

РЕПРЕЗЕНТАЦІЯ ТРИВОЖНИХ СТАНІВ У СУЧАСНОМУ АНГЛОМОВНОМУ МЕДІАДИСКУРСІ

Еліна Коляда

*кандидат філологічних наук, професор,
Волинський національний університет імені Лесі Українки
ORCID ID 0000-0002-5437-1320
elina.koliada@vnu.edu.ua*

Ірина Калиновська

*кандидат філологічних наук, доцент,
Волинський національний університет імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0000-0002-3406-1456>
kalynovska@vnu.edu.ua*

Ключові слова: *тривожні стани, репрезентація, медіадискурс, вербальні засоби, невербальні прояви.*

У статті проаналізовано вербальні та невербальні засоби репрезентації тривожних станів у сучасному англomовному масмедійному дискурсі. Матеріалом дослідження обрано фрагменти статей, що описують тривожні стани, дібрані методом суцільної вибірки з щотижневого американського інтернет-журналу “Newsweek” за 2025 рік.

Результати дослідження засвідчують, що основним лексичним маркером тривожності в англійській мові є іменник “*anxiety*”, який сполучається з різними препозиційними модифікаторами і формує широкий спектр термінів, що конкретизують не лише тип тривожності (соціальна, сепараційна, післяпологова, кліматична, страх польотів, страх перед подарунками тощо), а й контекст її виникнення. Словосполучення “*social anxiety*”, “*separation anxiety*”, “*postpartum anxiety*”, “*climate anxiety*” та інші розкривають джерела, часові рамки й соціокультурні особливості психоемоційного дискомфорту.

Аналіз ілюстративних фрагментів виявив, що у масмедійному дискурсі тривожність описується за допомогою метафор та епітетів, що підсилюють експресивність і допомагають передати складність суб’єктивних переживань. Застосування дискурсивних маркерів, фігур накопичення, синтаксичних конструкцій, які імітують “задихане мовлення”, сприяє відтворенню динаміки стану тривожності і паніки, створюючи у читача ефект своєрідної емоційної участі.

Особливе місце в репрезентації тривожності посідають описи фізіологічних проявів – серцебиття, болю в грудях, задишки, потовиділення, – що підкреслюють багатогранність цього емоційного стану. Окрім того, виявлено такі політичні, економічні та соціальні фактори, як зростання цін, безробіття, соціальна самотність та глобальні кризи. Вони поглиблюють генералізований тривожний розлад і негативно впливають на психологічну атмосферу суспільства.

Отже, у сучасному англomовному масмедійному дискурсі поняття тривожності перетворюється на багатогранний соціокультурний феномен, із різними контекстуальними нашаруваннями, що віддзеркалюють актуальні суспільні виклики та особливості культури самовираження. Перспективою подальших досліджень вважаємо проведення мультимодального аналізу відеоконтенту соціальних мереж для виявлення кореляцій між вербальними маркерами тривожності та невербальними проявами користувачів.

REPRESENTATION OF ANXIETY STATES IN CONTEMPORARY ENGLISH-LANGUAGE MEDIA DISCOURSE

Elina Koliada

*PhD in Linguistics, Professor,
Lesya Ukrainka Volyn National University*

Iryna Kalynovska

*PhD in Linguistics, Associate Professor,
Lesya Ukrainka Volyn National University*

Key words: *anxiety states, representation, media discourse, verbal means, nonverbal manifestations.*

The article examines verbal and non-verbal means of representing anxiety states in contemporary English-language mass media discourse. The research material consists of excerpts from articles describing anxiety states, selected through continuous sampling from the 2025 issues of the weekly American online magazine Newsweek.

The results of the study indicate that the primary lexical marker of anxiety in the English language is the noun “anxiety,” which combines with various prepositional modifiers to form a wide range of terms that specify not only the type of anxiety (social, separation, postpartum, climate, flight, gift, etc.) but also the context of its occurrence. Phrases such as “social anxiety”, “separation anxiety”, “postpartum anxiety”, “climate anxiety”, and others reveal the sources, time frames, and sociocultural features of psycho-emotional discomfort.

