

наступний висновок: більшість людей сьогодні відчувають себе нещасливими. Проте вони орієнтуються, яким чином можна досягти щастя у житті. Це: встановлення гармонійних взаємин з близькими, друзями; самореалізація; почуття потрібності й приналежності; міцне здоров'я; оптимізм; відсутність матеріальних проблем.

ЛІТЕРАТУРА

1. Аргайл М. Психология счастья / М. Аргайл. – СПб.: Нева, 2003. – 256 с.
2. Селигман М. В поисках счастья. Как получают удовольствие от жизни каждый день / Мартин Селигман. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2010. – 320 с.
3. Динер Э., Миерс Д. Настоящий вес национального Счастья. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.grossnationalhappiness.com>
4. Vaillant, G. Successful Aging / G. Vaillant, K. Mukamal. – American Journal of Psychiatry, 2001. – С. 839–847.

Діана Філіп'єва,

студентка 1 курсу II ступеня вищої освіти
факультету психолого-педагогічної освіти та мистецтв
Наук. керівник: **І.О Черезова**, к.психол.н., доцент (БДПУ)

КОНФЛІКТОГЕНИ ЯК ЧИННИКИ ВИНИКНЕННЯ КОНФЛІКТУ

Упродовж останніх років проблематика конфліктів викликає значний інтерес у психологів, однак відсутність єдиного розуміння змісту поняття «конфлікт» спонукає їх до пошуку його власного розуміння (А. Анцупов, Н. Гришина, С. Ємельянов, Б. Хасан, А. Шипілов та ін.).

Конфлікт (від лат. *conflictus* – зіткнення) – зіткнення протилежно спрямованих цілей, інтересів, позицій, думок чи поглядів суб'єктів міжособистісної взаємодії.

Головну роль у виникненні конфліктів відіграють конфліктогени – слова, дії (або бездіяльність), що сприяють виникненню і розвитку конфлікту, тобто є безпосередніми причинами конфлікту.

Конфліктогени за рівнем повторюваності можуть бути первинними і вторинними, за формою прояву – вербальними і невербальними, за рівнем активності – активними і пасивними.

Підступну суть конфліктогенів можна пояснити тим, що ми набагато чутливі до слів інших, ніж до того, що говоримо самі. Ця особлива чутливість щодо звернених до нас слів походить від бажання захистити себе, свою гідність від можливого посягання. Але ми не так пильні, коли справа стосується гідності інших, і тому не так суворо стежимо за своїми словами і діями.

Як правило, сам по собі конфліктоген не здатний привести до конфлікту. Повинен виникнути «ланцюжок конфліктогенів», тобто їх ескалація. Ескалація конфліктогенів являє собою відповідь на конфліктоген

на нашу адресу більш сильним конфліктогеном, часто максимально сильним серед усіх можливих.

Виділяють три основні типи конфліктогенів: прагнення до переваги; прояви агресивності; прояви егоїзму.

Розглянемо детальніше зазначені типи конфліктогенів.

1. Конфліктогени, які виражають перевагу:

- загрози, зауваження, глузування, подшучування та ін;
- хвастощі, захоплені розповіді про власні успіхи та досягнення;
- нав'язування своєї думки, небажані поради та рекомендації, особливо якщо це відбувається на очах у інших людей;
- переривання висловлювань співрозмовника, підвищення голосу, виправлення під час бесіди;
- порушення етики у поведінці;
- демонстрація поблажливого ставлення з відтінком «доброзичливості»;

2. Конфліктогени, які проявляють агресивність:

- природна агресивність, яка виникає в певному середовищі (колективі, групі однолітків), а також в якості протесту проти залежності (від начальника, старшого за становищем, статусом);
- агресивність, яка виникла від сформованої ситуації, поганого самопочуття, складнощів у сімейно-побутових або професійних взаєминах;
- агресивність як реакція-відповідь на отриманий від когось-небудь конфліктоген, у результаті чого провокується відповідна агресивність, що призводить до ще більшого загострення пристрастей.

