

Viral English: Doomscrolling — One More Bad Headline

English learning resource · FA

Line-by-line · English + Persian

46 lines

Study task: Listen again and notice the expressions you studied.

Julia, your toast has been waiting for quite a while.

جولیا، نان تست مدت زیادی است منتظر مانده.

I was only going to check one headline.

فقط می خواستم یک تیتراژ را نگاه کنم.

Then there was another worrying story, and another, and somehow twenty minutes disappeared.

بعد یک خبر نگران کننده دیگر آمد و یکی دیگر، و یک دفعه بیست دقیقه گذشت.

Welcome to Viral English, from Your English Toolbox.

به Viral English از Your English Toolbox خوش آمدید.

I am Martin, here with Julia and some very patient toast.

من مارتین هستم، اینجا با جولیا و یک نان تست بسیار صبور.

Our expression today is doomscrolling.

عبارت امروز ما doomscrolling است.

It means repeatedly scrolling through bad or worrying news online, often for longer than you intended.

یعنی پشت سر هم در خبرهای بد یا نگران کننده آنلاین پیمایش کردن، اغلب بیشتر از زمانی که قصدش را داشته اید.

So it is not simply reading the news?

پس فقط خواندن خبر نیست؟

No, and it is not every long session on your phone either.

نه، و هر استفاده طولانی از گوشی هم نیست.

The negative content and the repeated scrolling are important parts of the meaning.

محتوای منفی و پیمایش مداوم از بخش های مهم معنای آن هستند.

If I spend twenty minutes watching cheerful cooking videos, doomscrolling is not the best description.

اگر بیست دقیقه ویدئوهای شاد آشپزی ببینم، doomscrolling بهترین توصیف نیست.

Exactly.

دقیقا.



The word became widely discussed during the pandemic, but that does not prove it was invented then.

این واژه در دوران همه‌گیری بسیار مطرح شد، اما این ثابت نمی‌کند همان موقع ساخته شده باشد.

The American Dialect Society chose it as its digital word of the year for twenty twenty.

انجمن گویش آمریکا آن را واژه دیجیتال سال دو هزار و بیست انتخاب کرد.

And a University of California article used it again in April twenty twenty-five.

و مقاله‌ای از دانشگاه کالیفرنیا در آوریل دو هزار و بیست‌وپنج دوباره از آن استفاده کرد.

Those are dated examples of real use, not evidence that the term is new this week.

این‌ها نمونه‌های واقعی با تاریخ مشخص‌اند، نه مدرکی برای تازه بودن واژه در این هفته.

It combines doom, suggesting something terrible, with scrolling through a screen.

این واژه doom را که حس اتفاقی وحشتناک می‌دهد، با پیمایش روی صفحه ترکیب می‌کند.

In everyday conversation, it can be a slightly humorous way to describe your own habit.

در گفت‌وگوی روزمره می‌تواند روشی کمی طنزآمیز برای توصیف عادت خودتان باشد.

I was doomscrolling instead of eating breakfast.

به جای صبحانه خوردن، مشغول doomscrolling بودم.

But it can also describe a serious concern, so do not use it to mock somebody who is upset.

اما می‌تواند یک نگرانی جدی را هم توصیف کند، پس با آن کسی را که ناراحت است مسخره نکنید.

Our second expression is your feed.

عبارت دوم ما your feed است.

Your feed is the stream of posts or updates an app shows you.

فید شما جریان پست‌ها یا به‌روزرسانی‌هایی است که یک برنامه به شما نشان می‌دهد.

I keep seeing worrying headlines in my feed.

مدام در فیدم تیترهای نگران‌کننده می‌بینم.

Here, feed is a noun, not the verb meaning to give someone food.

اینجا feed اسم است، نه فعلی به معنی غذا دادن به کسی.

Although your toast is still hoping for some attention.

هرچند نان تست هنوز امیدوار است کمی به آن توجه کنی.

Our third expression is get sucked into.

عبارت سوم ما get sucked into است.

It means become deeply involved in something, sometimes without meaning to.

یعنی عمیقاً درگیر چیزی شدن، گاهی بدون اینکه قصدش را داشته باشیم.



I got sucked into reading the comments and missed my bus.

آن قدر غرق خواندن نظرها شدم که اتوبوسم را از دست دادم.

After into, use a noun or an ing form, such as reading.

پس از into از اسم یا شکل ing- فعل، مانند reading، استفاده کنید.

That expression is not always negative.

این عبارت همیشه منفی نیست.

You can get sucked into a fascinating story too.

ممکن است در یک داستان جذاب هم غرق شوید.

Now, a challenge with two situations.

حالا یک چالش با دو موقعیت داریم.

First, I check a train update, learn what I need, and close the app.

اول: وضعیت قطار را بررسی می‌کنم، اطلاعات لازم را می‌گیرم و برنامه را می‌بندم.

Second, I keep moving through alarming headlines long after I have the information I wanted.

دوم: مدت‌ها پس از گرفتن اطلاعات موردنیاز، باز هم از یک تیتتر هشداردهنده به تیتتر بعدی می‌روم.

Which situation fits doomscrolling better?

کدام موقعیت بیشتر با doomscrolling جور است؟

The second, because the repeated negative-news scrolling is the key.

دومی، چون نکته اصلی پیمایش مداوم در خبرهای منفی است.

Now imagine a deliberately provocative post trying to attract angry replies.

حالا پستی را تصور کنید که عمداً تحریک‌آمیز است و می‌خواهد پاسخ‌های خشمگینانه جذب کند.

Is that automatically the same thing as doomscrolling?

آیا این لزوماً همان doomscrolling است؟

No, that describes the post's possible intention, not the reader's scrolling habit.

نه، این نیت احتمالی پست را توصیف می‌کند، نه عادت پیمایش خواننده را.

Last week's rage bait lesson helps with that distinction.

درس هفته گذشته درباره rage bait به فهم این تفاوت کمک می‌کند.

Complete this sentence about an ordinary situation: I got sucked into...

این جمله را درباره یک موقعیت معمولی کامل کنید: I got sucked into...

We are practising language, not diagnosing anybody's mental health.

ما زبان تمرین می‌کنیم، نه اینکه سلامت روان کسی را تشخیص بدهیم.



Find a neutral explanation and examples for all three expressions on our website.

.....

توضیح بی طرفانه و مثال‌هایی برای هر سه عبارت در وبسایت ما پیدا کنید.

The episode link is in the description.

.....

پیوند اپیزود در توضیحات است.

Now, shall we return to breakfast?

.....

حالا به صبحانه برگردیم؟

Yes, before the toast becomes another bad headline!

.....

بله، قبل از اینکه نان تست هم یک تیتر بد دیگر شود!