The analysis of illustrative fragments has revealed that in mass media discourse, anxiety is described through metaphors and epithets that enhance expressiveness and help convey the complexity of subjective experiences. The use of discourse markers, accumulation, and syntactic constructions that imitate “breathless speech” contributes to reproducing the dynamics of anxiety and panic states, creating in the reader a sense of emotional involvement.

A special place in the representation of anxiety is occupied by descriptions of physiological manifestations – such as heart palpitations, chest pain, shortness of breath, and sweating – which emphasize the multifaceted nature of this emotional state. In addition, political, economic, and social factors have been identified, including rising prices, unemployment, loneliness, and global crises. These factors deepen generalized anxiety disorder and negatively affect the psychological atmosphere of society.

Thus, in contemporary English-language mass media discourse, the concept of anxiety transforms into a multifaceted sociocultural phenomenon, with various contextual layers that reflect current social challenges and the particularities of the culture of self-expression. A promising direction for further research is conducting a multimodal analysis of social media video content to identify correlations between verbal markers of anxiety and users’ non-verbal expressions.

Вступ. Різні форми страху супроводжують людину протягом усього життя. Страх розглядають як загальний, невизначений, невмотивований стан підвищеної тривожності, а також як локалізований страх, який пов’язаний із певною частиною тіла або конкретною ситуацією (наприклад, страх перед темрявою, замкненим простором, висотою). У таких випадках йдеться про відповідні фобії – ніктофобія,

клаустрофобія, акрофобія (Александров, 2021: 135).

У сучасній лінгвістиці українські дослідники активно вивчають емоцію страху на матеріалі англійської мови. Зокрема, Е. Коляда і А. Янков розглядають іменникову репрезентацію емоції “страх” у сучасній англійській мові (Коляда & Янков, 2015). С. Костіна і І. Малецька досліджують засоби вербалізації емоції “страх”

в англomовному художньому дискурсі (Костіна & Малецька, 2020). О. Приходченко вивчає особливості опису емоції “страх” у сучасних англійськомовних романах-трилерах (Приходченко, 2024). О. Шумейко зацентровує увагу на засобах об’єктивації вегетативних симптомів емоції страху в сучасній американській художній прозі (Шумейко, 2015). Е. Коляда і І. Калиновська аналізують особливості репрезентації фобій персонажів у романі Блейка Пірса “Cause to Dread” (Коляда & Калиновська, 2023).

Страх споріднений із тривожністю: вони є емоційними реакціями, що формуються на основі умовних рефлексів (Мазоха, 2020: 163). Тривожність – це емоційний стан, що виникає через очікування певної ситуації, а також страх і переживання негативного завершення очікуваної події, який супроводжується напруженням, надмірною схвильованістю особистості (Яремко et al., 2022: 84). Тривожність охоплює різні аспекти життєдіяльності людини – від фізіології та психіки до моторики, ментальної активності та поведінки. Вербальна репрезентація цього стану здійснюється за допомогою системи відповідних текстових сигналів, які слугують індикаторами наявності тривожного стану у суб’єкта. Відповідно до критерію індексальності, їх можна поділити на три категорії: власне індекси, симптоматичні індекси та акціональні індекси (Харкевич, 2012: 45).

Група власне індексів включає лексичні одиниці, що номінують емоційний стан тривожності (“anxiety”). Вони відтворюють широкий спектр переживань – від загального неспокою (“distress”, “uneasiness”) і збудження (“agitation”, “nervousness”) до відчуття загрози (“apprehension”, “foreboding”, “danger”) і глибокого страху (“fear”, “dread”). До цієї групи також належать слова, що позначають психологічну напругу (“stress”, “tension”), страждання (“affliction”, “anguish”) та мотивацію до дії (“eagerness”). Інші дві категорії пов’язані із зовнішніми проявами тривожності. Симптоматичні індекси фіксують соматичні зміни організму (серцебиття, блідість, зміна температури), які супроводжують цей емоційний стан. Водночас акціональні індекси зосереджені на поведінкових реакціях стривоженої особи – це описи жестів, міміки та дій, що свідчать про зростання емоційного напруження (Харкевич & Печко, 2022: 94–95).