3. Конфліктогени, які виражають егоїзм:

- егоїстичне прагнення домогтися чого-небудь для себе за рахунок інших та будь-якою ціною;
- зарозумілість однієї із сторін при обговоренні спірного питання, що може викликати конфліктну ситуацію та отримати зустрічний, більш сильний конфліктоген і призвести до ескалації конфліктогенів.

Кожен із нас по-різному поводить себе у конфліктній ситуації. Правильна поведінка у конфлікті необхідна як для його протікання, так і для конструктивного виходу з нього.

Конфліктологи виділяють п'ять основних правил поведінки у конфлікті у різних сферах життєдіяльності людини: 1) справедливе ставлення до ініціатора конфлікту; 2) правильне визначення меж конфлікту; 3) позитивне тлумачення конфліктної ситуації; 4) емоційна витримка; 5) безособистісність конфлікту.

Сучасні реалії життя насичені різноманітними конфліктогенами, що призводять до виникнення конфліктів. Знання психологічних особливостей конфліктних ситуацій, врахування особистісних чинників учасників конфліктної взаємодії, розуміння природи конфліктогенів допомагає людині обрати конструктивну стратегію поведінки у складних життєвих ситуаціях.

ЛІТЕРАТУРА

1. Дуткевич Т.В. Конфліктологія з основами психології управління: навчальний посібник / Т.В. Дудкевич. – К.: Центр навчальної літератури,

2005. – 456 с.

2. Ложкін Г.В. Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика: навчальний посібник / Г.В. Ложкін, Н.І. Пов'якель. – К.: ВД «Професіонал», 2007. – 416 с.

Надія Фоміна,
студентка 4 курсу
факультету психолого- педагогічної освіти та мистецтв
Наук. керівник: **О.В. Фролова,**
к. психол. н., доцент (БДПУ)

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Надмірна зацікавленість Інтернетом спонукає все більше людей проводити час у мережі.

У 1995 році Іван Голдберг запропонував термін "Інтернет-залежність" для визначення неподоланої тяги до використання Інтернету. За І. Голдбергом, це розлад, «що здійснює пагубний вплив на побутову, навчальну, соціальну, робочу, сімейну, фінансову чи психологічну сфери діяльності» [2].

Насамперед соціальні мережі, на думку вчених, є загрозовими для людей, оскільки формують помилкове враження, що кохання, і дружбу легко завоювати і так само легко зруйнувати. Захоплення понад міру соціальними мережами в Інтернеті може шкодити здоров'ю через скорочення спілкування з реальними людьми.

Об'єкт дослідження – Інтернет-залежність та причини її виникнення.

Мета – розглянути теоретичні основи Інтернет-залежності як соціально-психологічного явища.

Теоретичною основою дослідження виступили концепції зарубіжних (А. Войскунський, А. Голдберг, Д. Грінфілд, К. Янг), та вітчизняних учених (О. Белінська, Ю. Данько, Є. Акімова, Ю. Бабаєва, А. Жичкина, О. Філатова та ін.)

Кімберлі Янг називає чотири основних симптоми Інтернет-залежності: нав'язливе бажання перевірити e-mail; постійне чекання наступного виходу в Інтернет; скарги навколишніх на те, що людина проводить занадто багато часу в Інтернеті; скарги навколишніх на те, що людина витрачає занадто багато грошей на Інтернет [1].

Отже, на основі теоретичного дослідження ми визначили, що на сучасному етапі розвитку комп'ютеризації й розширення доступу до Інтернету в Україні, на щастя, усе ще мало розповсюдилася патологічна пристрасть до опосередкованих Інтернетом азартних ігор, он-лайнних аукціонів [3].

ЛІТЕРАТУРА

1. Вайнола Р. Х. Технологізація соціально-педагогічної роботи: теорія та практика / Р. Х. Вайнола // [навч. посіб. за ред проф. С. О.