межами роботи більшість людей у сучасному світі теж вимушені стикатись із багатозадачністю. Це викликає психологічне й емоційне виснаження: дратівливість, тривога, порушення сну, помилкова оцінка інформації. Експеримент Стенфорда (2009) із методикою Stroop показав, що багатозадачність у цифровому середовищі знижує продуктивність [19]. Приклад дослідження Інституту інформатики УЦІР показує: постійне чергування між задачами підвищує помилковість, уповільнює виконання завдань і викликає стрес: підвищення кров'яного тиску та серцевого ритму. Стенфордське дослідження доводить, що багатозадачність знижує ефективність, продуктивність та IQ. Зокрема, IQ знижується до рівня 8-річної дитини під час складних цифрових задач. У дослідженні з віковими когортами виявлено, що в учасників старшого віку багатозадачність значно підвищує фізіологічний рівень стресу.

У сучасному цифровому середовищі існує також ряд глобальних загроз, які можуть вплинути не тільки на ментальне і фізичне здоров'я людини, але й призвести до соціальних потрясінь і конфліктів. Одним із найбільш небезпечних явищ є дезінформація. Wardle & Derakhshan (2017) визначають її як навмисне поширення неправди [20]. У сучасному світі лавиноподібно зростає кількість цифрових акаунтів, груп і платформ, що поширюють фейкові новини, ворожу пропаганду, а також займаються маніпуляцією громадською думкою. Wardle & Derakhshan (2017) класифікують дезінформацію як глобальну загрозу з таких ключових причин: 1. Дезінформація свідомо використовується для впливу на вибори, маніпуляцій громадською думкою та послаблення довіри до демократичних інституцій. 2. Завдяки цифровим технологіям, неправдиві повідомлення поширюються миттєво через соцмережі, месенджери й онлайн-медіа. Це робить фейкову інформацію важкоконтрольованою. 3. У добу інформаційного перевантаження людям важко відрізнити правду від фейку. Це призводить до втоми, зневіри й апатії, а отже, і до втрати критичного мислення. 4. Фейкова інформація часто апелює до емоцій, страху й гніву. Це поглиблює поділ у суспільстві, провокує агресію, ксенофобію, расизм або насильство [20].

В Україні в умовах війни дезінформація є зброєю, спрямованою проти національної безпеки. У звіті Detector Media (2023) згадується, що було виявлено 83 ворожі TikTok-канали і 449 Telegram-каналів, які поширювали численні фейки і містили маніпулятивні наративи. Цей потік дезінформації мав на меті послаблення обороноздатності країни, зростання

недовіри до дій влади і Збройних Сил України, посилення соціального напруження, а також погіршення психоемоційного стану громадян країни [5].

Загальним негативним трендом розвитку інформаційного середовища у світі є феномен «інформаційних бульбашок». Це системне явище виникає, коли людина отримує новини, думки та контент лише з обмеженого кола джерел, що підтверджують її погляди, і не стикається з альтернативними думками чи фактами. Такі платформи, як Facebook, Instagram, TikTok, YouTube та інші, показують користувачам контент, який їм подобається, базуючись на вподобаннях, переглядах і підписах. Це створює замкнуте коло, коли користувач бачить лише «свою» точку зору. Це явище описується в роботі Pariser The Filter Bubble (2011): «Ця нова тенденція – справжня невидима революція у способі споживання інформації, коли ми отримуватимемо переважно новини, які приємні, знайомі й підтверджують наші переконання, залишаючи менше простору для несподіваних зустрічей з реальною інформацією» [21]. Цю думку розвиває і підсумовує Санстейн (2017), стверджуючи, що цей небезпечний феномен розриває доступ до різноманіття думок, що має критичне значення для демократії. «Фільтрові бульбашки, наприклад, створюють інформаційні силоси, підсилюють дезінформацію й сприяють ненависті та екстремізму» [22].

Сучасне цифрове середовище дійсно створило нову реальність, яку вчені і тим більше суспільство не можуть усвідомити і тим більше спрогнозувати наслідки цих змін. Кастельс (1996) описує перехід до мережевого суспільства, де традиційні інститути втрачають вплив [1]. Якщо в минулому основними інституціями виховання молодого покоління були сім'я і навчальні заклади, то сьогодні вони мають усе менший вплив на формування світогляду дітей та молоді. «Ідентичність тепер дедалі більше вибудовується в інформаційних мережах – у віртуальних спільнотах, а не в традиційних локальних інститутах» [1]. Це означає, що молодь шукає приналежність у нових середовищах, які не є інституційно контрольованими (школа, батьки). Крім того, інформаційні потоки більше не контролюються ні державою, ні навіть приватними ЗМІ, які підпорядковуються законодавству країн і моральним нормам

суспільства: «Інформація циркулює поза контролем держави, родини або школи» [1]. В підтвердження цього можна привести дослідження, які проводились в нашій країні. За їхніми підсумками, офіційні ЗМІ вже не мають домінуючого впливу на громадську думку. Наприклад, в Україні Telegram вважається найпопулярнішою платформою для оперативної інформації, особливо серед молоді. Згідно даних з джерела ІМІ щодо використання Telegram серед українців у 2024 році: 81 % опитаних користується Telegram для спілкування з близькими або друзями, 73 % опитаних отримують новини через Telegram, 65 % довіряють інформації в Telegram-каналах, які вони читають регулярно [23]. Це означає, що поширення інформації та наративів серед молоді не є контрольованими, а зміст інформації яка поширюється часто навіть не є відомим, тому наслідки від впливу інформації на користувачів не є передбачуваними.