Розглянемо, як ці аспекти репрезентовані в англomовному масмедійному дискурсі.

Матеріал і методи дослідження. Матеріалом дослідження є фрагменти статей, що описують тривожні стани, дібрані методом суцільної вибірки з щотижневого американського

інтернет-журналу “Newsweek” за 2025 рік. У роботі застосовано низку загальнонаукових методів: індукцію, дедукцію, аналіз, синтез, а також контекстно-ситуативний та дискурсивний аналіз.

Мета статті – дослідити вербальні та невербальні засоби репрезентації емоційного стану тривожності в сучасному англomовному масмедійному дискурсі.

Результати та обговорення. У сучасній англійській мові на позначення емоційного стану тривожності використовується лексема “anxiety”, яка може входити до складу словосполучень, що репрезентують багатоаспектність досліджуваного явища – від легкого неспокою до клінічних станів, як-от: “social anxiety” (соціальна тривога), “separation anxiety” (тривожність, пов’язана з розлукою), “flight anxiety” (страх польотів), “gift anxiety” (страх дарувати чи отримувати подарунки), “postpartum anxiety” (післяпологова тривожність), “climate anxiety” (кліматична чи екологічна тривога). У таких словосполученнях препозиційний модифікатор конкретизує джерело або контекст виникнення тривожності. Наприклад:

(1) *In a February 2012 study in Behaviour Research and Therapy, researchers noted that: “Although experience tells us that everyone endures social mishaps from time to time, their perceived meaning and impact appear to vary significantly depending on one’s level of social anxiety”* (Kim, 2025).

Приклад (1) ілюструє вживання фрази “social anxiety” (соціальна тривога) для опису внутрішніх емоційних станів в контексті психологічного дослідження. За структурою ця фраза є двоконпонентним іменниковим словосполученням, де іменник “anxiety” доповнює препозиційний модифікатор, виражений прикметником “social”, який вказує на те, що причиною емоційного дискомфорту є присутність інших людей або необхідність комунікації з ними.

(2) *Crystal said the earliest signs appeared after Lacy developed food poisoning. She became intensely fearful of vomiting and started showing separation anxiety. She also stopped enjoying toys and TV shows* (Notarantonio, 2025);

Приклад (2) вказує на прояви тривожності, що з’явилися після перенесеного харчового отруєння. Фраза “separation anxiety”, яку українською можна перекласти як “тривожність, пов’язана з розлукою” або “сепараційна тривога”, виконує функцію терміна на позначення конкретного негативного емоційного стану. З лінгвістичної точки зору, це теж іменникове словосполучення, в якому ядром виступає іменник “anxiety”, а препозиційним модифікатором – іменник “separation”.

(3) *Social media user Sophie shared a video on TikTok (@sophie444.jpg) from the moment she was experiencing “the worst flight anxiety,” only to be surprised by who came to her aid* (Collins, 2025);

Приклад (3) демонструє вислів з відео на TikTok. В усталеній фразі “flight anxiety” (страх польотів) іменник “flight” функціонує як препозиційний модифікатор, уточнюючи вид тривожності – страх перед польотом або польоту на літаку – аерофобію.

(4) *Board-certified psychiatrist Dr. Gil Lichtshein, told Newsweek that the experience is more common than people realize.*

“Gift anxiety is a real thing,” he said. “Some people find gift-giving joyful. Others find it overwhelming, irritating, and downright cumbersome.” /.../

In the post, the millennial, now living in Germany, said: “You want to make sure your gift and the gift you’re receiving sort of roughly match in terms of overall effort, meaning and value. If a friend gets you a scented candle for Christmas you shouldn’t reciprocate by getting them the latest iPhone, or vice versa.”

The man, who wants to stay anonymous, continued: “I’d be terrified of two things: Underspending: Looking like a cheapskate. Overspending: Making the other person feel ‘debt’ or awkwardness.”

He added that when gift exchanges are of unequal value, it can promote an additional layer of anxiety, with the gift giver often left wondering if they over or underspent.

Financial stress also plays a major role (Afshar, 2025).

Подарунки є неодмінною частиною нашого соціального життя. Вони є не тільки проявом любові та піклування про інших людей, але й способом показати, що ми цінуємо та поважаємо один одного. Однак отримання або навіть дарування подарунків не завжди приносить усім радість. У прикладі (4) йдеться про специфічний феномен – страх дарувати чи отримувати подарунки. Словосполучення “gift anxiety” (страх перед подарунками або дорофобія) складається з іменника “anxiety” і препозиційного модифікатора “gift”. Стан тривожності проявляється через подвійний страх соціальної оцінки: з одного боку, людина боїться здобути репутацію скнари (“Looking like a cheapskate”), а з іншого – створити у партнера відчуття “боргу” або незручності (“Making the other person feel ‘debt’ or awkwardness”). Порівняння ціни ароматичної свічки та iPhone наочно показує страх перед порушенням неписаних соціальних норм. У результаті обмін подарунками перетворюється на спробу уникнути непорозуміння, а не на щирий вияв уваги.

(5) *“This was my first baby, so everything felt so foreign to me,” she said. “I battled some postpartum anxiety around this time, and I was constantly worried she wasn’t eating enough because she would cry after feeding”* (Gray, 2025).

Приклад (5) описує емоційний досвід жінки, яка пережила післяпологову тривожність або ж депресію. Словосполучення “postpartum anxiety” (післяпологова тривожність) складається з іменника “anxiety” і препозиційного модифікатора “postpartum”, що деталізує часовий період – після пологів.

(6) *Dr. Lynn Bufka, the American Psychological Association’s Head of Practice, told Newsweek. “They’ve come of age during a time marked by crises – a global pandemic, climate anxiety and economic challenges”* (Laws, 2025).

Приклад (6) взятий з інтерв’ю з доктором Лінн Буфкою, в якому вона послуговується терміном “climate anxiety” (кліматична тривога або екологічна тривога), що позначає психологічний стан, пов’язаний із почуттям страху, тривоги, суму або безнадії щодо змін клімату та екологічних катастроф. У словосполученні “climate anxiety” препозиційний модифікатор “climate” вказує на те, що сучасний стан докільля викликає серйозні занепокоєння в багатьох людей і може стати серйозним викликом для їхнього психічного здоров’я.

Як засвідчує проведений аналіз ілюстративного матеріалу, емоційний стан тривожності може викликати початок робочого тижня (“Sunday scaries” (недільна тривожність)) або початок осені (“August Scaries” (серпнева тривожність)). Словосполучення “Sunday scaries” вживається на позначення передчуття стресу від початку робочого тижня, що виникає в неділю вдень або ввечері. Недільна тривожність проявляється напруженою, занепокоєнням, іноді безсонням. Словосполучення “August Scaries” описує меланхолію та тривогу через наближення осені, повернення до роботи чи навчання й завершення сезону відпусток. Наприклад:

(7) *Across TikTok, people are sharing their thoughts on what has been dubbed the “August Scaries,” a creeping sense of melancholy and anxiety that arrives as the season draws to a close. /.../ “August is like an entire month of Sunday scaries /.../”* (Patrick, 2025a);

(8) *TikTok user @lmoneyy222 agreed, posting: “Chat, I’m getting the August scaries, I hate this feeling every year”* (Patrick, 2025a).

Вирази “Sunday scaries” та “August Scaries” демонструють тенденцію до метафоричного перенесення часових циклів – неділя, як кінець тижня, переноситься на серпень, як кінець літа. Препозиційні іменники-модифікатори “Sunday”

і *“August”* конкретизують часові періоди, з якими асоціюються ці негативні емоційні стани і вказують на їхню циклічність і повторюваність.

У прикладі (8) використано деперсоналізоване звертання *Chat*, типовий елемент стрімінгових платформ, що створює враження публічної сповіді. Використання слова *“scaries”* замість клінічного терміна *anxiety* пом'якшує опис емоційного стану, що робить його зрозумілішим і впізнаванішим для спільноти. Синтаксична структура речення відтворює динаміку потоку свідомості, а вживання теперішнього тривалого часу (*“I’m getting”*) підкреслює динамічний розвиток негативного емоційного стану, який, за словами автора, повторюється щороку.

Для позначення інтенсивних, проте короткочасних проявів тривожності застосовується термін *“panic attacks”* (панічні атаки) та його спеціалізований різновид – *“nocturnal panic attacks”* (нічні панічні атаки) або *“nocturnal attacks”* (нічні атаки). Прикметник *“nocturnal”* вказує на певний час доби (ніч):

(9) *Nocturnal panic attacks are rare, but common among people who already experience regular panic attacks. Of the approximately 5% of U.S. adults who have panic disorder (or recurrent panic attacks), 18-45% of them have nocturnal attacks as well* (Dore, 2025).

У прикладі (9) наведено статистичну інформацію про панічні атаки в нічний час, зазначено їхню частоту та поширеність серед людей з діагнозом панічного розладу.

Опис емоційного стану тривожності часто набуває виразної експресивності. Автори використовують метафори та епітети для передачі складності цього переживання. Тривожність зображується як *“vicious cycle”* (порочне коло) або ж як *“great equalizer”* (універсальний зрівнювач), що нівелює расові, етнічні, релігійні та соціально-економічні відмінності. Наприклад:

(10) *“When this sudden, bodily terror happens at night, it becomes a vicious cycle. Falling asleep doesn’t feel safe,” Cuyler said* (Dore, 2025).

Ідіоматичний вираз *“a vicious cycle”* підкреслює усю складність емоційного стану тривожності.

(11) *With no regard for race, ethnicity, religion or socioeconomic status, “Anxiety is a great equalizer,” says Lynn Charles, a clinical social worker and psychologist in Downingtown, Pennsylvania* (Shane, 2025).

Метафоричний вираз *“a great equalizer”* акцентує універсальність тривожності та відсутність вибірковості стосовно людини. Апеляція до експертної думки підсилює авторитетність повідомлення та робить текст переконливішим.

(12) *“I’ve been so stressed about it, and it’s been keeping me up at night because I’m like, oh, my gosh, what if I’m dying?” she said* (Patrick, 2025b).

Приклад (12) демонструє гостру фазу тривожності, репрезентовану риторичним питанням *“what if I’m dying?”*, що передає екзистенційний страх. Стилістично текст насичений дискурсивними маркерами (*“like”, “oh”, “my gosh”*), які відтворюють переривчасте мовлення людини в стані стресу. Синтаксична структура з надмірним використанням сполучників створює ефект *“задиханого”* мовлення (англ. *“breathless speech”*), а включення внутрішнього діалогу через конструкцію *“I’m like”* дозволяє не просто описати негативний емоційний стан, а відтворити момент паніки.

Інформаційний стрес та постійне емоційне напруження може спровокувати генералізований тривожний розлад (Скакунова & Дрозд, 2024: 134–135), потенційні причини якого перераховані у прикладі (13):

(13) *Many Americans are confronted with not one, but many, major stressors at present. From huge increases in costs of health insurance and health care, to rising inflation, increasing energy, housing, and grocery costs, the Trump administration’s mass deportations, issues with the job market, loneliness and many others, Americans appear to feeling less hopeful about the country’s future* (Laws, 2025).

Одночасний вплив численних стресових чинників спричиняє зростання загального рівня тривожності. Фраза *“not one, but many, major stressors”* підкреслює множинність проблем, що посилює відчуття безпорадності. Номінація конкретних джерел генералізованого тривожного розладу охоплює різні аспекти людського життя: від базових фінансових питань (*“inflation”, “costs”*) та безпекових проблем (*“mass deportations”*) до соціальних сфер (*“job market”*) і глибинних емоційних переживань (*“loneliness”*). Фраза *“and many others”* підкреслює невичерпність переліку загроз і створює простір для подальшої невизначеності, що слугує основою формування стійкої суспільної тривоги щодо майбутнього країни. Стилістично текст побудований за принципом нагромадження великої кількості однорідних членів речення (фігура накопичення), що посилює емоційну виразність. Використання дієслова *“confront”* у пасивному стані (*“are confronted”*) підкреслює відсутність вибору у людей і вказує на те, що вони не обирають ці виклики, а опинилися в них проти власної волі.

Важливу роль в репрезентації емоційного стану тривожності в англомовному масмедійному дискурсі відіграють описи його фізіологічних виявів. Наприклад:

(14) *Panic attacks, characterized by primarily physical symptoms – racing heart, chest pain, shortness of breath, sweating – don't usually happen when the body is in dream sleep, Robert Cuyler, a psychologist who specializes in panic and PTSD, told me. But for some people – like me – they do* (Dore, 2025).

У цьому прикладі психолог називає основні фізіологічні зміни організму, спричинені переживанням панічної атаки як основного симптому тривожного розладу: прискорене серцебиття (“*racing heart*”), яке свідчить про максимальну мобілізацію ресурсів; біль у грудях (“*chest pain*”), що сигналізує про значний дискомфорт; задишка (“*shortness of breath*”) і потовиділення (“*sweating*”).

Висновки. Вербальна та невербальна репрезентація емоційного стану тривожності в сучасному англійському масмедійному дискурсі вирізняється високим ступенем лексичної варіативності та стилістичної експресивності. Встановлено, що лексема *anxiety* сполучається з різними препозиційними модифікаторами, які чітко вказують на джерела, часові межі та соціальний контекст виникнення психоемоційного дискомфорту.

Особливого значення в масмедійному тексті набуває вербалізація фізіологічних проявів тривожності. Використання метафор, епітетів та риторичних питань сприяє відтворенню суб’єктивної складності переживань. Дискурсивні маркери, фігури накопичення та синтаксичні структури, що імітують “задихане мовлення”, дозволяють авторам не лише описати стан паніки, а й реконструювати його динаміку для читача. Узагальнюючи результати, можна констатувати, що у сучасному масмедійному дискурсі поняття тривожності трансформується у багатогранний соціокультурний феномен, тісно пов’язаний із глобальними кризами, економічними викликами та цифровою культурою самовираження.

Перспективи подальшого дослідження вбачаємо у проведенні мультимодального аналізу відеоконтенту соціальних мереж.

ЛІТЕРАТУРА

1. Александров, Ю. В. (2021). Поняття страху у психології. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України: тези доповідей науково-практичної конференції* (с. 134–136). ХНУВС. <https://dspace.univd.edu.ua/server/api/core/bitstreams/e6a2c526-2833-4a54-b10e-985fe04d3f4a/content>
2. Коляда, Е., & Калиновська, І. (2023). Вербалізація фобій персонажів у романі Блейка Пірса “Cause to Dread”. *Актуальні питання гуманітарних наук*, 65(1), 204–210. <https://doi.org/10.24919/2308-4863/65-1-32>
3. Коляда, Е. К., & Янков, А. В. (2015). Іменникова репрезентація емоції “страх” у сучасній англійській мові. *Наукові записки Національного університету “Острозька академія”. Серія: Філологічна*, 52, 137–139. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoaf_2015_52_48
4. Костіна, С. Ф., & Малецька, І. О. (2020). Вербалізація емоції “страх” в англійському художньому дискурсі. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Серія: Філологія*, 46(1), 190–194. <https://doi.org/10.32841/2409-1154.2020.46-1.45>
5. Мазоха, І. С. (2020). Теоретичні основи вивчення особистісної тривожності. У *Goal and role of world science in modernity. Abstracts of VII International Scientific and Practical Conference* (с. 161–164). SH SCW “NEW ROUTE”. <https://isg-konf.com/uk/goal-and-role-of-world-science-in-modernity/>
6. Приходченко, О. О. (2024). Репрезентація емоції “СТРАХ” у сучасних англійськомовних романах-трилерах. *Збірник наукових праць “Нова філологія”*, (93), 141–147. <https://doi.org/10.26661/2414-1135-2024-93-20>
7. Скакунова, О., & Дрозд, О. В. (2024). Психологічні шляхи подолання тривожності у молоді в умовах війни. *Габітус*, (61), 133–137. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.61.23>
8. Харкевич, Г. І. (2012). *Стан тривоги в контексті художньої семантики: монографія*. Вежа-Друк.
9. Харкевич, Г. І., & Печко, Н. М. (2022). Невербальні засоби відображення стану тривоги персонажа в англійському художньому тексті: лінгвосоціотичний підхід. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Серія: Філологія*, 57, 93–96. <https://doi.org/10.32841/2409-1154.2022.57.22>
10. Шумейко, О. В. (2015). Засоби об’єктивації вегетативних симптомів страху в сучасній американській художній прозі. *Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету. Серія: Філологічні науки*, 5, 61–68. <https://dspace.bdpu.org.ua/handle/123456789/3668>
11. Яремко, Р., Гродська, В., Дзюбак, А., & Ільків, Х. (2022). Теоретичне дослідження проблеми тривожності особистості у психологічній літературі. *Молодий вчений*, (5)105, 83–86. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2022-5-105-16>

ДЖЕРЕЛА ІЛЮСТРАТИВНОГО МАТЕРІАЛУ

1. Afshar, M. F. (2025, December 13). 5 ways to end gift anxiety this Christmas, according to a psychiatrist. *Newsweek*. <https://www.newsweek.com/5-ways-end-gift-anxiety-christmas-psychiatrist-11194545>
2. Collins, A. (2025, October 29). Woman fears flying – passenger’s dog senses anxiety, and everything changes. *Newsweek*. <https://www.newsweek.com/woman-fears-flying-passengers-dog-senses-anxiety-everything-changes-10957790>
3. Dore, A. (2025, December 12). I kept waking up in sheer panic – it had nothing to do with nightmares. *Newsweek*. <https://www.newsweek.com/nocturnal-panic-attacks-not-nightmares-11196819>
4. Gray, D. (2025, October 17). New mom distraught thinking baby isn’t getting enough milk, then sees photo. *Newsweek*. <https://www.newsweek.com/new-mom-distraught-thinking-baby-isnt-getting-enough-milk-sees-photo-10896364>
5. Kim, S. (2025, October 14). Colleague announces he’s having a baby – no one prepared for woman’s response. *Newsweek*. <https://www.newsweek.com/woman-bizarre-awkward-response-colleague-baby-announcement-tiktok-10872779>
6. Laws, J. (2025, November 7). Nearly two thirds of young Americans are considering leaving the US. *Newsweek*. <https://www.newsweek.com/nearly-two-thirds-of-young-americans-are-considering-leaving-the-us-11010814>
7. Notarantonio, L. (2025, December 14). Girl, 9, becomes different person overnight, mom fights for rare diagnosis. *Newsweek*. <https://www.newsweek.com/girl-9-becomes-different-person-overnight-mom-fights-for-rare-diagnosis-11185463>
8. Patrick, L. (2025a, August 17). The ‘August scaries’ – why the end of summer feels like a sunday night. *Newsweek*. <https://www.newsweek.com/end-summer-anxiety-august-scaries-2113404>
9. Patrick, L. (2025b, September 30). Woman makes emergency appointment for head ‘injury’ – then comes realization. *Newsweek*. <https://www.newsweek.com/woman-makes-emergency-appointment-head-injury-then-comes-realization-10797733>
10. Shane, C. (2025, November 28). Six mental health apps that help manage anxiety. *USA Today*. <https://www.usatoday.com/story/life/2025/11/28/managing-anxiety/86121103007/>

Дата першого надходження статті до видання: 26.02.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 27.03.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 07.05.2026



Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)