Анастасия Михайловна Лабанок
Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова
miss.anastasia.03@yandex.ru

Стрессогенность новостного сообщения как результат журналистской подачи: к вопросу о профессиональной ответственности цифровых СМИ

Исследование посвящается стрессогенности новостных сообщений и связанной с этим профессиональной ответственности цифровых СМИ. В основу легло авторское магистерское исследование, где были изучены факторы усиления эмоционального напряжения среди аудитории и практики ее саморегуляции.

Ключевые слова: стрессогенная информация, новостное сообщение, цифровые СМИ, профессиональная ответственность журналиста, психологическая устойчивость, аудитория.

Современная новостная повестка включает в себя значительный объем сообщений о событиях, способных вызывать выраженную эмоциональную реакцию аудитории. Однако стрессогенный потенциал новости определяется не только характером самого события. Существенное значение имеют способы его журналистского представления, например выбор заголовка, тональности, фокуса внимания, контекста. Вопросы о том, как аудитория воспринимает тревожащую информацию и какие практики помогают регулировать собственное состояние, рассматривались нами в магистерском исследовании «Факторы психологической устойчивости личности к стрессогенной информации». Эмпирическую основу исследования составил анкетный опрос 101 респондента. Анализировались частота и продолжительность новостного потребления, обращение к тревожному содержанию, субъективные эмоциональные реакции, способы саморегуляции, практики проверки информации, ограничения

медиапотребления. Для обработки данных использовались методы описательной статистики и корреляционного анализа. Результаты показали, что наиболее стрессогенными для участников исследования оказались сообщения о военных конфликтах, политических событиях, криминале, экономических проблемах и катастрофах.

Наиболее часто с подобным содержанием связывались такие реакции, как тревога, внутреннее напряжение, беспомощность и заметное ухудшение настроения. Более выраженные стрессовые реакции наблюдались у респондентов, которые чаще обращались к новостям и дольше оставались в контакте с информационным потоком [3; 4]. Значение в том числе имело и повторное возвращение к уже прочитанным или просмотренным сообщениям [1; 4]. Одновременно исследование показало, что психологическая устойчивость проявляется конкретно в способности регулировать взаимодействие с информацией. К числу используемых участниками защитных практик относились временное ограничение новостного потока, переключение внимания, отказ от повторного просмотра тревожных материалов и фактчекинг. Более устойчивые модели поведения были связаны с навыками саморегуляции и более осознанным отношением к потреблению новостей.

Полученные данные позволяют рассматривать стрессогенность медиакоммуникации как результат взаимодействия двух групп факторов: содержания самой новости и характера контакта аудитории с информационным потоком. Для журналистики это означает, что профессиональная ответственность связана с пониманием возможного эффекта формы сообщения, частоты воспроизведения и контекста распространения [2]. Профессиональная ответственность журналиста не предполагает отказа от негативной или потенциально тревожной информации.

Однако результаты исследования показывают важность такого представления общественно значимых событий, при котором

информирование не сопровождается неоправданным усилением эмоционального напряжения. В этом смысле общественный долг журналистики включает в себя не только обязанность сообщать о значимых событиях, но и ответственность за способы их медиапредставления.

Литература

1. Казун А. Д., Малыгина Н. С. Эмоциональный опыт думскроллинга: как справиться с негативными новостями? // Интеракция. Интервью. Интерпретация. 2024. Т. 16, № 4. С. 78–95.

2. Holman E. A., Garfin D. R., Lubens P., Silver R. C. Media exposure to collective trauma, mental health, and functioning: Does it matter what you see? // Clinical Psychological Science. 2020. Vol. 8, No. 1. P. 111–124.

3. Holman E. A., Garfin D. R., Silver R. C. Media's role in broadcasting acute stress following the Boston Marathon bombings // Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America. 2014. Vol. 111, No. 1. P. 93–98.

4. Thompson R. R., Jones N. M., Holman E. A., Silver R. C. Media exposure to mass violence events can fuel a cycle of distress // Science Advances. 2019. Vol. 5, No. 4. Art. eaav3502.