Висновки. Цифрова екологія є міждисциплінарною наукою, що досліджує інформаційно-цифрове середовище як екосистему, яка трансформує людину та суспільство. Як і будь-яка інша наука, цифрова екологія має об'єкт, предмет та методологію дослідження. Об'єктом – є інформаційно-цифрове середовище (технічні, соціальні, інформаційні компоненти). Предметом – взаємодія людини з середовищем, що впливає на когнітивні процеси, поведінку, соціальні структури, світогляд. А методологія використовує такі підходи, як системний аналіз, соціологічні, психологічні, комп'ютерні методи що дозволяють досліджувати цифрові виклики.

Перспективи використання результатів дослідження. Результати цього дослідження можуть бути використані для створення та впровадження програм медіаграмотності, щоб протидіяти дезінформації, політики інформаційної безпеки, цифрової гігієни, а саме вироблення рекомендацій щодо споживання інформаційних потоків, етичних стандартів роботи цифрових платформ, принципів доброчесного використання штучного інтелекту.

Майбутні дослідження можуть стосуватись багатьох напрямків цифрової екології. Наприклад, вплив штучного інтелекту на людину і соціум, регуляція інформаційних потоків, локальні аспекти цифрової екології.

Література

1. Castells M. The Information Age: Economy, Society and Culture. Oxford: Wiley Blackwell, 2010. 1488 p. ISBN 978-0-631-22140-1.
2. Reckwitz A. The society of singularities. Cambridge: Polity Press, 2020. 280 p. DOI: 10.1111/1468-4446.12795.
3. Statista. *Global Data Volume Forecast 2025*: веб-сайт. URL: <https://www.statista.com>. (дата звернення: 12.06.2025).
4. Stress in America 2021: Digital Overload. *American Psychological Association*: веб-сайт. URL: <https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2021/decision-making-october-2021.pdf> (дата звернення: 10.06.2025).
5. Дезінформація в українському медіапросторі 2022-2024. *Детектор Медіа*: веб-сайт. URL: https://detector.media/doc/2023_disinformation_report. (дата звернення: 7.06.2025).
6. Nardi B., O'Day V. Information Ecologies: Using Technology with Heart. Cambridge: MIT Press, 1999. 232 p.
7. Miller V. Understanding Digital Culture. London: SAGE Publications, 2011. 254 p.
8. Jenkins H. Convergence Culture: Where Old and New Media Collide. New York: NYU Press, 2006. 308 p.

9. Selwyn N. Schools and schooling in the digital age: a critical analysis. London: Routledge, 2011. 192 p.
10. Selwyn N. Is technology good for education? Cambridge: Polity Press, 2016. 126 p.
11. Bawden D., Robinson L. The dark side of information: Overload, anxiety and other paradoxes. *Journal of Information Science*. 2009. Vol. 35, № 2. P. 180-191. DOI: 10.1177/0165551508095781.
12. Orben A., Przybylski A. K. The association between adolescent well-being and digital technology use. *Nature Human Behaviour*. 2019. Vol. 3, № 2. P. 173-182. DOI: 10.1038/s41562-018-0506-1.
13. Bohn R., Short J. How Much Information? 2009 Report on American Consumers. San Diego: University of California, 2009. 36 p. URL: hmi.ucsd.edu/pdf/HMI_2009_ConsumerReport_Dec9_2009.pdf. (дата звернення: 18.06.2025).
14. Moko A., Victor-Ikoh M., Okardi B. Information overload: a conceptual model. *European Journal of Computer Science and Information Technology*. 2023. Vol. 11, № 5. P. 19–29. DOI: 10.37745/ejcsit.2013/vol11n51929.
15. Li J., Sun X., Wang Y., Jiang Y., Gao Q. Associations between social media use and mental health among adolescents: A scoping review. *BMC Public Health*. 2025. Vol. 25, Article number: 698. DOI: 10.1186/s12889-025-22698-0.
16. Boers E., Afzali M. H., Newton N., Conrod P. Association of screen time and depression in adolescence. *JAMA Pediatrics*. 2019. Vol. 173, № 9. P. 853–859. DOI: 10.1001/jamapediatrics.2019.1759.
17. Riehm K. E., Feder K. A., Tormohlen K. N., Crum R. M., Young A. S., Green K. M., Pacek L. R., La Flair L. N., Mojtabai R. Associations between time spent using social media and internalizing and externalizing problems among US youth. *JAMA Psychiatry*. 2019. Vol. 76, № 12. P. 1266–1273. DOI: 10.1001/jamapsychiatry.2019.2325.
18. Twenge J. M. iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy-and Completely Unprepared for Adulthood: and What That Means for the Rest of Us. New York, NY: Atria Books, 2017. 342 p.
19. Ophir E., Nass C., Wagner A. D. Cognitive control in media multitaskers. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*. 2009. Vol. 106, № 37. P. 15583–15587. DOI: 10.1073/pnas.0903620106.
20. Wardle C., Derakhshan H. Information disorder: Toward an interdisciplinary framework for research and policy making. Strasbourg: Council of Europe, 2017. 47 p.
21. Pariser E. The Filter Bubble: What the Internet Is Hiding from You. New York: Penguin Press, 2011. 294 p.
22. Sunstein C. R. #Republic: Divided Democracy in the Age of Social Media. Princeton: Princeton University Press, 2017. 328 p. DOI: 10.1086/696988.
23. Медіаспоживання в Україні 2024. Інститут масової інформації: веб-сайт. URL: <https://imi.org.ua/monitorings/mediaspogivannya-in-ukraine-2024/> (дата звернення: 18.06.2025).

Дата першого надходження рукопису до видання: 16.07.2025

Дата прийнятого до друку рукопису після рецензування: 25.08.2025

Дата публікації: