

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему:

Взаємозв'язок вибору волонтерської діяльності з психологічними особливостями особистості

Здобувача (ки) 2 курсу ПМ-223 групи
Спеціальності 053 Психологія
Освітньо-професійна програма
Клінічна психологія
Склярової Я.О.
(прізвище та ініціали)
Керівник
д.психол.н., доц.
Завязкіна Н.В.
(вчене звання, науковий ступінь, прізвище та ініціали)

Робота рекомендована до захисту
рішенням кафедри клінічної психології та кафедри соціальної психології

Протокол № 10 від « 24 » червня 2024р.

Зав. кафедри клінічної психології

_____ д.психол.н., с.н.с., Лисенко І.П.
підпис (наукова ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я, по батькові)

Зав. кафедри соціальної психології

_____ к.психол.н., Трофімова Д.О.
підпис (наукова ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я, по батькові)

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВОЛОНТЕРІВ	7
1.1. Огляд поняття "волонтерська діяльність": види та соціально-психологічні теорії	7
1.2. Психологічні мотивації волонтерів: внутрішній та зовнішній стимули	35
Схема переходу потреби в мотив	36
1.3. Розвиток особистості через волонтерство: вплив на самооцінку, соціальну адаптацію та інші психологічні аспекти	43
Висновки до 1 розділу	55
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТА ОПИСОВІ СТАТИСТИКИ	59
2.1 Мета, завдання та цілі емпіричного дослідження, характеристика вибірки	59
2.2 Використані методики	60
2.3 Описова статистика та перевірка розподілів на нормальність	66
2.3.1 Порівняльний аналіз особистісних рис за опитувальником "Велика п'ятірка"	68
2.3.2 Аналіз стратегій копінгу відповідно до методики Лазаруса	70
2.3.3 Аналіз тесту життєстійкості	73
2.3.4 Оцінка психологічної ресурсності волонтерів	74
2.3.5 Визначення психологічних типів залежно від ступеня оптимізму та активності (енергійності) особистості	83
РОЗДІЛ 3 МАТЕМАТИЧНО-СТАТИСТИЧНА ОБРОБКА ДАНИХ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ	87
3.1 Кореляційні зв'язки між особистісними рисами та копінг-стратегіями	88
3.2 Представлення значимих кореляцій показників показників психологічних типів з копінг-стратегіями	94
3.3 Кореляційні зв'язки між конфронтацією та рівнем психологічної ресурсності	95
3.4 Факторний аналіз категорій волонтерів по оцінці психологічної ресурсності волонтерів	95
3.5 Факторний аналіз взаємозв'язку вибору волонтерської діяльності з копінг-стратегіями	101
Висновки за результатами математичної обробки отриманих даних	102
Рекомендації для подальшої роботи з волонтерами в психологічному	

консультуванні	105
Висновки до 3 розділу	112
ВИСНОВКИ	114
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	116

ВСТУП

Актуальність теми. Волонтерство - добровільна, безоплатна, суспільно-корисна діяльність, яка може здійснюватись як людьми так і організаціями за власним бажанням і на власний розсуд. Важливим чинником який значно впливає на розвиток суспільства, сприяє зміцненню соціальної згуртованості, підвищенню громадянської активності, а також формуванню соціальної відповідальності є волонтерство.

Волонтерська діяльність є досить різноманітною та включає в себе різноманітні види. До неї можна віднести:

- Соціальне волонтерство – це діяльність, спрямована на допомогу людям, які потребують підтримки, зокрема, літнім людям, людям з інвалідністю, дітям-сиротам, бездомним.
- Екологічне волонтерство – це діяльність, спрямована на захист навколишнього середовища.
- Культурне волонтерство – це діяльність, спрямована на збереження та розвиток культури.
- Освітнє волонтерство – це діяльність, спрямована на поширення знань та навичок.

Теоретико-методологічною основою дослідження є праці вітчизняних та зарубіжних психологів, які вивчали волонтерську діяльність, зокрема, праці: В.А. Ядова, Л.Г. Почебут, С.В. Черкасова, А.В. Брушлинського, А.Н. Леонтєва, Б.Г. Ананьєва, К. Роджерса, Е. Фромма, А. Маслоу та ін.

Об'єктом дослідження є психологічні особливості особистості волонтерів.

Предметом дослідження є взаємозв'язок психологічних особливостей особистості з вибором виду волонтерської діяльності

Метою дослідження є визначення психологічних особливостей волонтерів та їх зв'язок з подальшим вибором виду волонтерської діяльності.

Для досягнення поставленої мети дослідження необхідно вирішити такі завдання:

1. Обґрунтувати теоретико-методологічну основу дослідження.
2. Провести дослідження та зібрати емпіричний матеріал. Проаналізувати та інтерпретувати отримані результати.
3. Зробити висновки про психологічні особливості волонтерів різних видів волонтерської діяльності.

Для дослідження психологічних особливостей волонтерів різних видів волонтерської діяльності будуть використані такі методи:

1. Теоретичні
2. Емпіричні: авторська анкета; аналіз стратегій копінгу відповідно до методики Лазаруса; дослідження психологічних типів волонтерів через опитувальник визначення психологічних типів залежно від ступеню оптимізму та активності (Енергійність особистості); оцінка психологічної ресурсності волонтерів; аналіз життєстійкості волонтерів
3. Статистичні

Характеристика вибірки:

Для дослідження психологічних особливостей волонтерів було залучено 328 респондентів, які були поділені на сім основних категорій залежно від виду їх волонтерської діяльності. Розподіл респондентів за категоріями представлений наступним чином:

1. *Волонтери організацій: До цієї категорії належить 53 респонденти, що становить 16,16% від загальної вибірки. Ці волонтери активно займаються діяльністю в рамках різноманітних організацій та асоціацій, що надають підтримку різним соціальним групам.*
2. *Гуманітарні волонтери: Ця група складається з 56 респондентів, що відповідає 17,07% від загальної кількості опитаних. Волонтери цієї категорії зосереджуються на наданні гуманітарної допомоги, включаючи підтримку біженців, жертв природних катастроф та інших соціально вразливих груп.*

3. *Військові волонтери: До цієї категорії належать 39 респондентів, що складає 11,89% від загальної вибірки. Ці волонтери надають підтримку військовим та учасникам бойових дій, забезпечуючи їх необхідними ресурсами та психологічною допомогою.*
4. *Волонтери, що допомагають тваринам: Ця група включає 33 респонденти, що становить 10,06% від загальної кількості опитаних. Волонтери цієї категорії займаються захистом та підтримкою тварин, працюють у притулках та здійснюють інші форми допомоги тваринам.*
5. *Волонтери, що допомагають дітям: До цієї категорії входить 38 респондентів, що відповідає 11,59% від загальної вибірки. Волонтери цієї групи надають допомогу дітям, включаючи підтримку дітей-сиріт, дітей з інвалідністю та інших дітей, які потребують спеціальної уваги.*
6. *Екологічні волонтери: Ця категорія складається з 45 респондентів, що становить 13,72% від загальної кількості опитаних. Волонтери цієї групи зосереджуються на питаннях охорони навколишнього середовища, включаючи організацію еко-акцій, прибирання територій та інші екологічні ініціативи.*
7. *Івент-волонтери: Найбільшу групу становлять івент-волонтери, до якої належать 64 респонденти, що складає 19,51% від загальної вибірки. Волонтери цієї категорії беруть участь у організації та проведенні різноманітних заходів, фестивалів, культурних та спортивних подій.*

Таким чином, представлений розподіл респондентів дозволяє провести детальний аналіз психологічних особливостей волонтерів у різних сферах діяльності, що сприятиме більш глибокому розумінню мотивацій та характеристик осіб, залучених до волонтерської діяльності.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВОЛОНТЕРІВ

1.1. Огляд поняття "волонтерська діяльність": види та соціально- психологічні теорії

Волонтерська діяльність є невід'ємною складовою суспільства, що відображає дух безкорисливості, співчуття та громадянської активності. Це явище, яке визначається добровільним внеском часу, енергії та знань у різноманітні сфери громадського життя. Волонтерство втілюється через різноманітні форми: від допомоги вразливим групам та благодійних заходів до участі в екологічних проектах та соціальних програмах.

Це феномен, що не має чіткої географічної, культурної чи соціальної обмеженості. Волонтерська діяльність пронизує всі сфери життя, розповсюджується від малих спільнот до міжнародних організацій. Вона є каталізатором позитивних змін, дозволяючи спільнотам вирішувати проблеми, змінювати своє оточення та покращувати якість життя.

У вітчизняній науці проведено численні дослідження, які присвячені вивченню генезису функціонування та розвитку волонтерства. Офіційно волонтерський рух започатковано у 1859 році, коли швейцарський підприємець та громадський діяч Жан Анрі Дюнан, вражений жахливими наслідками битви при Сольферіно під час Австро-італо-французької війни, вирішив створити Товариство допомоги пораненим. Завдяки його зусиллям було засновано Міжнародний Комітет Червоного Хреста [7, с. 98].

Аналізуючи хронологію розвитку волонтерства, можна зробити висновок, що всі його прояви базуються на певних мотивах. Так, Жан Анрі Дюнан керувався бажанням допомогти тисячам поранених, які залишилися на полі бою без належної медичної допомоги. Після битви при Сольферіно на полі бою залишилося 23 тисячі поранених, вмираючих і мертвих, і лише небагато людей були готові та спроможні надати допомогу. Прибувши до Сольферіно, Дюнан закликав цивільне населення до допомоги постраждалим солдатам, допомагав організувати закупівлю необхідних матеріалів та

обладнання, а також створювати імпровізовані лікарні. Він зміг переконати людей допомагати пораненим незалежно від їхньої сторони в конфлікті, під гаслом "Tutti fratelli" (Усі – брати), яке запропонували жінки з сусіднього міста. Також він домогся звільнення австрійських лікарів, захоплених французами.

Українські науковці визначають кілька основних мотивів участі у волонтерській діяльності. До них належать:

1) Реалізація соціально відповідальних громадських ініціатив, спрямованих на вирішення нагальних соціальних та інших проблем силами громади.

2) Виконання особистого обов'язку перед собою і суспільством за принципом: "Якщо не я — то хто?"

3) Бажання добровільно і безоплатно надавати допомогу тим, хто її потребує, реалізуючи свої моральні та релігійні принципи, відчуваючи себе потрібним і корисним для інших.

4) Самореалізація, подальше професійне зростання.

5) Отримання морального задоволення від вдячності людей, яким надана допомога.

6) Отримання широких можливостей доступу до фінансових та інших ресурсів [11, с. 182].

Зарубіжні дослідники виявили шість основних мотивів волонтерської діяльності:

- 1) Ціннісні мотиви (переконання про важливість допомоги іншим).
- 2) Соціальні мотиви (нові зв'язки та контакти).
- 3) Освітні мотиви (участь у заходах для задоволення бажання вчитися).
- 4) Кар'єрні мотиви (шанс отримати престижну роботу).
- 5) Особистісні мотиви (підвищення самооцінки).
- 6) Захисні мотиви (порятунок від негативних емоцій та почуттів).

У різні періоди історії мотиви участі у волонтерській діяльності змінювалися. Це відображено у періодизації волонтерського руху, розробленій канадським вченим Р. Стеббінсом. Він виділяє три основні етапи:

1. Перший етап (1300–1960 рр.) характеризується релігійними та ідеологічними мотивами волонтерів, які відчували внутрішнє почуття обов'язку.

2. Другий етап (1960–1980 рр.) відзначається підтримкою волонтерства національними державами, які фінансували його розвиток та ініціювали різні програми і проекти.

3. Третій етап (1980 р. — сьогодні) характеризується тим, що волонтери керуються бажанням організувати своє "серйозне дозвілля", через скорочення цільового фінансування багатьох волонтерських проектів, що змушує їх шукати альтернативні джерела фінансування [17, с. 93].

З огляду на активізацію волонтерської діяльності в Україні у 2014 році, а також у інших країнах після початку збройного вторгнення Росії в Україну, можна виділити четвертий етап розвитку волонтерства (2014 р. — сьогодні). На цьому етапі головним мотивом для українських волонтерів стала допомога країні у боротьбі з ворогом.

Під час своєї інавгурації у січні 1961 року Джон Ф. Кеннеді сказав: «Мої дорогі американці, не питайте, що ваша країна може зробити для вас, а що ви можете зробити для своєї країни...». Через півтора місяця після цього знаменного виступу Кеннеді зустрівся з першою групою молодих волонтерів, які мали вирушити до Африки, щоб допомогти цим країнам у їхньому розвитку. У подальшому волонтери Корпусу Миру взяли участь у реалізації програм в 139 країнах світу.

Корпус Миру США фінансується урядом Сполучених Штатів і залучає американських громадян, які бажають працювати за кордоном. Уряд надає фінансову підтримку для покриття витрат на проживання, харчування та інші дрібні витрати кожному, хто погоджується на дворічну інтенсивну роботу в інших країнах.

Фінансова криза 2008 року призвела до послаблення зв'язків між громадами по всій країні, і з того часу волонтерська активність у США знизилася, що тривало до 2020 року. Новий підйом волонтерського руху почався з початком пандемії COVID-19, протестів, пов'язаних з убивством Джорджа

Флойда, і виборів 2020 року. У 2021 році США зайняли третє місце у всесвітньому Індексі благодійності, при цьому рівень залучення населення до волонтерства був одним із найвищих і становив 37% [20, с. 112].

У Німеччині у другій половині XIX століття було створено першу благодійну організацію, яка займалася підтримкою бідних. Волонтерський рух у цій країні набував форми добровільної праці, місіонерської діяльності та служби сестер милосердя. Основні напрями волонтерської роботи в цей час включали боротьбу з бідністю та турботу про здоров'я населення.

Сучасні дослідники зазначають, що Німеччина не є класичною волонтерською нацією на кшталт Великої Британії чи США, а розвиток інфраструктури громадянського суспільства в Німеччині почався лише після 2000-х років.

Принцип субсидіарності відіграє важливу роль у волонтерській діяльності Німеччини з моменту її зародження наприкінці XIX століття. Відповідно до цього принципу, надання основних соціальних послуг надається перевага неприбутковим організаціям (НПО) перед державними установами. Це означає, що більшість соціальних послуг надаються неприбутковими соціальними організаціями, які мають право отримувати державну фінансову підтримку. Волонтерська діяльність займала важливе місце у цій структурі, особливо до 1970-х років, коли НПО почали професіоналізуватися. Завдяки принципу субсидіарності, поняття "волонтерство" мало специфічний зміст у Німеччині. Термінологія того часу наголошувала на "почесному компоненті, офіційності та публічній легітимації", а не на добровільності як такій. Великий вплив на традиції волонтерства мав поділ країни після Другої світової війни, в результаті якого волонтерство розвивалося по-різному у двох частинах розділеної Німеччини.

В Україні на початку XX століття "піонерами" волонтерського руху стали члени Червоного Хреста. У 1914 році в Києві функціонувало понад 100 шпиталів цієї організації. Силами Червоного Хреста були створені антитуберкульозні диспансери, станції боротьби з малярією, будинки для безпритульних. На західноукраїнських землях волонтери займалися навчанням грамоті та створенням підрозділів Товариства тверезості. Проте, як зазначає М. Матяш, з

встановленням радянської влади цей рух фактично згорнувся та почав відновлюватися лише з кінця 1980-х років.

Першу українську волонтерську організацію створено в 1987 році, коли в Одесі відкрився "Молодіжний телефон довіри". У 1989 році подібні організації з'явилися в Києві та Полтаві. Вони працювали як медико-психологічні служби, метою яких була психологічна допомога людям у кризових ситуаціях. Для розширення цієї діяльності за підтримки Міністерства юстиції України у квітні 1998 року було створено Всеукраїнську асоціацію телефонних консультантів.

Волонтерська діяльність потребує не тільки бажання та можливості бути корисним для суспільства, а й базових теоретичних знань і навичок для якісної роботи. Для ефективної волонтерської роботи необхідні підготовлені спеціалісти, які володіють уміннями та технологіями активізації громади, визначення її проблемних зон, організації членів громади для задоволення потреб. Таким чином, волонтерство потребує навчання. Разом з "Телефоном довіри" було створено першу школу волонтерів, яка надавала знання з психолого-педагогічних, правових, соціально-медичних питань. Ця школа також розробляла і впроваджувала навчально-тематичні плани та програми підготовки волонтерів.

В Україні перші волонтери з'явилися після здобуття незалежності в 1992 році. Першими з них були представники Корпусу миру США, які працювали за двома основними програмами: економічного розвитку та впровадження і навчання англійської мови. У 1997 році в Україні почав свою діяльність Всеукраїнський громадський центр «Волонтер». Основними напрямками його роботи стали організація і проведення тренінгів для підлітків та молоді з розвитку життєвих навичок, навчання фахівців з питань попередження негативних соціальних явищ серед молоді, а також організація форумів, фестивалів та акцій для розвитку здібностей у молодих людей.

У травні 1998 року Україна почала реалізовувати регіональну програму «Ініціативи по роботі на добровільних засадах», ініційовану Нью-Йоркським Інститутом Відкритого Суспільства (Фонд Сороса). Головна мета цієї програми полягала у відновленні руху волонтерів у країнах для підтримки громадянського

суспільства та демократичних перетворень, а також у збільшенні частки добровільної праці громадян, спрямованої на розв'язання конкретних проблем.

На початку незалежності України волонтерство було зосереджене переважно на гуманітарній та медичній допомозі. Значну кількість волонтерських організацій було створено за сприяння протестантських церков. Наприклад, «Медична клініка на колесах», заснована Українською лютеранською церквою у 1992 році, досі надає допомогу населенню, переважно в сільській місцевості. Її діяльність спрямована на допомогу сиротам, важкохворим, людям з розумовими розладами та багатодітним родинам. Перелік послуг включає огляди лікаря, діагностику, аналізи, флюорографію та стоматологічні послуги. З 1993 року працюють громади Армії спасіння, які надають допомогу самотнім важкохворим людям, прикутих до ліжка [19, с. 112].

Серед значущих волонтерських організацій варто згадати «Карітас України», яка входить до однієї з найбільших міжнародних мереж благодійних організацій у світі та Європі. Назва «Caritas» означає любов, милосердя, співчуття та благодійність. Робота «Карітасу України» сфокусована на шести основних напрямках: допомога дітям, молоді та сім'ям у кризових ситуаціях; охорона здоров'я; допомога людям з особливими потребами; вирішення соціальних проблем міграції; розбудова громад та допомога в надзвичайних ситуаціях. «Карітас України» включає понад 30 регіональних організацій у 15 областях України, з більш ніж 1000 співробітників і волонтерів. Організація надає допомогу всім потребуючим незалежно від віросповідання, етнічного походження, статі чи віку, базуючись на християнських засадах і цінностях. Всі місцеві організації «Карітасу», за винятком тих, що знаходяться в зонах активних бойових дій, надають допомогу внутрішньо переміщеним особам (ВПО) та іншим вразливим категоріям населення.

У 2012 році волонтерська активність в Україні значно зросла завдяки проведенню чемпіонату Європи з футболу. За даними організаційного комітету «Євро – 2012 Україна», для забезпечення проведення чемпіонату потрібно було приблизно 5,5 тисяч волонтерів. Однак надійшло майже 24 тисячі заявок від бажаючих стати волонтерами УЄФА, з яких більшість (90%) були з України та Польщі. Цей сплеск активності продемонстрував високу зацікавленість громадян

у волонтерській діяльності та готовність брати участь у суспільно важливих подіях.

Справжній народний волонтерський рух в Україні зародився у 2014 році під час Революції Гідності на Майдані Незалежності в Києві. Тисячі людей, як місцевих жителів, так і прибулих з інших регіонів країни, надавали безкоштовну допомогу мітингувальникам. Вони організовували польові кухні, встановлювали намети та допомагали розміщувати протестувальників у квартирах киян.

З початком військових дій на Сході України у 2014 році українське суспільство стало об'єктом уваги багатьох міжнародних організацій. Серед них варто виділити такі організації, як Міжнародна організація міграції (МОМ), Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ), Верховний комісар ООН у справах біженців (UNHCR), Дитячий фонд ООН (UNICEF), Save the Children, Програма розвитку ООН (ПРООН) та уряди багатьох країн світу. Діяльність цих організацій охоплювала різні напрямки, включаючи гуманітарну допомогу, юридичну підтримку, профорієнтаційну та психологічну допомогу, реалізацію проектів з неформальної освіти, надання грантів для підтримки бізнесу, а також волонтерські та благодійні проекти [18, с. 74].

Міжнародні організації співпрацювали і продовжують співпрацювати з місцевими волонтерськими організаціями та ініціативами, залучаючи до своїх проектів волонтерів. З початком повномасштабної збройної агресії Росії проти України було створено численні штаби допомоги, фонди та платформи, що займаються збором коштів для підтримки армії та допомоги постраждалим. Активізувалася робота волонтерських організацій та індивідуальних волонтерів.

Основні форми волонтерської діяльності індивідуальних волонтерів включають збір коштів і продуктів харчування для потреб армії, плетіння маскувальних сіток, участь в евакуації населення, збір ліків для передової та госпіталів, а також збір теплих речей та предметів першої необхідності для переселенців. Волонтери також надають допомогу внутрішньо переміщеним особам (ВПО) та людям з вразливих категорій. Героїчна діяльність українських волонтерів продовжується, їхньою метою є досягнення перемоги.

На світовому рівні сучасний етап становлення волонтерства характеризується зростанням рівня залученості населення до волонтерського

руху, посиленню уваги політиків до пошуку шляхів підтримки волонтерства, а також підвищенням зацікавленості дослідницьких організацій до вивчення його впливу на суспільство та окремих індивідів.

Англійська компанія Charities Aid Foundation (CAF) розробила Всесвітній індекс благодійності (World Giving Index), який дозволяє аналізувати рівень залученості населення різних країн до волонтерської діяльності. Основою для цього рейтингу є дослідження, які проводить Американський інститут громадської думки (Інститут Геллапа) у 153 країнах світу. При складанні індексу враховуються три основні аспекти: частота допомоги незнайомим людям, перерахування коштів у благодійні організації та участь у волонтерській діяльності [40, с. 119].

Завдяки цим дослідженням стає можливим оцінити, наскільки активно населення різних країн бере участь у волонтерстві та благодійності. Це дозволяє міжнародним організаціям і урядам краще розуміти, де необхідна додаткова підтримка та як можна ефективніше залучити людей до волонтерської діяльності.

У 2010 році Україна займала 151-ше місце серед 153 країн у рейтингу благодійності, згідно з даними Всесвітнього індексу благодійності, розробленого Charities Aid Foundation (CAF). Сукупний індекс України тоді становив лише 13%. Грошові пожертвування здійснювали 5% населення, допомогу незнайомим людям надавали 19%, а участь у волонтерській діяльності брали 14%.

Протягом наступних років позиції країн у цьому рейтингу зазнали значних змін. Починаючи з 2018 року, спостерігалось різке зниження рівня волонтерства та пожертвувань у всьому світі, що особливо загострилося під час пандемії COVID-19. У 2020 році рейтинг благодійності очолила Індонезія. До першої десятки також увійшли Кенія, Нігерія, М'янма, Австралія, Гана, Нова Зеландія, Уганда, Косово та Таїланд.

Україна в 2020 році піднялася до 20-го місця в рейтингу з такими результатами: сукупний індекс благодійності склав 43%, грошові пожертвування здійснювали 66% населення, допомогу незнайомим людям надавали 43%, а волонтерською діяльністю займалися 19%. У 2021 році Україна продовжила свій стрімкий підйом, увійшовши до ТОП-10 країн, піднявшись із 151-го місця у 2010

році до 10-го у 2021 році. Україна стала єдиною європейською країною, яка потрапила до першої десятки рейтингу. Експерти пояснюють цей успіх підвищенням рівня життя населення, впровадженням нових креативних форм благодійності та зростанням потреби в благодійній допомозі через пандемію COVID-19. Сукупний індекс України у 2021 році становив 49%, грошові пожертвування здійснювали 75% населення, допомогу незнайомим людям надавали 47%, а волонтерською діяльністю займалися 24% [36, с. 172].

Існує гіпотеза, що чим заможніша країна, тим вищий у неї рівень волонтерства. Однак, експерти зазначають, що пандемія змінила ландшафт глобальної благодійності. У 2018 році 7 із 10 країн з найвищим рівнем благодійності класифікувалися як країни з високим рівнем доходу за даними ООН. Однак у 2020 році, під час розпалу пандемії, 7 із топ-10 країн були з низьким і середнім рівнем доходу. Ця тенденція продовжилася і в 2021 році, коли лише 4 із 10 країн-лідерів рейтингу були класифіковані як країни з високим рівнем доходу (США, Австралія, Нова Зеландія та Канада).

Лідерство Індонезії в рейтингу благодійності пояснюється широким поширенням у країні традиційної форми ісламської благодійності — закяту. Взагалі, ісламські світоглядні орієнтири сприяють безкорисливій допомозі, а під час пандемії благодійність у країні зросла завдяки закликам релігійних лідерів надавати допомогу членам своїх громад, які зіткнулися з труднощами через економічний спад.

У дослідженні "Нові тенденції розвитку волонтерства в Європейському Союзі" зазначається, що в Європі кожна п'ята людина віком від 16 років так чи інакше бере участь у волонтерській діяльності. Проте рівень волонтерства значно відрізняється між країнами Європи, що зумовлено відмінностями в історії та політиці. Багато європейців сприймають волонтерську практику як норму, особливо серед віруючих людей.

Глобальні тренди благодійності також підтверджують цю тенденцію. У Європі 60% тих, хто жертвували для неурядових організацій, робили це у відповідь на пандемію COVID-19. Про це свідчить звіт "Глобальні тренди в благодійності 2020" (The 2020 Global Trends in Giving Report) — дворічний дослідницький проект, що має на меті краще зрозуміти, як донори та

благодійники беруть участь у благодійних та волонтерських справах. Примітно, що європейці довіряють громадським організаціям: 98% донорів вважають, що неурядові організації (НУО) є необхідними для створення соціальних змін, а 91% заявляють, що НУО є етичними і їм можна довіряти [31, с. 201].

У багатьох країнах світу система соціальних правил і законодавства побудована таким чином, що будь-який член суспільства може користуватися соціальними ресурсами лише за умови своєї особистої участі у волонтерській діяльності. Це означає, що отримання освіти, державної підтримки у вигляді допомог, можливість працевлаштування та інші соціальні блага можливі тільки для тих, хто залучений до волонтерства. Такі правила часто закріплені в законодавчих актах і пов'язані з певними соціальними нормами.

Основною суттю формування волонтерства як соціальної норми є особистий вибір людини. Кожен має право вирішувати, чи брати участь у волонтерській діяльності, і чи приймати соціальні норми та "правила гри", що пропонуються суспільством, державою або місцевою громадою. Це підхід, який підтримує ідею добровільності та особистої відповідальності.

У країнах пострадянського простору ситуація дещо інша. Протягом тривалого часу ідеологія цих держав базувалася на важливості соціально значущої діяльності, однак така діяльність часто носила добровільно-примусовий характер. Це означає, що участь у таких акціях була формально добровільною, але фактично очікувалася від кожного, без належної підтримки культурними або історичними традиціями. Цей підхід призвів до негативного сприйняття волонтерства і сформував ментальність "пострадянської людини", для якої активність та ініціативи окремих громадян не мали великого значення.

У деяких країнах, таких як Велика Британія, існує давня традиція волонтерства. Тут волонтерська діяльність глибоко вкорінена в суспільстві, і сектор волонтерства є добре розвиненим. Британці з дитинства залучаються до різних форм громадської діяльності, і волонтерство є невід'ємною частиною їхнього життя.

На противагу цьому, у пострадянських країнах, таких як Болгарія, Словаччина та Румунія, волонтерство перебуває на етапі становлення. Ці країни

поступово інтегрують практики волонтерства у свої суспільства, намагаючись подолати спадок радянської епохи, коли громадська діяльність часто нав'язувалася і не сприймалася як щось позитивне. Сучасні тенденції спрямовані на зміну цього підходу, поширення ідеї добровільності та громадянської активності.

Наприклад, у Болгарії активно розвиваються програми волонтерства серед молоді, де участь у соціальних проектах стає дедалі популярнішою. У Словаччині впроваджуються ініціативи, спрямовані на розвиток місцевих громад через волонтерську діяльність. У Румунії підвищується рівень обізнаності про важливість волонтерства, і все більше людей залучаються до соціальних проектів.

Таким чином, можна спостерігати, як різні країни, залежно від їхніх історичних, культурних та соціальних особливостей, по-різному підходять до розвитку волонтерства. У країнах з давніми традиціями громадської діяльності волонтерство є природною частиною життя, тоді як у пострадянських державах цей процес вимагає більшої підтримки та заохочення, щоб подолати негативні стереотипи минулого і сформувані нові, позитивні уявлення про громадянську активність.

Волонтерство засноване на добрій волі та бажанні допомогти. Це не лише звичайна допомога, а й вияв емпатії, співпереживання та прагнення зробити світ кращим.

Волонтерство - це добровільна, безоплатна, соціально спрямована, неприбуткова діяльність, що здійснюється волонтерами та волонтерськими організаціями шляхом надання волонтерської допомоги [14, 41].

Волонтерська діяльність є важливою складовою функціонування громадянського суспільства [18]. Вона сприяє зміцненню соціальної згуртованості, підвищенню громадянської активності, формуванню соціальної відповідальності.

Волонтерська діяльність може мати різноманітний характер. Вона може бути спрямована на допомогу людям, які потребують підтримки, на захист навколишнього середовища, на розвиток культури та освіти, на підтримку соціальних ініціатив тощо.

Волонтери - це люди, які займаються волонтерською діяльністю. Вони можуть бути будь-якого віку, статі, соціального статусу, професії. Волонтерами можуть бути як окремі особи, так і групи людей.

Поняття "волонтерська діяльність" або "волонтерство" використовується в українській науковій літературі з 1990-х років ХХ століття. Раніше цього періоду відсутність цього терміну в попередніх соціологічних та філософських словниках.

У соціологічному словнику С. А. Купрієнка, опублікованому у 2015 році, "волонтерство" тлумачиться як "добровільне виконання обов'язків з надання соціальної допомоги, послуг, добровільного патронажу над інвалідами, хворими і літніми людьми, а також соціальними групами населення, що опинилися в складних життєвих умовах" [29, с. 112].

У тлумачному словнику-мінімумі з соціальної педагогіки та соціальної роботи "волонтерський рух" визначається як "доброчинна діяльність, що здійснюється фізичними особами на засадах неприбуткової діяльності, без заробітної плати, без просування по службі, заради добробуту та процвітання спільнот і суспільства в цілому".

У словнику з соціальної роботи "волонтерство" визначається як "добровільне прийняття обов'язків з надання безоплатної соціальної допомоги, послуг, патронажу над інвалідами, хворими та літніми людьми, а також особами і соціальними групами, які опинилися в складній життєвій ситуації".

Волонтерська діяльність, як соціальний феномен, досліджується в українській та зарубіжній науковій спільноті. Визначення цього терміну включає в себе різні аспекти. Наприклад, за В. В. Вашковичем, це "специфічна форма благодійництва, добровільна, безоплатна діяльність, яка характеризується вчиненням активних дій суб'єктом надання волонтерської допомоги на користь отримувача волонтерської допомоги з метою покращення його стану".

Волонтерська діяльність є важливим аспектом соціального життя, і різні дослідники розуміють її різними способами. Наприклад, за В. О.

Болотовою, Н. О. Ляшенко та Т. М. Байдак, волонтерство - це "окремий вид соціальної активності, ознаками якого є відсутність винагороди, добровільність, користь від діяльності" [37, с. 141].

Інші дослідники, такі як І. Д. Зверева та К. О. Сидоренко, також розглядають волонтерство як "доброчинну діяльність, що здійснюється фізичними особами на засадах неприбуткової діяльності, без заробітної плати, без просування по службі, заради добробуту та процвітання спільнот і суспільства в цілому" [36, с. 52].

І. Ю. Чайка визначає волонтерство як суспільно корисну діяльність, що не має на меті досягнення інших цілей, окрім суспільного блага. Він підкреслює, що волонтерство не є діяльністю на благо держави, не має політичного забарвлення і базується на загальнолюдських цінностях.

О. О. Проценко розглядає волонтерство як узвичаєні дії людини або групи людей, які мають добровільний, реципрокний характер і спрямовані на вирішення соціальних проблем певних категорій населення. Ця діяльність залежить від соціокультурного контексту конкретного суспільства [39, с. 115].

В. С. Сірко визначає волонтерську діяльність як добровільну, усвідомлену, безкорисливу, цільову, суспільно корисну діяльність суб'єктів щодо надання допомоги на користь отримувача волонтерської допомоги.

Н. І. Грищенко розглядає волонтерство як ефективний спосіб об'єднання зусиль і ресурсів суспільства та держави у вирішенні соціальних завдань, мобілізації громадської ініціативи та соціальної консолідації суспільства. Вона також підкреслює, що волонтерство є методом впливу на підвищення ефективності соціальної політики і досягнення благополуччя суспільства.

У контексті зміни політичних реалій в Україні трактування волонтерства набуває нових рис. Згідно з О. В. Паньковою, О. Ю. Касперович та О. В. Іщенко, волонтерство в Україні на сьогодні розуміють як добровільну діяльність громадян або громадських об'єднань, що пов'язана з наданням допомоги постраждалому від військових конфліктів мирному населенню, переселенцям і військовим [33, с. 113].

У психологічній літературі волонтерство трактується як форма громадської участі в суспільно корисних справах, що сприяє покращенню якості життя і базується на загальнолюдських цінностях. А. Бондаренко та Ю. Вдовцов вбачають у волонтерстві відповідальну участь і практику громадянської солідарності, спрямовану на подолання соціальних нерівностей.

В "Рекомендаціях щодо підтримки волонтерства", прийнятих Генеральною Асамблеєю ООН, термін "волонтерство" розглядається як широкий спектр видів діяльності, що включає традиційні форми взаємодопомоги, офіційне надання послуг та інші форми громадянської участі. Ця діяльність відбувається добровільно для загального громадського блага, при цьому грошова винагорода не є головним мотивуючим фактором.

Стаття 1 Закону України "Про волонтерську діяльність" визначає волонтерську діяльність як добровільну, соціально спрямовану та неприбуткову діяльність, яку здійснюють волонтери шляхом надання волонтерської допомоги. Поняття "волонтер" визначається як фізична особа, яка добровільно здійснює соціально спрямовану неприбуткову діяльність шляхом надання волонтерської допомоги.

Волонтерська діяльність має ряд переваг як для суспільства, так і для самих волонтерів.

Для суспільства волонтерська діяльність має такі переваги:

- 1) Вона сприяє вирішенню соціальних проблем;
- 2) Вона сприяє розвитку громадянського суспільства;
- 3) Вона сприяє вихованню соціальної відповідальності.

Для волонтерів волонтерська діяльність має такі переваги [26]:

- 4) Вона дозволяє реалізувати свої цінності та інтереси;
- 5) Вона дозволяє набути нових навичок та досвіду;
- 6) Вона дозволяє відчувати себе корисним та потрібним.

Волонтерська діяльність відображає найкращі людські якості - бажання допомогти та співпереживання. Люди, які обирають шлях волонтерства, присвячують свій час ініціативам, які мають велике соціальне значення.

Серед таких справ - надання допомоги людям з інвалідністю. Волонтери заслуговують на велику повагу, оскільки вони витрачають свій час та енергію на допомогу тим, хто найбільше цього потребує, надаючи підтримку та відчуття спільності [1]. Усі ці сфери волонтерської діяльності є важливими для суспільства. Волонтерство не лише збагачує тих, кому надають допомогу, а й розширює горизонти та збагачує життя самого волонтера.

Волонтерська діяльність - це добровільна, безоплатна, соціально спрямована, неприбуткова діяльність, що здійснюється волонтерами та волонтерськими організаціями шляхом надання волонтерської допомоги.

Ознаки волонтерської діяльності можна поділити на загальні та спеціальні.

До загальних ознак волонтерської діяльності слід віднести [14,42] :

1) Добровільність. Волонтерська діяльність здійснюється на добровільній основі, тобто волонтери самі вирішують, чи брати участь у ній, і скільки часу і сил їм на це віддати.

2) Безоплатність. Волонтерська діяльність здійснюється безоплатно, тобто волонтери не отримують за неї винагороди.

3) Неприбутковість. Волонтерська діяльність здійснюється в неприбуткових цілях, тобто не для отримання прибутку.

4) До спеціальних ознак волонтерської діяльності слід віднести [14, 42]:

5) Соціальна спрямованість. Волонтерська діяльність спрямована на вирішення соціальних проблем, допомогу людям, які потребують підтримки.

6) Індивідуальний характер. Волонтерська діяльність може здійснюватися як індивідуально, так і в рамках волонтерської організації.

7) Відповідальність. Волонтери несуть відповідальність за свою діяльність і за наслідки своєї діяльності.

Ознаки волонтерської діяльності є важливими для розуміння сутності волонтерства та його відмінності від інших видів діяльності. Вони

допомагають визначити, чи є певна діяльність волонтерською.

Важливо зазначити, що перелік ознак волонтерської діяльності є невичерпним і може бути розширений. Наприклад, до ознак волонтерської діяльності можна віднести також:

8) Цивільну активність. Волонтерська діяльність є формою громадянської активності, тобто вона сприяє розвитку громадянського суспільства.

9) Людський капітал. Волонтерська діяльність дозволяє волонтерам набути нових навичок та досвіду, що є вкладом у їхній людський капітал.

10) Цінності. Волонтерська діяльність дозволяє волонтерам реалізувати свої цінності та переконання.

Волонтерська діяльність є важливою складовою функціонування громадянського суспільства. Вона має позитивний вплив на суспільство, сприяючи вирішенню соціальних проблем, розвитку громадянської активності та формування соціальної відповідальності.

Термін "волонтер" почали використовувати наприкінці XVIII ст. у Франції. У 1792 р. під час Великої французької революції було розпущено королівську армію, але коли до кордонів країни підійшли австрійські війська, Франції терміново знадобився захист, і тоді селяни, робітники та ремісники почали добровільно записуватися до національної гвардії. Їх називали волонтерами.

Волонтерство, що спочатку було пов'язане з військовими справами та романтичним прагненням молоді за кордон, з часом перетворилося на соціальний рух, що охопив різні сфери життя. З'явлення Червоного Хреста в 1859 році, започаткованого Анрі Дюманом, відкрило шлях для розвитку волонтерства як добровільної, неоплачуваної діяльності, спрямованої на допомогу іншим. Волонтерство перейшло з військової сфери в соціальне середовище, де люди віддавали свій час і енергію для благодійних, медичних, культурних та інших корисних справ [3].

Історія руху волонтерів показує, як цей рух розвивався в різних країнах.

Від «дружніх візитерів» та сестер милосердя у Західній Європі до створення міжнародних робочих таборів у 20-ті роки ХХ століття, волонтерство зазнавало постійного розвитку та розширення сфери своєї діяльності.

У 1920-ті роки виник перший волонтерський загін у Франції, де французька та німецька молодь спільно відновлювала зруйновані наслідки Першої світової війни. Цей досвід був початком створення Міжнародної громадської служби, спрямованої на гуманітарну допомогу [23, 151-152].

З часом волонтерство стало глобальним явищем, охопивши різні куточки світу. У США, Франції, Ізраїлі та інших країнах волонтерські рухи набули значного розмаху та впливу. Україна також не залишилася осторонь цього руху, спираючись на свою давню традицію співчуття та допомоги.

Завдяки різноманітним програмам, які розвивалися у 90-ті та пізніше, в Україні волонтерство стало важливим елементом громадського життя.

Урядові та громадські структури спільно забезпечують підтримку цьому руху, щоб сприяти розвитку громадянського суспільства [23, 152].

Міжнародні організації також звертають увагу на важливість волонтерського руху, що стало об'єктом підтримки та розвитку. Рік 2001, який ООН проголосила Міжнародним роком волонтерів, став важливим кроком у підтримці та визнанні внеску волонтерів у суспільство [23, 153-154].

Ці розвитки свідчать про те, як волонтерство стало важливим компонентом сучасного світу, сприяючи розвитку громадянського суспільства та взаєморозуміння між країнами.

Волонтерство - це добровільна, безоплатна, соціально спрямована діяльність, що здійснюється громадянами за власним бажанням і на власний розсуд [4]. Воно є важливим чинником розвитку суспільства, сприяє зміцненню соціальної згуртованості, підвищенню громадянської активності, формуванню соціальної відповідальності.

Волонтерство в Україні та світі набирає популярності з року в рік. На це є ряд причин, зокрема:

- 1) Зростання громадянської активності населення. Люди все більше усвідомлюють свою роль у суспільстві та прагнуть брати участь

у його житті. Волонтерство є одним із способів реалізації цієї участі.

2) Покращення економічної ситуації. Коли люди мають більше грошей, вони можуть дозволити собі витратити час на волонтерську діяльність.

3) Зростання усвідомлення важливості волонтерства як суспільно- значущої діяльності. Завдяки інформаційним кампаніям та освітнім програмам люди дізнаються більше про волонтерство та його значення [38, с. 191].

В Україні популяризація волонтерства пов'язана також з такими факторами, як:

- Війна на Донбасі та повномасштабне вторгнення. Військовий конфлікт на Донбасі та повномасштабне вторгнення призвели до виникнення великої кількості переселенців і людей, які потребують допомоги. Волонтерство є важливим способом надання допомоги цим людям.

- Євроінтеграція. Україна прагне долучитися до Європейського Союзу, а одним із критеріїв членства є розвиток громадянського суспільства.

Волонтерство є важливою складовою функціонування громадянського суспільства. Воно має позитивний вплив на суспільство, сприяючи його розвитку. Волонтерство є однією з найважливіших форм громадської активності та соціальної взаємодії в сучасному суспільстві. Відповідно до законодавства, волонтерська діяльність заснована на низці важливих принципів, що гарантують етичність, законність та безкорисливість цього виду громадської праці.

Перший та фундаментальний принцип волонтерства – законність. Всі дії волонтерів повинні відбуватися в межах чинного законодавства та відповідати його вимогам. Волонтерські організації та їх учасники зобов'язані дотримуватися норм правових актів, що регулюють цю сферу [14, 43].

Гуманності та соціальної відповідальності є ще одними з важливих аспектів волонтерства. Добровольці присвячують свій час та зусилля для допомоги іншим, сприяючи розвитку громадянського суспільства, підтримці вразливих груп та сприяючи соціальній інтеграції [14, 43].

Рівність та безкорисливість також є ключовими принципами волонтерства. У цьому контексті важливо, щоб волонтери мали рівні можливості для участі в різних програмах та проектах, незалежно від статусу, релігії чи політичних переконань. Волонтерська діяльність має бути безкорисливою, не ставлячи перед собою завдання отримання матеріальної вигоди чи особистого збагачення [14, 43].

Добровільність та безоплатність волонтерської діяльності становлять основу її існування. Волонтери діють за власним бажанням і не отримують матеріальну винагороду за свою працю. Це забезпечує чесність, безкорисливість та неприбутковість цього виду громадської діяльності [14, 43].

У підсумку, волонтерство ґрунтується на ряді важливих принципів, що забезпечують його етичність, законність та соціальну корисність. Враховуючи ці принципи, волонтери сприяють розвитку суспільства та формуванню культури безпереможних цінностей громадянства.

Соціально-психологічні теорії волонтерської діяльності досліджують мотиви та фактори, які спонукають людей до волонтерської діяльності. Вони розглядають волонтерство як соціальний феномен, який має свої психологічні основи.

Однією з найвідоміших соціально-психологічних теорій волонтерської діяльності є теорія соціальних потреб [24]. Ця теорія стверджує, що люди беруть участь у волонтерській діяльності, щоб задовольнити свої соціальні потреби, такі як потреба в приналежності, потреба в любові, потреба в самореалізації.

Інша важлива соціально-психологічна теорія волонтерської діяльності - це теорія соціальної відповідальності [17]. Ця теорія стверджує, що люди беруть участь у волонтерській діяльності, щоб виконати свій соціальний обов'язок. Вони вважають, що мають допомагати іншим людям і робити внесок у розвиток суспільства.

Також існує ряд інших соціально-психологічних теорій волонтерської діяльності, які розглядають різні мотиви та фактори, які спонукають людей до волонтерської діяльності. Наприклад, такі теорії, як:

- Теорія особистих цінностей
- Теорія соціальних ролей
- Теорія особистісного зростання
- Теорія когнітивної оцінки

Соціально-психологічні теорії волонтерської діяльності допомагають нам краще зрозуміти, чому люди беруть участь у волонтерській діяльності. Вони також можуть бути використані для розробки ефективних програм волонтерства, які будуть залучати більше людей до волонтерської діяльності.

Також, вони допомагають нам краще зрозуміти мотиви та фактори, які

спонукають людей до волонтерської діяльності. Це, в свою чергу, дозволяє розробляти ефективні програми волонтерства, які будуть залучати більше людей до волонтерської діяльності.

Наприклад, теорія соціальних потреб свідчить, що люди беруть участь у волонтерській діяльності, щоб задовольнити свої соціальні потреби, такі як потреба в приналежності, потреба в любові, потреба в самореалізації. Ця теорія може бути використана для розробки програм волонтерства, які будуть задовольняти ці потреби. Наприклад, програми волонтерства, які дозволяють людям спілкуватися з іншими людьми, можуть задовольняти потребу в приналежності. Програми волонтерства, які дозволяють людям допомагати іншим людям, можуть задовольняти потребу в любові. Програми волонтерства, які дозволяють людям розвивати свої навички та таланти, можуть задовольняти потребу в самореалізації [37, с. 217].

Теорія соціальної відповідальності також має значний вплив на розвиток волонтерства. Ця теорія свідчить, що люди беруть участь у волонтерській діяльності, щоб виконати свій соціальний обов'язок. Ця теорія може бути використана для розробки програм волонтерства, які будуть підкреслювати соціальний внесок волонтерської діяльності. Наприклад, програми волонтерства, які спрямовані на вирішення соціальних проблем, можуть підкреслювати, що волонтерська діяльність допомагає зробити світ кращим місцем.

Волонтерська діяльність - це добровільна, безоплатна діяльність, спрямована на реалізацію суспільно значимих цілей. Вона може мати різні форми і напрямки, залежно від інтересів та можливостей волонтерів.

Основними видами волонтерської діяльності є:

1. Гуманітарна діяльність спрямована на допомогу людям, які опинилися в складних життєвих обставинах. Це може бути допомога постраждалим від стихійних лих, воєнних дій, бідності, хвороб тощо [8].

2. Екологічна діяльність спрямована на захист навколишнього середовища. Це може бути очищення територій від сміття, посадка дерев, проведення освітніх заходів тощо [8].
3. Культурна діяльність спрямована на збереження та розвиток культури. Це може бути робота в музеях, бібліотеках, театрах, участь у культурних заходах тощо.
4. Допомога дітям спрямована на підтримку дітей, які потребують допомоги. Це може бути робота в дитячих будинках, центрах реабілітації, проведення освітніх заходів тощо.
5. Рятування тварин спрямована на захист тварин. Це може бути робота в притулках для тварин, проведення освітніх заходів тощо.
6. Освітні проекти спрямовані на поширення знань і підвищення рівня освіти. Це може бути проведення навчальних курсів, лекцій, семінарів тощо [8].
7. Допомога військовим спрямована на підтримку військових, які захищають нашу країну. Це може бути робота в волонтерських центрах, забезпечення військових необхідними речами тощо [4]

Громадські організації (ГО) - це неприбуткові організації, які створюються для реалізації суспільно значимих цілей. Вони відіграють важливу роль у розвитку волонтерської діяльності, оскільки надають волонтерам можливості для реалізації своїх інтересів та потенціалу.

Громадські організації в Україні відіграють важливу роль у розвитку суспільства та забезпеченні допомоги людям у складних життєвих обставинах. Однією з таких організацій є проект "Дитинство без війни". Цей проект націлено на евакуацію та підтримку дітей-сиріт з прифронтових територій України. Його головною метою є забезпечення безпеки та здоров'я дітей під час військових конфліктів. За станом на березень 2023 року фонд Руслана Шостака вдалося залучити значні кошти для цієї ініціативи, а також залучити понад 300 волонтерів та амбасадорів. Це стало наймасштабнішою евакуацією

дітей-сиріт з часів Другої світової війни, коли було евакуйовано 1700 дітей та супровідних осіб до Туреччини [11].

"Прихист" - це організація, яка налагоджує соціальну підтримку для інвалідів, людей похилого віку та тих, хто опинився в складних життєвих обставинах. Окрім цього, вона проводить благодійні заходи та акції для допомоги місцевому населенню, забезпечуючи необхідні матеріали та підтримку для дітей, які потребують особливої уваги[9].

"Освіторія" - організація, яка працює над розвитком освіти в Україні. Заснована Василем Хмельницьким та Зоєю Литвин, вона пропонує навчання та розвиток шкільних вчителів та адміністраторів, надає доступ до якісної освіти соціально незахищеним дітям, сиротам та дітям, що проживають на тимчасово окупованих територіях України [19].

Карітас України, яка належить Українській греко-католицькій церкві, надає благодійну допомогу різним категоріям населення, незалежно від їх віровизнання, національності або соціального статусу [13].

Ці ГО реалізують різноманітні волонтерські проекти, спрямовані на допомогу людям, які потребують допомоги, захист навколишнього середовища, розвиток культури, освіти та підтримку військових.

Волонтери діяльність яких спрямована на гуманітарну допомогу, в першу чергу допомагають людям, які опинилися в складних життєвих обставинах[7]. Це може бути допомога постраждалим від стихійних лих, воєнних дій, бідності, хвороб тощо .

Гуманітарні волонтери працюють у різних сферах, зокрема:

1) Допомога постраждалим від стихійних лих. Вони надають допомогу постраждалим від стихійних лих, таких як повені, землетруси, урагани тощо. Вони можуть допомагати з роздачею їжі, води, одягу, медикаментів тощо.

2) Допомога біженцям. Гуманітарні волонтери можуть допомагати біженцям, які були змушені покинути свої домівки через війну, конфлікти чи

інші причини. Вони можуть допомагати з роздачею їжі, води, одягу, медикаментів тощо.

4) Допомога людям з інвалідністю, які потребують допомоги в повсякденному житті. Вони можуть допомагати з доглядом, транспортуванням, освітою тощо.

5) Допомога людям, які живуть у бідності забезпечуючи їх продуктами харчування, одягом, освітою тощо.

Волонтерство в екологічній сфері спрямоване на захист навколишнього середовища[8]. Це може бути очищення територій від сміття, посадка дерев, проведення освітніх заходів тощо. Екологічні волонтери працюють у різних сферах, зокрема[28]:

1. Допомога з очищенням територій від сміття, зокрема збір сміття на пляжах, у парках, лісах тощо.
2. Допомога з посадкою дерев, щоб відновити ліси, які були знищені через пожежі, вирубування тощо.
3. Проведення освітніх заходів, щоб підвищити рівень обізнаності про екологічні проблеми та необхідність їх вирішення.

Культурна волонтерська діяльність спрямована на збереження та розвиток культури[5]. Це може бути робота в музеях, бібліотеках, театрах, участь у культурних заходах тощо.

Культурні волонтери працюють у різних сферах, зокрема[5]:

- Допомога в музеях з експозиціями , проведенням екскурсій, тощо.
- Робота в бібліотеках, допомагаючи з обслуговуванням читачів, проведенням заходів, тощо.
- Беруть участь у культурних заходах, таких як концерти, фестивалі, виставки, тощо.

Допомога дітям спрямована на підтримку дітей, які потребують допомоги

Волонтери, які допомагають дітям, працюють у різних сферах, зокрема [10]:

- Робота в дитячих будинках
- Робота в центрах реабілітації
- Проведення освітніх заходів

Ще одним важливим напрямом волонтерської діяльності є рятування тварин [20].

Волонтери, які допомагають тваринам, працюють у різних сферах, можуть працювати в притулках для тварин, допомагаючи з доглядом за тваринами, їх усиновленням тощо.

Освітні проекти є ще одним з напрямів волонтерської діяльності. Робота у цьому напрямі спрямована на поширення знань і підвищення рівня освіти [8].

Освітні проекти можуть мати різні форми, наприклад:

- Навчання - проведення навчальних курсів, лекцій, семінарів, тренінгів тощо.
- Розвиток - проведення освітніх заходів, таких як конкурси, олімпіади, фестивалі тощо.
- Інформація - створення та поширення освітніх матеріалів, таких як книги, статті, відео тощо.

Освітні проекти можуть реалізовуватися за участю різних організацій, таких як громадські організації, освітні установи, державні органи тощо.

Одним з найважливіших та найактуальніших, на даний момент, є волонтерство у сфері військової допомоги. Вона спрямована на підтримку військових, які захищають нашу країну від російської агресії [4]. Ця діяльність має різний характер, наприклад:

- Робота в волонтерських центрах - волонтери можуть допомагати з доставкою гуманітарної допомоги, приготуванням їжі, наданням медичної допомоги тощо.

- Забезпечення військових необхідними речами - волонтери можуть збирати та передавати військовим необхідні речі, такі як одяг, взуття, продукти харчування, медикаменти тощо.

- Психологічна підтримка військових - волонтери можуть надавати військовим психологічну підтримку, допомагаючи їм впоратися зі стресом та травматичними досвідами.

Приклади допомоги військовим [4]:

- Волонтери доставляють гуманітарну допомогу в зону бойових дій
- Волонтери готують їжу для військових
- Волонтери надають медичну допомогу військовим

Волонтерська діяльність в цій сфері є дуже важливою, оскільки вона допомагає військовим в їхній нелегкій справі захисту України.

За даними дослідження, проведеного у 2023 році, найактуальнішими та найпопулярнішими видами волонтерства в Україні є :

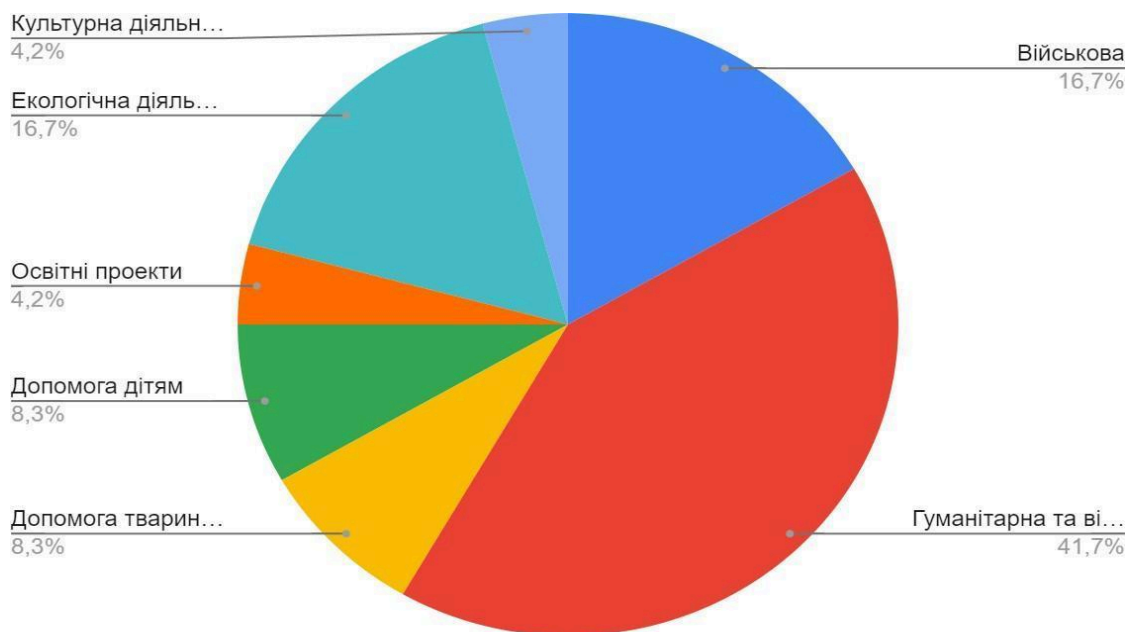


Рис.1 Розподіл найпопулярніших видів волонтерства в Україні на 2023 рік

Найактуальнішими та найпопулярнішими видами волонтерства у світі є:

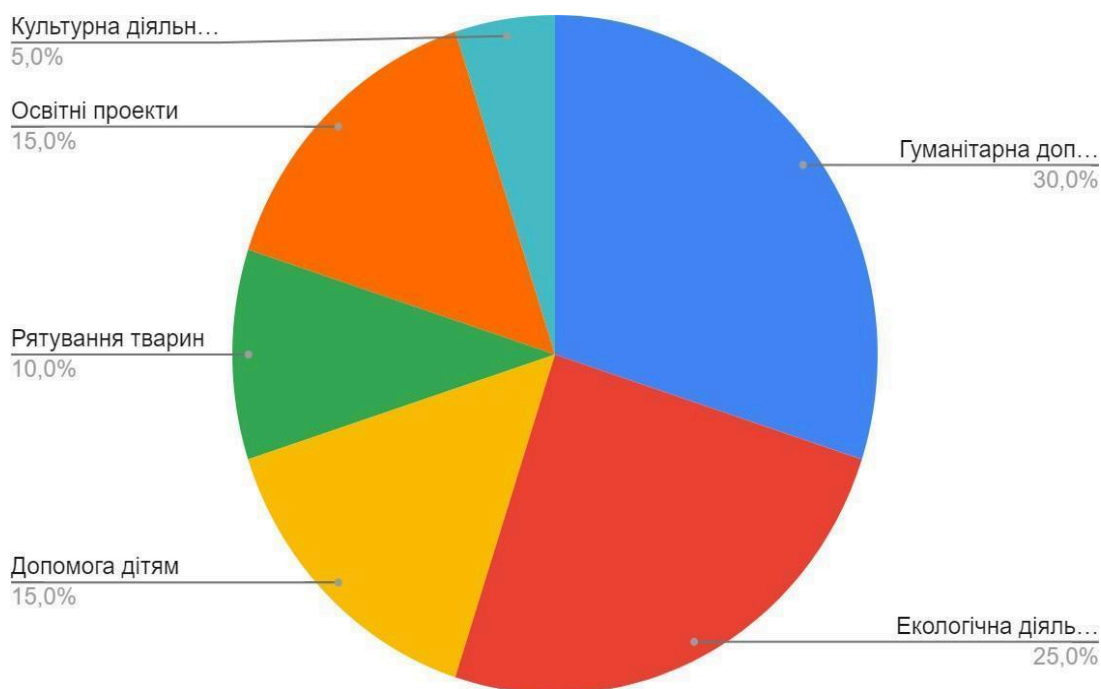


Рис.1 | Розподіл найпопулярніших видів волонтерства в світі на 2023 рік

Як видно з даних, в Україні та у світі найактуальнішими та найпопулярнішими видами волонтерства є ті, які спрямовані на вирішення актуальних соціальних проблем, таких як гуманітарна криза, екологічні проблеми, бідність, хвороби тощо. Гуманітарна діяльність є найбільш популярним видом волонтерства в обох країнах, оскільки вона спрямована на допомогу людям, які опинилися в складних життєвих обставинах. Екологічна діяльність також є популярним видом волонтерства, оскільки вона спрямована на вирішення важливих екологічних проблем.

У порівнянні зі світом, в Україні більш популярним видом волонтерства є військова діяльність. Це пов'язано з тим, що Україна зараз перебуває у стані війни, і волонтери можуть допомогти військовим у їхній нелегкій справі захисту країни. Також в Україні дещо менш популярним є рятування тварин, ніж у світі. Це може бути пов'язано з тим, що в Україні є менша кількість притулків для тварин, ніж у світі.

Очікується, що в майбутньому найактуальнішими та найпопулярнішими видами волонтерства будуть ті, які будуть спрямовані на вирішення глобальних проблем, таких як зміна клімату, бідність та хвороби.

Волонтерство може відігравати важливу роль у вирішенні цих проблем, і воно буде ставати все більш популярним у світі.

Отже, волонтерство - це важливий внесок у розвиток суспільства. Воно допомагає вирішувати соціальні проблеми, захищати права людини, зберігати навколишнє середовище, розвивати культуру та освіту. Тоді як волонтери - це люди, які небайдужі до проблем інших, які хочуть зробити свій внесок у розвиток суспільства. Вони є прикладом для інших, мотивують їх до добрих справ.

1.2. Психологічні мотивації волонтерів: внутрішній та зовнішній стимули

Поняття мотивації є ключовим у розумінні людської поведінки та функціонування психіки. Мотивація визначає сукупність психологічних процесів, спрямованих на керування людською поведінкою. Ці процеси становлять основу активності особистості та формують траєкторію її життя. Кожна людина є істотою, що завжди щось бажає, але рідко досягає повного задоволення усіх своїх потреб.

Основу мотиваційної сфери особистості складають потреби – динамічно-активні стани, що виражають залежність особистості від конкретних умов і породжують активність для їх задоволення. Потреба, опосередкована мотиваційним процесом, перетворюється на мотив поведінки. Важливим етапом є усвідомлення потреби та прийняття рішення щодо задоволення чи невдоволення нею в конкретних умовах.

Інтереси, прагнення, переконання та установки – це форми реалізації мотивації. Інтереси визначаються пізнавальними потребами, що викликають емоційний відгук до об'єкта. Вони можуть бути широкими, глибокими та стійкими, відображаючи значущість для особистості різних сфер дійсності. Прагнення – це мотиви, пов'язані з організованою діяльністю та мають чітку спрямованість до досягнення цілей [19, с. 121].

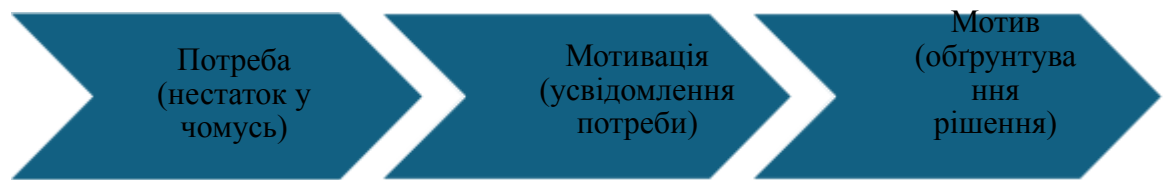


Рис.1.2. Схема переходу потреби в мотив

Волонтерська діяльність, яка передбачає добровільну участь людей у соціальних, гуманітарних чи екологічних ініціативах без матеріальної винагороди, може бути обумовлена різними психологічними мотивами та потребами. Спираючись на наведену вище інформацію, розглянемо, які потреби можуть спонукати людей до волонтерської діяльності [22] :

1. Соціальна потреба та спрямованість на взаємодію;
2. Ділова спрямованість та потреба в досягненні;
3. Потреба у саморозвитку та здобутті нових навичок;
4. Емоційна потреба та задоволення;
5. Спрямованість на себе та потреба в особистому зростанні.

Загалом, волонтерська діяльність виступає як комплексне втілення різноманітних психологічних потреб, включаючи соціальні, емоційні, самореалізаційні та інші аспекти, які додають глибину і мотивацію цьому виду добровільної діяльності.

Волонтерство є одним з проявів громадянської активності та соціальної відповідальності, який має велике значення для розвитку суспільства. Волонтери добровільно віддають свій час, сили, знання та досвід для надання безоплатної допомоги тим, хто її потребує, а також для вирішення різних проблем у сферах охорони здоров'я, освіти, екології, культури, прав людини та інших.

Динаміка волонтерства в залежності від ситуації у світі може бути різною. З одного боку, в умовах кризи, конфлікту, катастрофи або агресії

волонтерський рух набуває особливої актуальності, адже він здатний надати оперативну, ефективну та адресну допомогу постраждалим, зняти соціальну напругу, посилити солідарність та співпрацю між людьми. Так, наприклад, під час Революції Гідності та зовнішньої агресії проти України волонтерський рух виявив вражаючу здатність до консолідації та мобілізації, взявши на себе вирішення найбільш гострих та невідкладних проблем, з якими українська спільнота не стикалася від часів здобуття державної незалежності.

В Україні волонтерський рух має довгу історію, але найбільшого розквіту досяг у 2014 році, коли він став одним з головних факторів успіху Революції Гідності і оборони державності в умовах російської агресії.

Волонтери надавали безцінну допомогу українській армії, яка зазнала років занепаду і не мала достатнього спорядження, медикаментів, харчування.

Волонтери також допомагали вимушеним переселенцям з окупованих територій, реабілітували поранених бійців, займались просвітницькою та культурною роботою.

За даними дослідження GfK Ukraine, у 2014 році 23% українців мали досвід волонтерства, із них 9% почали займатись волонтерством протягом останнього року. Основним напрямом діяльності волонтерів у 2014 році стала допомога українській армії та пораненим – цим займались 70% волонтерів.

Українці визнають велику роль волонтерського руху в суспільних процесах: 62% визнають роль волонтерів у політичних змінах останнього року, 85% вважають, що волонтерський рух допомагає зміцненню миру, а 81% схильні вважати волонтерський рух обов'язковою складовою громадянського суспільства [27].

Волонтерство в Україні є унікальним явищем, яке об'єднало суспільство, створило дієву структуру громадських організацій, груп людей, готових взяти на себе вирішення найбільш нагальних і болючих проблем

держави. Волонтерство є свідченням високого рівня громадянської свідомості, патріотизму, альтруїзму, самоорганізації українців. Волонтерство є силою, яка здатна змінити Україну на краще.

В Україні волонтерство стало масовим явищем після початку війни на сході країни в 2022 році. За даними дослідження Zagoryu Foundation та агенції «Соціоінформ», 33% українців долучилися до волонтерської діяльності з 24 лютого 2022 року. Це в 6 разів більше, ніж у 2021 році, коли волонтерили лише 5% українців. Волонтери допомагали як армії, так і іншим бенефіціарам, таким як вимушені переселенці, діти, літні, хворі тощо. Волонтери займалися різними видами діяльності, такими як фізична робота, організація гуманітарної допомоги, інформаційна підтримка, кіберволонтерство тощо [12].

Волонтерство, як форма громадянської активності, вимагає від особистості не тільки вищого рівня соціальної відповідальності, але й наявності мотивації, що визначає напрямок та інтенсивність волонтерської діяльності. За аналізом мотивуючих факторів, які визначають активність волонтерських груп, можна виділити три основні групи: потреби та інстинкти, мотиви як причини вибору спрямованості поведінки, а також емоційні прояви та установки у поведінці суб'єкта.

Мотивуючі фактори в організації волонтерських груп [16]:

Перша група мотивуючих факторів визначає, чому організм взагалі приходить у стан активності. Волонтерство може впливати з основних людських потреб, таких як потреба в соціальній взаємодії, самореалізації чи розвитку особистості. Також, волонтерська діяльність може визначатися природженими інстинктами, такими як інстинкт допомоги або інстинкт соціальної приналежності.

Друга група мотивів визначає причини, які впливають на вибір конкретної спрямованості поведінки. У волонтерському контексті це може бути пов'язано з обраною сферою допомоги – чи це медична допомога, освітній сектор чи екологічні проекти. Мотивація може виникнути з бажання

змінити світ навколо себе, сприяти соціальній справедливості чи взяти участь у розв'язанні конкретних проблем громади.

Третя група факторів, яка стосується емоцій та установок, важлива у волонтерській діяльності. Волонтерство може бути виразом прагнень, бажань та особистісних цінностей. Суб'єктивні переживання від волонтерства можуть

бути ключовим фактором для подальшого заангажування та участі в громадській діяльності.

Щодо організації волонтерських груп, особливий інтерес викликає друга група факторів, які визначають мотиви поведінки. Необхідно створити умови, які стимулюють волонтерів та враховують їхні індивідуальні мотивації. Розробка чіткої стратегії, спрямованої на визначення цілей та завдань, а також надання можливостей для самореалізації волонтерів, є ключовим елементом успішної організації волонтерських груп.

У підсумку, розуміння та врахування різноманітності мотивуючих факторів є важливим елементом управління та організації волонтерських груп. Забезпечення належних умов для задоволення різних мотиваційних потреб допомагатиме зберігати волонтерську активність та розвивати позитивний вплив на громадське життя.

Волонтерство, як форма громадянської активності, залежить від внутрішніх чинників, які визначають мотивацію особистості. Зокрема, важливу роль відіграють потреба у спілкуванні, прагнення до позитивних емоцій, соціальна відповідальність та самореалізація, що віддзеркалені у ієрархії потреб за Абрахамом Маслоу.

Арістотель вважав, що людина – соціальна істота, і це підтверджується потребою у спілкуванні, яка визначає волонтерську активність. У світі, де технології зближують нас, але водночас віддаляють від особистого контакту, бажання взаємодіяти та допомагати іншим стає ключовим чинником волонтерського вибору [15].

Однак, враховуючи ієрархію потреб Маслоу, волонтерську діяльність

можна розглядати через призму різних рівнів мотивації. На першому рівні – задоволення фізичних потреб. Волонтер може вибрати роботу, що пов'язана з приготуванням їжі, роздачею одягу або спортивними заходами на свіжому повітрі [16].

Другий рівень – безпека та гарантії. Це може включати роботу у колективі для розширення соціального спілкування, спільну діяльність з правозахисними організаціями, або отримання нових навичок та знань для подальшого працевлаштування.

Третій рівень – соціальні потреби. Організація та участь у соціальних заходах, адміністративна або менеджерська робота, робота у групі з різними соціальними категоріями.

На останньому рівні – самореалізація та престиж. Волонтер може представляти інтереси організації, керувати групою чи отримати престижну посаду.

Згідно із запропонованою ієрархією, важливо створити умови для волонтерів, які відповідають їхнім особистим мотиваціям. Наприклад, надавати різноманітні можливості для задоволення фізичних, соціальних та емоційних потреб. Це не лише стимулює волонтерську активність, але й сприяє їхньому особистісному зростанню та задоволенню від допомоги іншим. Внутрішні чинники волонтерської діяльності є ключовими для будівництва стійкого та ефективного громадського сектору.



Рис.1 3 Ієрархія мотивів (А. Маслоу)

Волонтерство, як прояв громадянської активності, залежить не лише від внутрішніх мотивів, а й від різноманітних зовнішніх чинників, які формують навколишнє середовище та стимулюють людей приєднатися до волонтерського руху.

Один із важливих зовнішніх чинників – це реклама та пропаганда. Сучасний світ невпинно просувається, і використання рекламних кампаній може визначати рішучий вплив на рівень волонтерської активності. Волонтери можуть бути мобілізовані за допомогою масштабних інформаційних кампаній під час кризових ситуацій, таких як війни або природні катастрофи [2].

Бажання отримати вигоду – ще один зовнішній чинник, що може стимулювати волонтерську. Прикладом може служити надання певних «плюшок» волонтерам, таких як безкоштовне навчання, пропуски на культурні події чи інші матеріальні вигоди [2].

Зовнішні чинники створюються також реакцією на події. Історія свідчить про те, як після викликів, таких як війни або екологічні кризи, люди об'єднуються для надання допомоги. Україна, наприклад, пережила моменти, коли громадяни об'єднувалися у волонтерські групи для допомоги на фронті та підтримки військових.

Середовище волонтера складається з різних факторів, включаючи сім'ю, друзів і колег. Важливою роллю в цьому контексті відіграє психологічний клімат в установі та ставлення керівництва та штатних працівників до волонтерів. Якщо волонтери відчують підтримку та визнання, це може позитивно впливати на їхню мотивацію [2].

Організаційні фактори також важливі. Наявність навчальних програм, заохочень, корпоративних заходів для волонтерів створює структуровані умови для ефективної діяльності. Успішна взаємодія з організацією може сприяти волонтерському руху, забезпечуючи відчуття задоволення та власного внеску в громадське життя. [2].

Взаємозв'язок між внутрішніми та зовнішніми мотиваціями волонтерів

можна розглядати як взаємодоповнюючий та взаємопідсилюючий. З одного боку, внутрішні мотивації визначають вибір волонтера, його цілі, інтереси, цінності, емоції та прагнення. Вони є основою волонтерської активності, яка не залежить від зовнішніх обставин. З іншого боку, зовнішні мотивації впливають на рівень волонтерської активності, її тривалість, ефективність, результативність та задоволення. Вони є стимулами та умовами для волонтерської діяльності, яка залежить від навколишнього середовища [2].

1.3. Розвиток особистості через волонтерство: вплив на самооцінку, соціальну адаптацію та інші психологічні аспекти

Волонтерство можна визначити як добровільну, свідому, безкорисливу діяльність, спрямовану на задоволення потреб та інтересів інших людей, груп, організацій, суспільства або довкілля, яка не передбачає отримання матеріальної винагороди або інших особистих вигод. Волонтерство може бути різноманітним за формами, напрямками, тривалістю, інтенсивністю, умовами тощо.

Психологічні наслідки волонтерства для особистості можуть бути різними, але в більшості випадків вони є позитивними. Волонтерство сприяє:

- Підвищенню рівня життєвої задоволеності, психологічного благополуччя, самооцінки, самореалізації, соціальної інтеграції, а також зниженню рівня стресу, депресії, самотності, невпевненості в собі.
- Розвитку різних психологічних якостей та навичок, таких як відповідальність, ініціативність, креативність, лідерство, комунікабельність, емпатія, відкритість, гнучкість, адаптивність, толерантність, кооперативність.
- Формуванню ціннісно-сміслових характеристик особистості, таких як альтруїзм, милосердя, турбота, любов, чуйність, повага, доброта, справедливість, вірність.

Волонтерство має велике значення для соціальної адаптації

особистості, оскільки сприяє розвитку соціальних компетентностей, особистісного зростання, ціннісно-емоційної спрямованості та громадянської активності.

Волонтерство, як прояв громадянської активності, залежить не лише від внутрішніх мотивів, а й від різноманітних зовнішніх чинників, які формують навколишнє середовище та стимулюють людей приєднатися до волонтерського руху.

Один із важливих зовнішніх чинників – це реклама та пропаганда. Сучасний світ невпинно просувається, і використання рекламних кампаній може визначати рішучий вплив на рівень волонтерської активності. Волонтери можуть бути мобілізовані за допомогою масштабних інформаційних кампаній під час кризових ситуацій, таких як війни або природні катастрофи [2].

Бажання отримати вигоду – ще один зовнішній чинник, що може стимулювати волонтерську. Прикладом може служити надання певних «плюшок» волонтерам, таких як безкоштовне навчання, пропуски на культурні події чи інші матеріальні вигоди [2].

Зовнішні чинники створюються також реакцією на події. Історія свідчить про те, як після викликів, таких як війни або екологічні кризи, люди об'єднуються для надання допомоги. Україна, наприклад, пережила моменти, коли громадяни об'єднувалися у волонтерські групи для допомоги на фронті та підтримки військових.

Середовище волонтера складається з різних факторів, включаючи сім'ю, друзів і колег. Важливою роллю в цьому контексті відіграє психологічний клімат в установі та ставлення керівництва та штатних працівників до волонтерів. Якщо волонтери відчувають підтримку та визнання, це може позитивно впливати на їхню мотивацію [2].

Організаційні фактори також важливі. Наявність навчальних програм, заохочень, корпоративних заходів для волонтерів створює структуровані умови для ефективної діяльності. Успішна взаємодія з організацією може

сприяти волонтерському руху, забезпечуючи відчуття задоволення та власного внеску в громадське життя. [2].

Взаємозв'язок між внутрішніми та зовнішніми мотиваціями волонтерів можна розглядати як взаємодоповнюючий та взаємопідсилюючий. З одного боку, внутрішні мотивації визначають вибір волонтера, його цілі, інтереси, цінності, емоції та прагнення. Вони є основою волонтерської активності, яка не залежить від зовнішніх обставин. З іншого боку, зовнішні мотивації впливають на рівень волонтерської активності, її тривалість, ефективність, результативність та задоволення. Вони є стимулами та умовами для волонтерської діяльності, яка залежить від навколишнього середовища [2].

Волонтерська діяльність є потужним засобом розвитку особистості, що позитивно впливає на різні аспекти психологічного благополуччя. Вона створює унікальні можливості для підвищення самооцінки, покращення соціальної адаптації та розвитку інших психологічних якостей, що сприяють всебічному розвитку особистості.

Самооцінка є важливою складовою психологічного благополуччя, яка визначає, наскільки людина відчуває себе цінною і здатною. Волонтерство значною мірою сприяє підвищенню самооцінки через кілька ключових механізмів:

1. Зміцнення почуття власної значущості: Участь у волонтерських проектах дає можливість відчути, що ваші дії мають значення і можуть позитивно впливати на життя інших людей. Це зміцнює відчуття власної важливості та корисності.
2. Отримання визнання і підтримки: Волонтери часто отримують позитивні відгуки і визнання від тих, кому вони допомагають, а також від організацій, у яких вони працюють. Це сприяє формуванню позитивного образу себе.
3. Розвиток нових навичок і знань: Участь у волонтерських проектах часто включає навчання новим навичкам і отримання нових знань, що

може підвищити впевненість у своїх здібностях і сприяти особистісному зростанню.

Соціальна адаптація є процесом інтеграції особистості в соціальне середовище, що включає засвоєння норм і правил поведінки, а також встановлення соціальних зв'язків. Волонтерство сприяє соціальній адаптації через:

1. Розширення соціальних контактів: Волонтерська діяльність надає можливість зустрічати нових людей і встановлювати нові соціальні зв'язки. Це може включати взаємодію з іншими волонтерами, отримувачами допомоги та представниками організацій.

2. Розвиток комунікативних навичок: Волонтерство часто вимагає ефективного спілкування, що сприяє розвитку комунікативних навичок, здатності вирішувати конфлікти та співпрацювати з іншими.

3. Підтримка вразливих груп: Участь у волонтерській діяльності, спрямований на підтримку вразливих груп населення, сприяє формуванню толерантності, емпатії та розуміння різних соціальних і культурних контекстів.

Волонтерська діяльність також впливає на інші важливі психологічні аспекти, такі як:

1. Емоційне благополуччя: Волонтерство може знижувати рівень стресу, тривожності та депресії. Дослідження показують, що регулярна участь у волонтерській діяльності пов'язана з підвищенням рівня щастя і задоволеності життям.

2. Розвиток особистісних якостей: Волонтерство сприяє розвитку таких якостей, як відповідальність, ініціативність, креативність, лідерство, комунікабельність, емпатія, відкритість, гнучкість, адаптивність, толерантність і кооперативність.

3. Формування ціннісно-сміслових характеристик: Участь у волонтерській діяльності сприяє формуванню цінностей, таких як альтруїзм, милосердя, турбота, любов, чуйність, повага, доброта,

справедливість і вірність. Це допомагає особистості знайти сенс у житті та сприяти суспільному благу.

4. Самореалізація: Волонтерство часто дає можливість реалізувати свої здібності, таланти та інтереси. Це сприяє самореалізації та досягненню особистісних цілей, що є важливим елементом психологічного благополуччя.

5. Підвищення соціальної відповідальності: Участь у волонтерській діяльності підвищує рівень соціальної відповідальності, спонукаючи людей до активної участі у вирішенні соціальних проблем та сприяючи розвитку громадянської активності.

6. Особистісне зростання: Волонтерство допомагає долати особистісні межі, розширювати горизонт знань і досвіду, сприяє самопізнанню та формуванню стійкості до життєвих викликів [32, с. 182].

Волонтерство відіграє надзвичайно важливу роль у розвитку суспільства та покращенні життя людей. Воно є основним елементом громадянського суспільства і сприяє створенню більш справедливого та співчутливого світу. Волонтери – це люди, які добровільно надають свій час і зусилля для допомоги іншим членам громади, не очікуючи за це матеріальної винагороди. Вони беруть на себе відповідальність за волонтерську діяльність, прагнуть особистого розвитку, набувають новий досвід та отримують духовне задоволення, яке потім діляться з громадою.

Люди долучаються до волонтерства під впливом норм, цінностей і альтруїстичних мотивів, що спонукають їх до добровільної діяльності. Ці внутрішні психологічні сили мотивують людей докладати зусиль і залучатися до волонтерської роботи.

Кожен волонтер має свої особисті причини для участі в цій діяльності. Наприклад, П. Челладурай зазначає, що волонтери можуть долучатися до волонтерської роботи з різних причин: прагнення до навчання та розвитку, бажання допомогти іншим, розвиток дружніх стосунків, використання існуючих

навичок і набуття нових, отримання досвіду роботи, бажання віддати борг суспільству або ефективно використати вільний час.

Соціологи приділяють велику увагу дослідженню ресурсів, необхідних для волонтерства. Люди, які мають ресурси для волонтерської роботи і знаходяться під впливом структурних факторів, що заохочують волонтерство, більш схильні стати волонтерами. Найвпливовіший психологічний підхід до волонтерства, функціональний підхід, припускає, що люди можуть мати однакові погляди або займатися однаковою діяльністю, хоча ці погляди або діяльність можуть виконувати різні психологічні функції.

Волонтери реалізують спільні цілі волонтерських організацій, покращуючи ситуацію та створюючи так званий «соціальний капітал». Одночасно формується і особистий «соціальний капітал» волонтера, який включає цінності, досвід та навички. Важливо зазначити, що всі волонтерські заходи та проекти одночасно впливають як на особистий, так і на соціальний капітал організації, яка залучає волонтерів, а також на суспільний рівень, що приносить користь усім і має багато переваг.

Соціальний капітал як особистості, так і колективу не може існувати без наявності певних цінностей: особистих, колективних, державних та життєвих. Ці цінності необхідні для повноцінного життя, побудови демократичного суспільства та змістовної життєдіяльності. Однією з цілей виховного процесу є формування і розвиток чітких цінностей. Як зазначає А. він прагне створити систему сутнісних людських цінностей, що є фундаментальними для людського існування і не потребують виправдань. Формування цінностей під час волонтерської діяльності сприяє особистісному зростанню волонтера, покращує умови життя отримувачів волонтерських послуг і призводить до позитивних змін у громаді та суспільстві.

Згодні з дослідниками, що волонтери – це особи, чия діяльність мотивована суспільно-корисним характером. Однак, волонтерство також розглядається як засіб особистісного розвитку, набуття нових знань і навичок. Це двосторонній процес, у якому поліпшується стан життя отримувачів допомоги

(наприклад, дітей-сиріт, людей з інвалідністю, багатодітних сімей, девіантних підлітків, безпритульних осіб, хворих, залежних осіб, людей похилого віку та інших), одночасно впливаючи на волонтерів.

Люди без стійких цінностей часто не справляються з труднощами і навіть із простими обов'язками за винагороду. Імовірність участі в волонтерстві особистості без гуманних цінностей зменшується. Сенсожиттєві цінності є базою для повноцінного суспільства і можуть бути основною мотивацією людини, зокрема, основою волонтерської діяльності. Лідери та представники волонтерства мають постійно підтримувати і розвивати такі цінності серед учасників.

Участь у волонтерській діяльності вимагає наявності у волонтерів таких цінностей-пріоритетів, як доброта, милосердя, турбота, бажання ділитися своїми навичками і вміннями безкорисливо, прагнення віддавати (час, сили, таланти) з метою допомогти іншим і поліпшити ситуацію. У звіті міжнародної організації «Волонтери ООН» зазначається, що терміни, які визначають волонтерство в різних мовах і культурах, відрізняються, але основні цінності – бажання внести свій вклад у загальне благо, свобода, солідарність, відсутність очікування матеріальної винагороди – є загальними і універсальними. Волонтери мотивовані такими цінностями, як справедливість, рівність і свобода (State of the World's Volunteerism Report, 2011). Важливою характеристикою волонтерства, зазначеною у місії організації «Волонтери ООН», є відповідальне ставлення до обов'язків.

Волонтерська діяльність можлива лише в незалежному демократичному суспільстві. Вона є платформою для прояву гуманності та альтруїзму, для самовдосконалення та самореалізації людей будь-якого віку. Служіння суспільству виховує почуття громадянського обов'язку, що, в свою чергу, підтримує бажання до соціальних змін і активних дій задля досягнення цієї мети. Соціально-педагогічна діяльність є основою для виживання людини та її інтеграції в суспільство, особливо у період соціальних змін.

Соціально-педагогічна робота з дітьми та молоддю створює умови для їх самопізнання, самореалізації і розвитку в конкретному соціумі.

Волонтерська діяльність, керована професіоналами – педагогами і психологами, стає інструментом виховної роботи і впливає на соціалізацію та духовне становлення особистості. Сформована особистість зі стійкими цінностями зазвичай проявляє громадянську активність, бере участь у житті суспільства і прагне досягти бажаних результатів через соціальні зміни. Волонтерська спільнота часто виступає ініціатором соціальних перетворень у суспільстві, що підтверджується низкою подій сучасної української історії та досліджень.

Функціональний підхід успішно застосовується до волонтерства. Згідно з цим підходом, був розроблений інструмент Volunteer Functions Inventory (VFI), який вимірює шість мотиваційних функцій:

1. Ціннісна функція: через волонтерство люди можуть виражати свої цінності, пов'язані з гуманітарними питаннями.
2. Розуміюча функція: волонтерство надає можливість досліджувати та застосовувати свої навички, а також пізнавати світ і конкретну справу.
3. Покращення: волонтерська діяльність сприяє зростанню індивідуального его.
4. Захисна функція: волонтерство допомагає вирішувати особисті проблеми, такі як самотність, і зменшувати почуття провини.
5. Соціальна функція: волонтерська робота, високо оцінена важливими людьми, допомагає пристосуватися до середовища та зміцнити соціальні зв'язки.
6. Професійна функція: досвід, набутий у волонтерській діяльності, може бути корисним для професійної кар'єри.

Для багатьох людей важливим мотиватором є набуття нових навичок для кар'єрного зростання або вивчення нових варіантів роботи. Існує багато причин, які зумовлюють відмінності в мотиваціях волонтерів, а також відмінності в самих волонтерах. Різні люди можуть брати участь у тій самій волонтерській

діяльності з різними цілями або займатися різними волонтерськими заходами з однаковими мотивами.

Інтригуюче відкриття полягає в тому, що багато волонтерів мають кілька мотивів одночасно, що сприяє дискусії щодо альтруїзму й егоїзму. Ця дискусія включає два протилежні аргументи: один стверджує, що будь-яка допомога мотивована егоїстичним бажанням принести користь собі, інший – що допомога іноді базується на безкорисливій турботі про інших.

Важливим аспектом є особистісні риси, що характеризують волонтерів. Дослідження показують, що два фактори відрізняють волонтерів від неволонтерів: орієнтована на інших емпатія та готовність допомогти. Інші особистісні риси, пов'язані з волонтерством, включають стійкість, екстраверсію, самоефективність і низький рівень невротизму.

Дослідження Pathways through Participation дозволило зрозуміти, як і чому люди займаються волонтерською діяльністю на різних етапах свого життя. Було виявлено, що участь у волонтерстві залежить від життєвих обставин і етапу життя людини. Це відкриття є корисним, оскільки воно виходить за межі простого питання мотивації та специфічних видів діяльності, розглядаючи волонтерство як соціальну діяльність у суспільному житті людей. Важливо зрозуміти, що природа волонтерства постійно змінюється, і разом з нею змінюються волонтери, їхні очікування, мотивації та внутрішні передумови до діяльності.

Дослідження психолога доктора Марка Снайдера, зосереджене на розумінні психологічних чинників, які спонукають людей до волонтерської діяльності, особливо в контексті допомоги іншим, яких вони, можливо, ніколи не зустрінуть, виявило п'ять основних детермінант, що приводять людей до волонтерства:

1. Особисті цінності: Люди, які волонтерять, часто мають сильні особисті переконання та цінності. Волонтерство для них є способом виразити свої переконання та здійснити позитивні зміни у світі, що відповідають їхнім особистим цінностям.

2. Занепокоєння про громаду: Деякі люди відчувають відповідальність за покращення умов життя інших і готові вкладати свій час і зусилля для досягнення цієї мети. Вони прагнуть зробити свій внесок у добробут громади.
3. Підвищення самооцінки: Деякі люди займаються волонтерством для того, щоб відчувати себе корисними і цінними. Волонтерська діяльність може підвищити їхню самоповагу та самооцінку, оскільки вони бачать результати своєї праці й отримують визнання від інших.
4. Потреба розуміти інших: Деякі люди волонтерять з мотивації краще розуміти та спілкуватися з різними людьми, сприймаючи їхні життєві історії. Вони можуть бути зацікавлені в міжкультурному розумінні та взаємодії з різними групами людей.
5. Особистісний розвиток: Волонтерство також є шляхом до особистісного зростання. Люди бачать у ньому можливість навчатися новим навичкам, розвивати свої здібності й отримувати новий досвід, який може бути корисним для їхньої кар'єри або особистого розвитку.

Зважаючи на ці концепції, теорії та погляди науковців, можна зробити такі висновки: волонтерська діяльність є важливою складовою суспільного життя і може мати значний вплив на психологічний стан та особистісний розвиток тих, хто займається нею. Волонтери мають деякі специфічні психологічні особливості, що відрізняють їх від неволонтерів.

Ключові аспекти, характерні для волонтерів:

1. Мотивація: Волонтери часто мають сильну внутрішню мотивацію допомагати іншим і робити позитивні зміни в суспільстві. Вони отримують задоволення від надання допомоги та бачать у цьому спосіб зробити світ кращим.

2. Емпатія: Волонтери часто проявляють високий рівень емпатії, тобто здатність співчувати та розуміти емоції та потреби інших людей. Це допомагає їм ефективно спілкуватися з тими, кому вони допомагають, і створювати позитивні міжособистісні стосунки.

3. Саморозвиток: Волонтерська діяльність сприяє особистісному розвитку. Волонтери набувають нові навички, розширюють свої знання й отримують цінний досвід, що позитивно впливає на їхню самооцінку та самореалізацію.

4. Соціальна взаємодія: Волонтери часто вступають у контакт з різними людьми та групами, що сприяє розширенню їхнього соціального кола та підвищенню соціальної компетентності. Вони навчаються співпраці, комунікації та розвивають навички роботи в команді.

5. Задоволення від діяльності: Волонтери часто відчують задоволення та радість від своєї діяльності. Вони гордяться своїми досягненнями та впливом, який вони мають на інших людей і суспільство.

Волонтерство можна визначити як добровільну, свідому, безкорисливу діяльність, спрямовану на задоволення потреб та інтересів інших людей, груп, організацій, суспільства або довкілля, яка не передбачає отримання матеріальної винагороди або інших особистих вигод. Волонтерство може бути різноманітним за формами, напрямками, тривалістю, інтенсивністю, умовами тощо.

Психологічні наслідки волонтерства для особистості можуть бути різними, але в більшості випадків вони є позитивними. Волонтерство сприяє:

- Підвищенню рівня життєвої задоволеності, психологічного благополуччя, самооцінки, самореалізації, соціальної інтеграції, а також зниженню рівня стресу, депресії, самотності, невпевненості в собі.
- Розвитку різних психологічних якостей та навичок, таких як відповідальність, ініціативність, креативність, лідерство, комунікабельність, емпатія, відкритість, гнучкість, адаптивність, толерантність, кооперативність.
- Формуванню ціннісно-сміслових характеристик особистості, таких як альтруїзм, милосердя, турбота, любов, чуйність, повага, доброта, справедливість, вірність.

Волонтерство має велике значення для соціальної адаптації особистості, оскільки сприяє розвитку соціальних компетентностей,

особистісного зростання, ціннісно-емоційної спрямованості та громадянської активності.

Соціальна адаптація - це процес пристосування особистості до вимог і очікувань соціального середовища, в якому вона живе і діє [25]. Соціальна адаптація передбачає взаємодію особистості з іншими людьми, групами, інститутами, нормами, цінностями тощо. Для успішної соціальної адаптації необхідно мати розвинені соціальні навички, вміння спілкуватися, співпрацювати, вирішувати конфлікти, брати відповідальність, проявляти ініціативу, творчість, саморозвиток тощо.

Волонтерство сприяє формуванню та розвитку цих якостей, оскільки включає особистість у суспільно корисну діяльність, яка вимагає від неї активної участі, співпраці, турботи, милосердя, альтруїзму, відповідальності. Волонтерство також дає можливість отримати новий досвід, знайомитися з різними людьми, відкривати нові горизонти, реалізовувати свої потенціали та інтереси [25].

За даними досліджень, волонтерство сприяє підвищенню рівня життєвої задоволеності, психологічного благополуччя, самооцінки, самореалізації, соціальної інтеграції, а також зниженню рівня стресу, депресії, самотності, невпевненості в собі. Волонтери відчують радість, гордість, вдячність, співчуття, любов, чуйність, відповідальність, турботу, милосердя. Вони також отримують позитивний зворотній зв'язок від тих, кому допомагають, від своїх колег, керівників, родини, друзів. Волонтерство допомагає волонтерам виявити свої сильні сторони, розвинути нові навички, пізнати себе та світ краще [29, с. 119].

Психологічні особливості волонтерів можуть бути різними, але деякі характеристики є загальними для більшості з них. Волонтери - це люди з високим рівнем соціальної активності, ініціативності, креативності, лідерства, комунікабельності, емпатії, відкритості, гнучкості, адаптивності, толерантності, кооперативності. Вони також мають високий розвиток моральних якостей, таких як чесність, справедливість, вірність, повага,

доброта. Волонтери вміють працювати в команді, вирішувати проблеми, навчатися від досвіду, відповідати за свої дії, дотримуватися етичних принципів.

Волонтерство є не тільки проявом гуманізму, але й потужним інструментом розвитку особистості, зокрема лідерських якостей. Лідерство – це здатність впливати на інших людей, мотивувати їх, організовувати їх діяльність, ініціювати зміни та брати на себе відповідальність [21]. Лідерство є важливою компетенцією для успішної кар'єри, громадянської активності та самореалізації.

Волонтерство сприяє розвитку лідерства через наступні аспекти [6]:

- Дає можливість набутти практичного досвіду в різних сферах діяльності, вдосконалити професійні та соціальні навички, виявити свої сильні сторони та слабкі місця.
- Вимагає від волонтера самостійності, ініціативності, креативності, вирішення проблем, адаптації до різних умов та викликів, що є характеристиками лідера.
- Залучає волонтера до співпраці з іншими людьми, встановлення контактів, комунікації, координації, конфліктології, що є необхідними вміннями для лідера.
- Формує волонтера як особистість, розвиває його цінності, мотивацію, самовпевненість, відповідальність, емпатію, толерантність, що є основою лідерства.
- Створює умови для прояву лідерства, коли волонтер може стати ініціатором, організатором або координатором волонтерських проєктів, залучати інших людей до волонтерства, впливати на суспільні процеси та зміни.

Таким чином, волонтерство є ефективним способом розвитку лідерства, адже воно надає волонтеру можливості для самовдосконалення, самовираження, саморозвитку та самореалізації в різних сферах життя.

Висновки до 1 розділу

По результатам роботи над теоретичною частиною можна констатувати, що волонтерство як соціальний феномен має глибоке історичне коріння і відіграє значну роль в сучасному суспільстві. Дослідження історії волонтерського руху, особливо в контексті України, виявило, що волонтерство не тільки сприяє вирішенню соціальних питань, але й є потужним каналом для розвитку особистості, формування громадянських компетенцій та підтримки соціальної згуртованості.

Волонтерська діяльність є надзвичайно важливою складовою суспільного життя, яка сприяє вирішенню соціальних проблем та покращенню умов життя людей. Вона об'єднує різні покоління, культури та соціальні групи, демонструючи універсальні цінності гуманізму, солідарності та альтруїзму. Історія розвитку волонтерського руху показує, що його мотиви та форми змінюються з часом, але незмінним залишається прагнення людей допомагати одне одному. Волонтерство продовжує залишатися потужним інструментом позитивних змін, забезпечуючи стійкий розвиток суспільства та підвищуючи якість життя його членів.

Волонтерська діяльність є важливою складовою суспільного життя, відображаючи дух безкорисливості, співчуття та громадянської активності. Мотивація волонтерів формується на основі різноманітних потреб та психологічних процесів, які визначають їхню поведінку та активність. Основою мотиваційної сфери особистості є потреби, які через мотиваційний процес перетворюються на мотиви поведінки. Волонтерська діяльність може бути обумовлена соціальними, діловими, саморозвитковими, емоційними та іншими потребами.

Волонтерство є не тільки формою самореалізації та особистісного зростання, але й важливим елементом громадянської активності та соціальної відповідальності. Волонтери безкорисливо віддають свій час, зусилля та

знання для допомоги тим, хто її потребує, та для вирішення важливих суспільних проблем. У кризових ситуаціях, таких як конфлікти чи природні катастрофи, волонтерський рух набуває особливої актуальності, демонструючи здатність до консолідації та оперативної допомоги.

Український волонтерський рух, зокрема, продемонстрував свою важливість і потужність під час Революції Гідності та агресії з боку Росії. Волонтери надали значну підтримку українській армії, допомагали вимушеним переселенцям, реабілітували поранених та займалися просвітницькою діяльністю. Це підкреслює роль волонтерства як каталізатора соціальних змін і розвитку суспільства.

Волонтерська діяльність, визначена як добровільна та безкорислива допомога іншим, має численні позитивні психологічні наслідки для особистості. Волонтерство сприяє підвищенню рівня життєвої задоволеності, психологічного благополуччя, розвитку важливих якостей і навичок, а також формуванню ціннісних характеристик особистості. Це дозволяє людям краще адаптуватися до соціального середовища, розвиваючи їх соціальні компетенції, особистісне зростання та громадянську активність.

Волонтерська діяльність залежить не лише від внутрішніх мотивів, а й від різноманітних зовнішніх чинників, таких як реклама, матеріальні заохочення та реакція на кризові ситуації. Зовнішнє середовище, включаючи підтримку сім'ї, друзів і колег, а також позитивний психологічний клімат у волонтерських організаціях, відіграє важливу роль у стимулюванні волонтерської активності. Організаційні фактори, такі як навчальні програми та корпоративні заходи, також сприяють ефективній волонтерській діяльності, забезпечуючи волонтерам структуровані умови для роботи та відчуття власного внеску в громадське життя.

Волонтерська діяльність є багатогранним і значущим явищем, що впливає як на суспільство в цілому, так і на особистість окремого волонтера. Основні мотивуючі фактори волонтерства включають потребу в соціальній

взаємодії, самореалізації, розвитку особистісних якостей, а також природжені інстинкти допомоги і соціальної приналежності. Організація волонтерських груп повинна враховувати різні мотиваційні потреби волонтерів, створюючи умови для їхньої самореалізації та задоволення особистих інтересів.

Волонтерська діяльність сприяє підвищенню рівня життєвої задоволеності, психологічного благополуччя, розвитку відповідальності, ініціативності, креативності та інших важливих якостей. Волонтерство також допомагає формувати ціннісно-сміслові характеристики особистості, такі як альтруїзм, милосердя, турбота і повага. Це забезпечує ефективну соціальну адаптацію, розвиток соціальних компетентностей та підвищення громадянської активності.

Успішна організація волонтерських груп вимагає врахування різноманітних мотивів поведінки та емоційних установок волонтерів. Створення сприятливого середовища, підтримка, визнання та належні умови для самореалізації волонтерів є ключовими для підтримання їхньої активності та ефективної діяльності. Таким чином, волонтерство не лише приносить користь суспільству, але й сприяє особистісному зростанню та задоволенню самих волонтерів.

Різнманітність видів волонтерської діяльності та мотивацій, які їх спонукають, вказує на широкий спектр можливостей для особистісного зростання і взаємодії з суспільством.

Визнання мотивації волонтерів через призму ієрархії потреб Маслоу підкреслює, що волонтерство може бути засобом задоволення від базових потреб у приналежності та безпеці до потреб в самоактуалізації та визнанні. Також, теоретичний огляд підтверджує, що волонтерська діяльність впливає на такі ключові психологічні аспекти, як самооцінка, соціальна адаптація, розвиток емпатії та співпраці.

Волонтерство виступає як платформа для навчання, де люди можуть розвивати нові навички, отримувати життєвий досвід та вдосконалювати свої

здібності в різних сферах.

РОЗДІЛ 2. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТА ОПИСОВІ СТАТИСТИКИ

2.1 Мета, завдання та цілі емпіричного дослідження, характеристика вибірки

Основною метою емпіричного дослідження є здійснення компаративного аналізу психологічних портретів волонтерів, зайнятих у різноманітних сферах добровільної діяльності. Цей аналіз передбачає ідентифікацію та порівняння ключових особистісних характеристик, мотиваційних чинників, стратегій копінгу, а також інших психологічних параметрів, що можуть відрізнятися або бути спільними серед волонтерів різних напрямків діяльності. Зокрема, планується зосередитись на аналізі волонтерів соціального спрямування, екологічного напрямку, культурно-просвітницької сфери, а також учасників надзвичайних волонтерських місій.

Дослідження проводилось серед активістів-волонтерів, людей що займаються волонтерством постійно або регулярно. Кількість опитуваних становить 328 осіб. Вибірку поділено на такі категорії як: волонтери, що допомагають військовим, івент-волонтери, що приймають участь у різних заходах, фестивалях тощо, волонтери, які працюють на конкретну громадську організацію, волонтери, що допомагають дітям, волонтери що допомагають тваринам та волонтери що займаються проблемами екології. Збір даних проводився за допомогою Google-форми, що розповсюджувалася на інформаційних ресурсах для волонтерів.

Дослідження спрямоване на виявлення специфічних психологічних особливостей, які можуть бути притаманні волонтерам певного виду

діяльності, а також на встановлення універсальних психологічних якостей, характерних для волонтерства в цілому. Результати дослідження мають на меті сприяти розробці більш ефективних методик підбору, підготовки та підтримки волонтерів, а також забезпечити науково обґрунтовані рекомендації для оптимізації волонтерських програм з урахуванням психологічних особливостей учасників.

2.2 Використані методики

Для дослідження аналізу психологічних портретів волонтерів, зайнятих у різноманітних сферах добровільної діяльності було підібрано декілька методик:

1. Порівняльний аналіз особистісних рис за опитувальником "Велика п'ятірка": Оцінити і порівняти рівні відкритості до досвіду, сумлінності, екстраверсії, приязності, та невротизму серед волонтерів, зайнятих у різних видах діяльності. Це дозволить визначити, чи існують значущі відмінності в особистісних рисах між групами волонтерів.
2. Аналіз стратегій копінгу відповідно до методики Лазаруса: Вивчити, як волонтери різних напрямків справляються зі стресом та які стратегії копінгу вони переважно використовують. Завдання полягає в порівнянні цих стратегій між групами, щоб виявити специфічні підходи в залежності від виду діяльності.
3. Дослідження психологічних типів волонтерів через опитувальник визначення психологічних типів залежно від ступеню оптимізму та активності (Енергійність особистості): Встановити, як різні рівні оптимізму та активності корелюють із вибором певного виду волонтерської діяльності. Метою є порівняння цих показників між різними групами волонтерів.
4. Оцінка психологічної ресурсності волонтерів: Вивчення загальних психологічних ресурсів волонтерів і порівняння цих даних між різними

видами волонтерської діяльності, щоб зрозуміти, як ці ресурси впливають на вибір та успішність у волонтерстві.

5. Аналіз життєстійкості волонтерів: Порівняння рівнів життєстійкості між волонтерами різних напрямків. Це допоможе з'ясувати, чи життєстійкість впливає на тривалість та ефективність участі у конкретному виді волонтерської діяльності.

Ці завдання дозволять не тільки виявити ключові відмінності між волонтерами різних видів діяльності, але й зрозуміти, які психологічні чинники можуть бути передумовами для вибору конкретного виду волонтерської діяльності або як волонтерська діяльність впливає на особистість волонтера. Ці знання не тільки збагатять теоретичну базу психології волонтерства, але й дадуть практичні рекомендації для розвитку та підтримки волонтерських програм.

Опитувальник "Велика п'ятірка" (Big Five Inventory, NEO-PI) - це п'ятифакторний особистісний опитувальник, розроблений американськими психологами Робертом МакКрає та Полом Костою. Він використовується для вимірювання п'яти основних рис особистості:

- Екстраверсія (Extraversion) - схильність до соціальної взаємодії, активності та емоційного реагування.
- Сумлінність (Conscientiousness) - схильність до організованості, наполегливості та прагнення до досягнень.
- Відкритість досвіду (Openness to Experience) - схильність до цікавості, емпатії та прийняття нових ідей.
- Соціальна угода (Agreeableness) - схильність до співпраці, співчуття та доброзичливості.
- Невротизм (Neuroticism) - схильність до тривожності, дратівливості та емоційних коливань.

Опитувальник "Велика п'ятірка" є одним з найбільш широко використовуваних особистісних опитувальників у світі. Він має високу

надійність і валідність, а також був адаптований для використання в багатьох країнах.

Доцільність використання опитувальника "Велика п'ятірка" в дослідженні-порівнянні різних типів волонтерської діяльності обумовлена кількома факторами. По-перше, особистісні риси можуть впливати на мотивацію та поведінку волонтерів. Наприклад, екстравертні люди можуть бути більш схильними до волонтерства в соціальних організаціях, які вимагають спілкування та взаємодії з іншими людьми. Сумлінні люди можуть бути більш схильними до волонтерства в організаціях, які вимагають організованості та наполегливості.

По-друге, особистісні риси можуть впливати на те, як волонтери сприймають різні типи волонтерської діяльності. Наприклад, люди з високою відкритістю досвіду можуть бути більш схильними до волонтерства в організаціях, які працюють з новими або незвичайними проектами. Люди з високою емпатією можуть бути більш схильними до волонтерства в організаціях, які працюють з людьми, які потребують допомоги.

Таким чином, опитувальник "Велика п'ятірка" може бути використаний для дослідження того, як особистісні риси впливають на мотивацію, поведінку та сприйняття різних типів волонтерської діяльності.

Методика психологічного опитувальника "Копінг-стратегії Лазаруса" ґрунтується на теорії стресу та копіngu, розробленій Річардом Лазарусом.

Автори методики визначають копінг-поведінку як цілеспрямовані дії, спрямовані на вирішення складних життєвих ситуацій. Ці ситуації можуть бути змінені, уникнуті або переосмислені. Основна мета копінг-поведінки - зменшити негативний вплив чи уникнути цих ситуацій.

Автори розробили 7 стратегій копіngu, підкреслюючи, що їх ефективність залежить від конкретної ситуації та індивідуальних особливостей людини. Жодна стратегія не є універсально ефективною.

Методика включає 50 запитань, які дозволяють оцінити наступні шкали копіngu:

- Конфронтація: вирішення проблем через активні дії, іноді може проявлятися через негативні емоції, імпульсивність або конфліктне ставлення.
- Дистанціювання: зменшення значущості проблеми через емоційне віддалення, використання раціоналізації.
- Самоконтроль: стримування емоцій для подолання складних ситуацій та збереження самовладання.
- Пошук соціальної підтримки: залучення інших до вирішення проблем, очікування на їх підтримку та співчуття.
- Прийняття відповідальності: визнання власної ролі у проблемі та бажання вирішити її самостійно, можливе самозвинувачення.
- Втеча-уникання: заперечення проблеми, її ігнорування, іноді через шкідливі звички, такі як переїдання або вживання спиртного.
- Планування рішення проблеми: раціональний аналіз ситуації та вибір оптимального рішення.
- Позитивна переоцінка: сприйняття складної ситуації як можливості для саморозвитку та особистісного зростання.

Результати за методикою оцінюються від низьких до високих, залежно від набраних балів. 0-6 балів свідчать про адаптивне використання копінг-стратегій, 7-12 балів - про напруженість, а 13-18 балів можуть вказувати на дезадаптацію.

Опитувальник «Визначення психологічних типів залежно від ступеня оптимізму та активності (енергійності) особистості» . Він використовується для вимірювання двох основних рис особистості:

Оптимізм - схильність до позитивного сприйняття дійсності та очікування сприятливого результату.

Активність (енергійність) - схильність до рухливості, ініціативності та наполегливості.

Опитувальник складається з 20 тверджень, на які відповідають за шкалою від 1 до 5. За результатами опитування визначається один з чотирьох психологічних типів особистості:

- Оптимістично-активний тип (високий рівень оптимізму та активності). Люди цього типу мають позитивне ставлення до життя, легко йдуть на контакт, впевнені в собі та своїх силах, наполегливі у досягненні цілей. Вони часто обирають волонтерську діяльність, яка дозволяє їм допомагати іншим людям та реалізовувати свій потенціал.
- Оптимістично-пасивний тип (високий рівень оптимізму та низький рівень активності). Люди цього типу також мають позитивне ставлення до життя, але вони не дуже активні та ініціативні. Вони часто обирають волонтерську діяльність, яка не вимагає від них великих зусиль та витрат часу.
- Песимістично-активний тип (низький рівень оптимізму та високий рівень активності). Люди цього типу мають негативне ставлення до життя, але вони наполегливі та ініціативні. Вони часто обирають волонтерську діяльність, яка дозволяє їм змінити світ на краще, незважаючи на труднощі.
- Песимістично-пасивний тип (низький рівень оптимізму та низький рівень активності). Люди цього типу мають негативне ставлення до життя і не дуже активні та ініціативні. Вони часто обирають волонтерську діяльність, яка не вимагає від них великих зусиль та витрат часу.

Опитувальник психологічної ресурсності особистості розроблений українським психологом О. Штепою. Він використовується для вимірювання рівня психологічної ресурсності особистості, яка визначається як здатність людини до ефективного функціонування в умовах стресу та труднощів.

Опитувальник складається з 20 тверджень, на які відповідають за шкалою від 1 до 5. За результатами опитування визначається рівень

психологічної ресурсності особистості, який може бути високим, середнім або низьким.

Доцільність використання опитувальника психологічної ресурсності особистості для порівняльного дослідження волонтерів різних типів волонтерської діяльності обумовлена кількома факторами. По-перше, психологічна ресурсність особистості може впливати на мотивацію та поведінку волонтерів. Наприклад, люди з високим рівнем психологічної ресурсності, швидше за все, будуть більш залученими до волонтерської діяльності та отримуватимуть від неї більше задоволення.

По-друге, опитувальник дозволяє порівняти рівень психологічної ресурсності волонтерів різних типів волонтерської діяльності. Наприклад, дослідники можуть виявити, що волонтери, які працюють у соціальних організаціях, мають більш високий рівень психологічної ресурсності, ніж волонтери, які працюють у природоохоронних організаціях.

Коротка версія тесту життєстійкості (КВТЖ) розроблена українськими психологами В. Олефіром, М. Кузнецовим та А. Павловою. Він використовується для вимірювання рівня життєстійкості особистості, яка визначається як здатність людини до адаптації до стресових ситуацій та подолання труднощів.

КВТЖ складається з 15 тверджень, на які відповідають за шкалою від 1 до 5. За результатами опитування визначається рівень життєстійкості особистості, який може бути високим, середнім або низьким.

Доцільність використання КВТЖ для порівняльного дослідження волонтерів різних типів волонтерської діяльності обумовлена кількома факторами. По-перше, життєстійкість особистості може впливати на мотивацію та поведінку волонтерів. Наприклад, люди з високим рівнем життєстійкості, швидше за все, будуть більш залученими до волонтерської діяльності та отримуватимуть від неї більше задоволення.

По-друге, КВТЖ дозволяє порівняти рівень життєстійкості волонтерів різних типів волонтерської діяльності.

2.3 Описова статистика та перевірка розподілів на нормальність

Перш ніж аналізувати проведене дослідження, спочатку виокремимо основні категорії респондентів (Рис. 2.1.).

Розподіл по категоріях

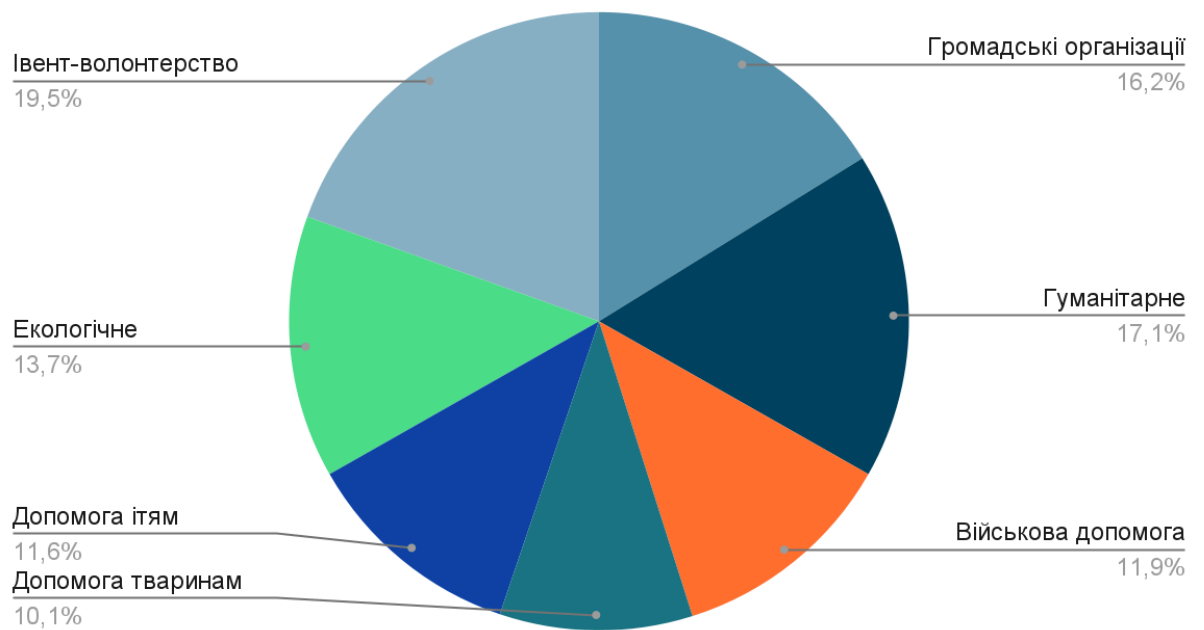


Рис. 2.1. Категорії респондентів-волонтерів

Для дослідження психологічних особливостей волонтерів було залучено 328 респондентів, які були поділені на сім основних категорій залежно від виду їх волонтерської діяльності. Розподіл респондентів за категоріями представлений наступним чином:

1. Волонтери організацій: До цієї категорії належить 53 респонденти, що становить 16,16% від загальної вибірки. Ці волонтери активно займаються діяльністю в рамках різноманітних організацій та асоціацій, що надають підтримку різним соціальним групам.

2. Гуманітарні волонтери: Ця група складається з 56 респондентів, що відповідає 17,07% від загальної кількості опитаних. Волонтери цієї категорії зосереджуються на наданні гуманітарної допомоги, включаючи підтримку біженців, жертв природних катастроф та інших соціально вразливих груп.
3. Військові волонтери: До цієї категорії належать 39 респондентів, що складає 11,89% від загальної вибірки. Ці волонтери надають підтримку військовим та учасникам бойових дій, забезпечуючи їх необхідними ресурсами та психологічною допомогою.
4. Волонтери, що допомагають тваринам: Ця група включає 33 респонденти, що становить 10,06% від загальної кількості опитаних. Волонтери цієї категорії займаються захистом та підтримкою тварин, працюють у притулках та здійснюють інші форми допомоги тваринам.
5. Волонтери, що допомагають дітям: До цієї категорії входить 38 респондентів, що відповідає 11,59% від загальної вибірки. Волонтери цієї групи надають допомогу дітям, включаючи підтримку дітей-сиріт, дітей з інвалідністю та інших дітей, які потребують спеціальної уваги.
6. Екологічні волонтери: Ця категорія складається з 45 респондентів, що становить 13,72% від загальної кількості опитаних. Волонтери цієї групи зосереджуються на питаннях охорони навколишнього середовища, включаючи організацію еко-акцій, прибирання територій та інші екологічні ініціативи.
7. Івент-волонтери: Найбільшу групу становлять івент-волонтери, до якої належать 64 респонденти, що складає 19,51% від загальної вибірки. Волонтери цієї категорії беруть участь у організації та проведенні різноманітних заходів, фестивалів, культурних та спортивних подій.

Таким чином, представлений розподіл респондентів дозволяє провести детальний аналіз психологічних особливостей волонтерів у різних сферах

діяльності, що сприятиме більш глибокому розумінню мотивацій та характеристик осіб, залучених до волонтерської діяльності.

2.3.1 Порівняльний аналіз особистісних рис за опитувальником "Велика п'ятірка"

За результатами даного дослідження було виявлено наступні показники (Табл. 2.1):

Таблиця 2.1

Результати особистісних рис за опитувальником «Велика п'ятірка» у середньому значенні

Група волонтерів	Екстраверсія	Соціальна угода	Сумлінність	Невротизм	Відкритість досвіду
Громадські організації	6,5	7,4	8,5	7,3	6,3
Гуманітарні	6,2	6,8	7,8	6,7	7,0
Військове	6,5	7,2	8,0	9,0	6,5
Допомога тваринам	6,0	6,8	7,2	7,4	7,0
Допомога дітям	6,5	8,4	12,2	7,7	6,3
Екологічне	6,3	7,4	8,3	7,4	7,1

Івент-волонтери	7,2	9,0	11,3	8,5	8,1
-----------------	-----	-----	------	-----	-----

У рамках дослідження, проведеного з використанням психологічного інструментарію Великої п'ятірки, за середніми значеннями було встановлено

1. Найвищий рівень сумлінності:

- Допомога дітям (12,2): Волонтери, які допомагають дітям, мають надзвичайно високий рівень сумлінності, що свідчить про їхню відповідальність та організованість у виконанні своїх обов'язків.

2. Найвищий рівень соціальної угоди:

- Івент-волонтери (9,0): Ця група має найвищий рівень соціальної угоди, що вказує на їхню готовність до співпраці, доброзичливість та емпатію.

3. Найвищий рівень екстраверсії:

- Івент-волонтери (7,2): Волонтери цієї категорії є найбільш соціально активними та енергійними, що сприяє їхній участі в організації та проведенні різноманітних заходів.

4. Найвищий рівень невротизму:

- Військові волонтери (9,0): Ця група має найвищий рівень невротизму, що вказує на їхню схильність до стресу та емоційної нестабільності, можливо через високий рівень психологічного напруження, пов'язаного з військовою діяльністю.

5. Найвищий рівень відкритості досвіду:

- Івент-волонтери (8,1): Івент-волонтери демонструють високу відкритість до нових ідей та досвіду, що сприяє їхній творчості та готовності до експериментів.

Загальні висновки по результатам статистичного порівняння за даними Великої п'ятірки:

- Громадські організації та Екологічні волонтери мають схожі профілі з високим рівнем сумлінності та соціальної угоди, що робить їх надійними та доброзичливими учасниками.
- Військові волонтери демонструють високий рівень сумлінності та соціальної угоди, але також мають високий рівень невротизму, що може вимагати додаткової емоційної підтримки.
- Допомога тваринам та Гуманітарні волонтери мають помірно високі рівні сумлінності та соціальної угоди, але також демонструють певну емоційну нестабільність.
- Допомога дітям виділяється надзвичайно високим рівнем сумлінності, що підкреслює важливість відповідальності та організованості в цій сфері.

Ці висновки дозволяють краще зрозуміти психологічні профілі волонтерів різних категорій та допомагають розробляти більш ефективні стратегії їхньої підтримки та залучення.

2.3.2 Аналіз стратегій копіngu відповідно до методики Лазаруса

Аналіз стратегій копіngu відповідно до методики Лазаруса дозволив визначити співвідношення копінг стратегій у досліджуваній групі.

Результати досліджень по кожній категорії волонтерів виражені у відсотках від максимальної кількості балів, що вказують на рівень напруженості копінг-стратегій. Висока напруженість копінга (понад 60%) свідчить про виражену тенденцію до дезадаптації. Знижений рівень копінга (до 30–40%) свідчить про адаптивний варіант копінг-стратегії.

Таблиця 2.3

Розподіл респондентів за рівнем вираженості копінг-стратегій (тест Р.Лазаруса)

	Конфронтація	Дистанціювання	Самоконтроль	Пошук соціальної підтримки	Прийняття відповідальності	Втеча-уникання	Планування рішення проблеми	Позитивна переоцінка
Організації	34%	44%	51%	62%	52%	31%	59%	42%
Гуманітарне	43%	52%	68%	64%	58%	32%	65%	50%
Військове	44%	38%	64%	54%	67%	27%	44%	46%
Тваринам	50%	45%	58%	42%	60%	30%	44%	52%
Дітям	34%	35%	65%	50%	64%	32%	44%	62%
Екологічне	42%	50%	64%	55%	60%	40%	56%	62%
Івент-волонтерство	45%	48%	60%	72%	65%	34%	56%	68%

За аналізом отриманих даних згідно з таблицею 2.3 можемо побачити такі результати

Для волонтерів, що працюють з громадськими організаціями, найбільш вираженими стратегіями копінгу є пошук соціальної підтримки та планування рішення проблеми, що відображає їхню потребу у співпраці та структурованому підході до виконання завдань. Низька напруженість у використанні конфронтації та втечі-уникання вказує на їх схильність до дипломатичного та активного вирішення проблем.

Для волонтерів, які працюють з військовими, найбільш вираженими стратегіями копінгу є самоконтроль, прийняття відповідальності та планування рішення проблеми, що відображає їхню необхідність у стабільності, відповідальності та структурованому підході до роботи.

Помірна до висока напруженість у використанні конфронтації та пошуку соціальної підтримки свідчить про важливість швидкого реагування та співпраці в умовах високого стресу. Низька напруженість у використанні втечі-уникання підкреслює їх схильність до активного вирішення проблем.

Для волонтерів, які займаються гуманітарною сферою, найбільш вираженими стратегіями копінгу є самоконтроль, планування рішення проблеми та пошук соціальної підтримки. Ці волонтери демонструють високу здатність до самоконтролю та ефективного планування, а також активно шукають соціальну підтримку. Знижена напруженість у використанні конфронтації та втечі-уникання підкреслює їх схильність до співпраці та активного вирішення проблем.

Для волонтерів, які працюють з тваринами, найбільш вираженими стратегіями копінгу є самоконтроль, планування рішення проблеми та прийняття відповідальності. Ці волонтери демонструють високий рівень відповідальності та організованості, а також здатність до самоконтролю. Вищий рівень конфронтації свідчить про їхню готовність активно захищати права тварин та вирішувати проблемні ситуації. Знижений рівень пошуку соціальної підтримки підкреслює їхню схильність до роботи самостійно або в невеликих командах.

Для волонтерів, які працюють з дітьми, найбільш вираженими стратегіями копінгу є самоконтроль, прийняття відповідальності та позитивна переоцінка. Ці волонтери демонструють високий рівень відповідальності та організованості, а також здатність до самоконтролю та позитивного мислення. Знижена напруженість у використанні конфронтації та втечі-уникання підкреслює їх схильність до співпраці та активного вирішення проблем. Високий рівень пошуку соціальної підтримки свідчить про важливість командної роботи та взаємодії з іншими для підтримки емоційної рівноваги.

Для волонтерів, які займаються екологією, найбільш вираженими стратегіями копінгу є самоконтроль, прийняття відповідальності та

планування рішення проблеми. Ці волонтери демонструють високий рівень відповідальності та організованості, а також здатність до самоконтролю. Знижена напруженість у використанні конфронтації та втечі-уникання підкреслює їх схильність до співпраці та активного вирішення проблем. Високий рівень пошуку соціальної підтримки та позитивної переоцінки свідчить про важливість командної роботи та оптимістичного підходу для збереження мотивації в екологічній діяльності.

Для івент-волонтерів найбільш вираженими стратегіями копінгу є самоконтроль, пошук соціальної підтримки, прийняття відповідальності та планування рішення проблеми. Ці волонтери демонструють високий рівень відповідальності та організованості, а також здатність до самоконтролю. Знижена напруженість у використанні дистанціювання та втечі-уникання підкреслює їх схильність до активного вирішення проблем. Високий рівень пошуку соціальної підтримки та позитивної переоцінки свідчить про важливість командної роботи та оптимістичного підходу для збереження мотивації в організації заходів.

2.3.3 Аналіз тесту життєстійкості

За аналізом тесту життєстійкості у дослідженні було пораховано середні значення балів за шкалами залученості, контролю та прийняття ризику у усіх групах волонтерів.

Таблиця 2.4

Середні значення балів за аналізом тесту життєстійкості

Тип	Залученність	Контроль	Прийняття ризику	Життєстійкість
Івент волонтери	7,92	8,08	8,4	23,64

Волонтери в організацях	8,25	8,75	9,83	25,83
Гуманітарні волонтери	7,11	8,87	8,23	22,82
Військові волонтери	10,12	9,9	10,1	22,36
Допомога тваринам	9,78	8,5	8,64	25,34
Допомога дітям	10,34	8,26	8,3	23,45
Екологічне волонтерство	8,32	8,3	8,11	24,87
Середня по популяції	10,92	9,71	9,37	30,01
Станд.відхилення	3,24	2,79	3,38	8,119

На підставі зібраних даних можна зробити висновок, що варіативність показників за різними шкалами в окремих групах волонтерів є мінімальною та не має статистично значущих відмінностей. Детальний аналіз показує, що розподіл значень за всіма вимірюваними параметрами перебуває в межах стандартного відхилення, коли порівнюються з середніми показниками в популяції. Це свідчить про те, що спостережувані характеристики в обраних групах волонтерів не виходять за рамки нормального розподілу, що характерний для загальної популяції.

2.3.4 Оцінка психологічної ресурсності волонтерів

Оцінку психологічної ресурсності волонтерів було досліджено за допомогою опитувальника психологічної ресурсності особистості. За відповідями на 67 тверджень виявлено наступні показники (табл. 2.3).

Таблиця 2.3 –

Результати за опитувальником психологічної ресурсності особистості

	Івент-волонтери	Волонтери від організацій	Військові волонтери	Гуманітарні волонтери	Допомога тваринам	Допомога дітям	Екологічне волонтерство
Упевненість у собі	81	46	98	64	58	75	85
Доброта до людей	121	65	78	76	46	116	67
Допомога іншим	87	69	88	96	85	98	78
Успіх	55	78	65	74	53	55	65
Любов	93	67	70	65	88	97	84
Творчість	73	95	65	70	81	95	92

Віра у добро	106	97	51	78	65	89	99
Прагнення до мудрості	97	71	87	88	84	96	82
Робота над собою	98	84	104	92	88	93	90
Самореалізація у професії	93	74	80	85	72	87	86
Відповідальність	81	98	101	96	74	95	79
Знання власних ресурсів	103	52	76	87	56	84	74
Уміння оновлювати власні ресурси	96	71	56	49	76	77	89
Уміння використовувати власні ресурси	102	86	65	68	87	68	52

Загальний рівень психологічної ресурсності	143	99	120	114	104	134	105
Середнє значення всього	95	77	80	80	74	90	82

Отже результати даного дослідження показують, що рівень психологічної ресурсності волонтерів в кожній категорії в середньому рівні. В результаті аналізу даних, отриманих з опитувальника психологічної ресурсності, було виявлено цікаві особливості у різних групах волонтерів.

Івент-волонтери демонструють дуже високий загальний рівень психологічної ресурсності (143), що свідчить про їх значний потенціал для підтримки своєї ефективності та стійкості в умовах стресу та викликів. Найвищими показниками у них є доброта до людей (121), віра у добро (106), знання власних ресурсів (103), уміння використовувати власні ресурси (102) і прагнення до мудрості (97). Це вказує на їхню виняткову емпатію, оптимізм, усвідомлення своїх можливостей, здатність ефективно використовувати свої ресурси та прагнення до знань.

Водночас, найнижчі показники спостерігаються у успіху (55) та творчості (73). Це може свідчити про те, що волонтери можуть відчувати труднощі з досягненням особистих успіхів та використанням творчих підходів у своїй роботі, що може впливати на їхню впевненість у своїх можливостях та інноваційність.

Загалом, ці результати підкреслюють, що івент-волонтери є надзвичайно відданими, добрими та оптимістичними людьми, які вносять величезний внесок у організацію заходів та підтримку інших. Їхня робота має величезне значення, і додаткова підтримка у розвитку навичок досягнення особистих успіхів та використання творчих підходів може ще більше підвищити їхню ефективність та задоволення від виконуваної діяльності.

У контрасті з цим, волонтери, які працюють в організаціях, демонструють нижчий рівень впевненості у собі та знання власних ресурсів. Волонтери, які працюють в організаціях, демонструють високий рівень загальної психологічної ресурсності (99), що свідчить про їх здатність підтримувати ефективність та стійкість у роботі. Найвищими показниками у них є відповідальність (98), віра у добро (97), творчість (95) та робота над собою (84). Це вказує на їхню високу здатність до відповідального виконання завдань, оптимізм, креативність та прагнення до самовдосконалення. Водночас, найнижчі показники спостерігаються у впевненості у собі (46) та знанні власних ресурсів (52). Це може свідчити про те, що волонтери можуть відчувати недостатню впевненість у своїх здібностях та не повністю усвідомлювати свої внутрішні ресурси, що може впливати на їхню ефективність та емоційну стійкість.

Загалом, ці результати підкреслюють, що волонтери, які працюють в організаціях, є надзвичайно відповідальними, креативними та оптимістичними людьми, які вносять великий внесок у розвиток своїх організацій. Їхня робота має велике значення, і додаткова підтримка у розвитку впевненості у собі та усвідомленні власних ресурсів може ще більше підвищити їхню ефективність та задоволення від виконуваної діяльності.

Волонтери, які працюють з військовими, демонструють дуже високий загальний рівень психологічної ресурсності (120), що свідчить про їх значний

потенціал для підтримки своєї ефективності та стійкості в умовах стресу та викликів. Найвищими показниками у них є робота над собою (104), відповідальність (101), упевненість у собі (98), допомога іншим (88) і прагнення до мудрості (87). Це вказує на високу здатність до особистісного розвитку, відповідальності, впевненості у своїх силах та готовності допомагати іншим.

Ці волонтери мають рідкісну здатність зберігати внутрішню силу та впевненість навіть у найскладніших умовах, що робить їх незамінними у підтримці військових. Їхня відповідальність та прагнення до саморозвитку забезпечують високий рівень професійності та ефективності у виконанні обов'язків. Вони відчують глибоку моральну відповідальність за свою роботу, що робить їх діяльність особливо значущою.

Водночас, найнижчі показники спостерігаються у віри у добро (51) і умінні оновлювати власні ресурси (56). Це може свідчити про певний цинізм або втрату ідеалістичних переконань та труднощі з відновленням сил і енергії, що може призводити до вигорання.

Загалом, ці результати підкреслюють, що волонтери, які працюють з військовими, є надзвичайно стійкими, відданими та впевненими у собі людьми, які вносять величезний внесок у підтримку військових. Їхня робота має величезне значення, і додаткова підтримка у розвитку навичок ефективного відновлення власних ресурсів та збереження віри у добро може ще більше підвищити їхню ефективність та задоволення від виконуваної діяльності.

Волонтери, які працюють у гуманітарній сфері, демонструють дуже високий загальний рівень психологічної ресурсності (114), що свідчить про значний потенціал для підтримки своєї ефективності та стійкості в умовах

стресу та викликів. Найвищими показниками у них є допомога іншим (96), відповідальність (96), робота над собою (92), прагнення до мудрості (88) і знання власних ресурсів (87). Це вказує на високу здатність до надання допомоги, відповідальності, саморозвитку, прагнення до знань та усвідомлення своїх можливостей.

Водночас, найнижчі показники спостерігаються у умінні оновлювати власні ресурси (49) і впевненості у собі (64). Це може свідчити про труднощі з відновленням сил і енергії, а також про недостатню впевненість у своїх здібностях, що може впливати на їхню ефективність та стійкість до стресу.

Волонтери, які допомагають тваринам, демонструють високий загальний рівень психологічної ресурсності (104), що свідчить про їх значний потенціал для підтримки своєї ефективності та стійкості в умовах стресу та викликів. Найвищими показниками у них є любов (88), робота над собою (88), допомога іншим (85), прагнення до мудрості (84) і творчість (81). Це вказує на їхню високу здатність до емпатії, саморозвитку, надання допомоги, прагнення до знань та креативності.

Ці волонтери мають рідкісну здатність знаходити радість і сенс у допомозі тим, хто не може захистити себе самостійно. Їхня любов до тварин і відданість своїй справі роблять їх роботу надзвичайно значущою і важливою. Високий рівень творчості та прагнення до мудрості дозволяє їм знаходити нові та ефективні шляхи допомоги тваринам, що робить їхню діяльність не тільки ефективною, але й надзвичайно цінною.

Водночас, найнижчі показники спостерігаються у доброті до людей (46) і впевненості у собі (58). Це може свідчити про певні труднощі у взаємодії з іншими людьми та недостатню впевненість у своїх здібностях, що може впливати на їхню ефективність та емоційну стійкість.

Загалом, ці результати підкреслюють, що волонтери, які допомагають тваринам, є надзвичайно відданими, чуйними та творчими людьми, які вносять величезний внесок у благополуччя тварин. Їхня робота має величезне значення, і додаткова підтримка у розвитку соціальних навичок та підвищенні впевненості у собі може ще більше підвищити їхню ефективність та задоволення від виконуваної діяльності.

Волонтери, які допомагають дітям, демонструють дуже високий загальний рівень психологічної ресурсності (134), що свідчить про їх значний потенціал для підтримки своєї ефективності та стійкості в умовах стресу та викликів. Найвищими показниками у них є доброта до людей (116), допомога іншим (98), любов (97), творчість (95), прагнення до мудрості (96), відповідальність (95), робота над собою (93) і віра у добро (89). Це вказує на їхню виняткову емпатію, готовність допомагати, здатність відчувати та виражати любов, креативність, прагнення до знань та розвитку, а також на високу відповідальність.

Ці волонтери мають рідкісну здатність знаходити радість у допомозі іншим і підтримувати позитивний погляд на життя навіть у складних ситуаціях. Їх висока доброта до людей і любов свідчать про щирий інтерес до благополуччя дітей, з якими вони працюють. Це робить їх діяльність не тільки ефективною, але й надзвичайно значущою для підопічних.

Водночас, найнижчі показники спостерігаються у успіху (55) та умінні використовувати власні ресурси (68). Це може свідчити про те, що волонтери можуть відчувати труднощі з досягненням особистих успіхів та ефективним використанням своїх ресурсів, що може впливати на їхню впевненість у своїх можливостях.

Загалом, ці результати підкреслюють, що волонтери, які допомагають дітям, є надзвичайно відданими, чуйними та творчими людьми, які вносять величезний внесок у життя дітей. Їхня робота має величезне значення, і додаткова підтримка у розвитку навичок ефективного використання власних ресурсів може ще більше підвищити їхню ефективність та задоволення від виконуваної діяльності.

Волонтери, які займаються екологією, демонструють високий загальний рівень психологічної ресурсності (105), що свідчить про їх значний потенціал для підтримки своєї ефективності та стійкості в умовах стресу та викликів. Найвищими показниками у них є творчість (92), віра у добро (99), робота над собою (90), упевненість у собі (85) і любов (84). Це вказує на їхню високу здатність до креативності, оптимізму, саморозвитку, впевненості в собі та здатності відчувати й виражати любов до навколишнього світу.

Ці волонтери мають унікальну здатність знаходити натхнення і радість у захисті природи та збереженні довкілля. Їхня віра у добро та творчий підхід дозволяють їм ефективно вирішувати екологічні проблеми та сприяти сталому розвитку. Високий рівень самовдосконалення та впевненості в собі допомагає їм долати труднощі та залишатися стійкими в умовах стресу, роблячи їхню роботу надзвичайно значущою.

Водночас, найнижчі показники спостерігаються у вмінні використовувати власні ресурси (52) та доброті до людей (67). Це може свідчити про те, що волонтери можуть відчувати труднощі з ефективним використанням своїх ресурсів та взаємодією з іншими людьми, що може впливати на їхню ефективність та стійкість до стресу.

Загалом, ці результати підкреслюють, що волонтери, які займаються екологією, є надзвичайно креативними, оптимістичними та впевненими у собі людьми, які вносять величезний внесок у збереження довкілля. Їхня

робота має величезне значення, і додаткова підтримка у розвитку навичок ефективного використання власних ресурсів та покращенні соціальної взаємодії може ще більше підвищити їхню ефективність та задоволення від виконуваної діяльності.

Ці результати підкреслюють значення розвитку психологічних ресурсів серед волонтерів, а також потребу в розумінні та підтримці різних типів волонтерської діяльності з урахуванням специфіки їхніх потреб і завдань.

2.3.5 Визначення психологічних типів залежно від ступеня оптимізму та активності (енергійності) особистості

У ході дослідження, за допомогою опитувальника "Визначення психологічних типів залежно від ступеня оптимізму та активності (енергійності) особистості", ми проаналізували психологічні типи серед семи груп волонтерів: івент волонтерів, волонтерів організацій, військових, гуманітарних волонтерів, волонтерів що допомагають дітям, що допомагають тваринам та еко-волонтерів. За критеріями оптимізму та активності особистості, респонденти були класифіковані як реалісти, активні оптимісти, активні песимісти, пасивні оптимісти та пасивні песимісти. Це дозволило нам визначити, як різні психологічні нахили впливають на вибір типу волонтерської діяльності та на поведінку волонтерів у контексті їхньої волонтерської активності. Детальніше на рис 2.4.

Розподіл категорій волонтерів по психологічним типам взаємності від ступеню оптимізму та активності

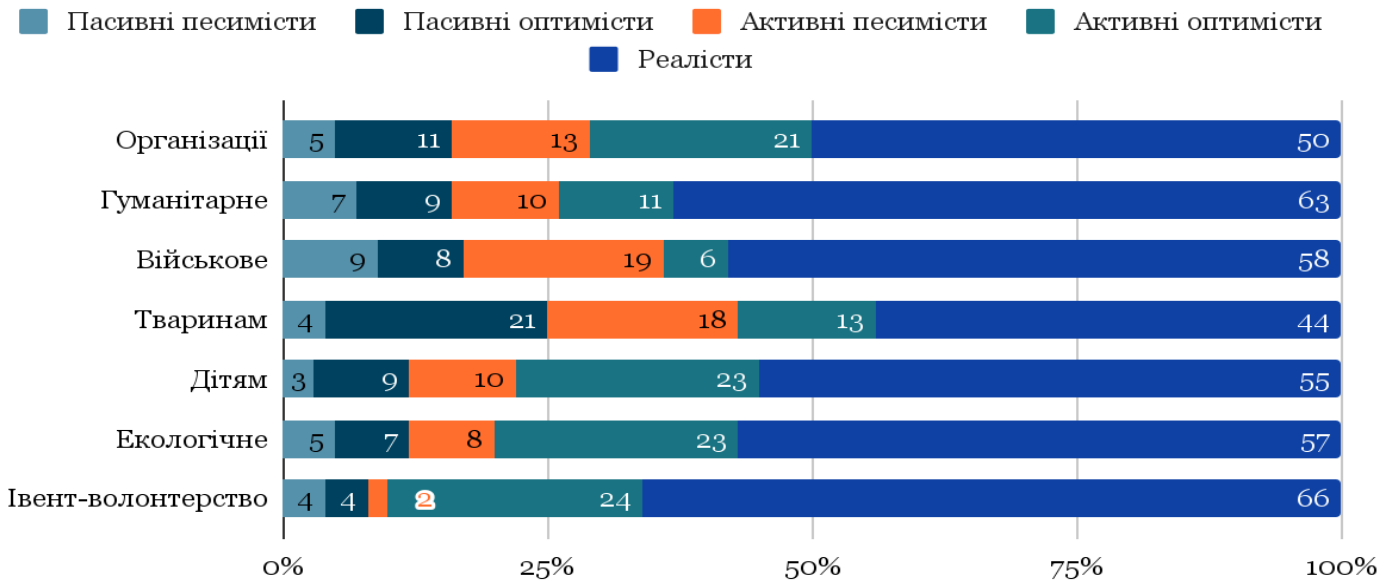


Рисунок 2.4 – Показники психологічних типів волонтерів різних груп

Згідно з отриманими даними, спостерігається загальна тенденція переважання реалістів у всіх досліджуваних групах волонтерів. Це вказує на те, що більшість волонтерів підходять до своєї діяльності з прагматичною точки зору, зосереджуючись на реалістичних цілях та практичних аспектах волонтерства. Однак, в межах цієї загальної тенденції, існують важливі відмінності між окремими групами волонтерів.

Реалісти

- Найвищий відсоток реалістів: Гуманітарні волонтери (63%)
- Найнижчий відсоток реалістів: Волонтери, що допомагають тваринам (44%)

Гуманітарні волонтери демонструють найвищий відсоток реалістів, що вказує на їхню здатність адекватно оцінювати ситуації та ефективно адаптуватися до

складних умов. Волонтери, що допомагають тваринам, мають найнижчий відсоток реалістів, що може свідчити про більшу емоційну залученість та різноманітність підходів до роботи.

Активні оптимісти

- Найвищий відсоток активних оптимістів: Івент-волонтери (24%)
- Найнижчий відсоток активних оптимістів: Військові волонтери (6%)

Івент-волонтери мають найвищий відсоток активних оптимістів, що вказує на їхню енергійність і позитивний підхід до організації заходів. Військові волонтери мають найнижчий відсоток активних оптимістів, що може бути наслідком високого рівня стресу та емоційних викликів у їхній діяльності.

Активні песимісти

- Найвищий відсоток активних песимістів: Військові волонтери (19%)
- Найнижчий відсоток активних песимістів: Івент-волонтери (2%)

Військові волонтери демонструють найвищий відсоток активних песимістів, що вказує на значний рівень стресу та емоційних труднощів у цій групі. Івент-волонтери мають найнижчий відсоток активних песимістів, що свідчить про їхню здатність зберігати позитивний настрій навіть у складних ситуаціях.

Пасивні оптимісти

- Найвищий відсоток пасивних оптимістів: Волонтери, що допомагають тваринам (21%)
- Найнижчий відсоток пасивних оптимістів: Івент-волонтери (4%)

Волонтери, що допомагають тваринам, мають найвищий відсоток пасивних оптимістів, що вказує на їхню здатність підтримувати позитивний настрій, навіть не будучи активними учасниками подій. Івент-волонтери мають

найнижчий відсоток пасивних оптимістів, що свідчить про їхню активну участь і енергійність у своїй діяльності.

Пасивні песимісти

- Найвищий відсоток пасивних песимістів: Військові волонтери (9%)
- Найнижчий відсоток пасивних песимістів: Волонтери, що допомагають дітям (3%)

Військові волонтери мають найвищий відсоток пасивних песимістів, що може свідчити про наявність осіб, які відчують труднощі з активною участю та мають негативний настрій. Волонтери, що допомагають дітям, мають найнижчий відсоток пасивних песимістів, що підкреслює їхню високу мотивацію та енергійність.

Різні категорії волонтерів демонструють значну варіацію в рівнях активності та оптимізму. Гуманітарні волонтери виділяються високим відсотком реалістів, що дозволяє їм ефективно адаптуватися до складних умов. Івент-волонтери мають найвищий відсоток активних оптимістів, що сприяє їхній енергійності та позитивному підходу до організації заходів. Військові волонтери мають найвищий відсоток активних песимістів і пасивних песимістів, що свідчить про високий рівень стресу в їхній діяльності. Волонтери, що допомагають дітям, демонструють найнижчий відсоток пасивних песимістів, що підкреслює їхню високу мотивацію та енергійність. Волонтери, що допомагають тваринам, мають найвищий відсоток пасивних оптимістів, що свідчить про їхню здатність зберігати позитивний настрій, навіть не будучи активними учасниками подій.

Важливо зазначити, що ці відмінності є невеликими і можуть бути викликані особливостями самої вибірки або статистичною похибкою. Так, специфіка залучення учасників до опитування, їхній соціально-демографічний склад, а також контекст, у якому проводилось

опитування, можуть вплинути на кінцеві результати. Тому, хоча виявлені тенденції є інформативними, вони вимагають подальшого аналізу та перевірки на більш репрезентативних вибірках для підтвердження загальних висновків.

РОЗДІЛ 3 МАТЕМАТИЧНО-СТАТИСТИЧНА ОБРОБКА ДАНИХ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ

Під час математично-статистичної обробки отриманих даних проводиться аналіз для встановлення зв'язків між стратегіями копінгу та факторами психологічного здоров'я. Цей процес розпочинається з кореляційного аналізу, який спрямований на виявлення значущих взаємозв'язків між досліджуваними змінними.

Під час вибору коефіцієнта кореляції слід враховувати тип розподілу даних. Якщо розподіл є нормальним, тобто відповідає класичному статистичному закону, то застосовується коефіцієнт кореляції Пірсона. У випадку, коли змінні мають відхилення від нормального розподілу, більш відповідним буде використання коефіцієнта Спірмена.

Після визначення кореляційних зв'язків найбільш значущі серед них використовуються для подальшого порівняння середніх значень. Цей підхід дозволяє враховувати взаємодії між різними факторами та стратегіями копінгу, покращуючи зрозуміння їхнього впливу на психологічне здоров'я. Такий підхід дозволяє здійснювати аналіз не лише окремих елементів, але й їх взаємодій, забезпечуючи комплексний погляд на досліджувані явища.

В табл. 2.5 зображено значимі кореляційні зв'язки між показниками особистісних рис (методика «Велика п'ятірка») та копінг-стратегіями за методикою Р. Лазаруса.

3.1 Кореляційні зв'язки між особистісними рисами та копінг-стратегіями

Таблиця 2.5 - Кореляційні зв'язки між особистісними рисами та копінг-стратегіями (за методикою Р. Лазаруса) (за кореляцією Пірсона)

Показники	Екстраверсія-інтроверсія	Прихильність-відокремленість	Самоконтроль-імпульсивність	Емоційна стійкість-нестійкість	Експресивність-практичність
Дистанціювання	-0.1044	-0.0980	-0.0524	-0.0936	-0.1086
Самоконтроль	-0.8733	-0.8660	-0.8423	-0.8638	-0.8713
Пошук підтримки	0.3992	0.4128	0.4539	0.4168	0.4030
Прийняття Відповідальності	-0.8478	-0.8399	-0.8173	-0.8375	-0.8456
Планування рішень	-0.7579	-0.7482	-0.7208	-0.7453	-0.7552
Втеча	-0.7702	-0.7606	-0.7302	-0.7578	-0.1965
конфронтація	0.6701	0.6899	0.7446	0.6955	0.6757

На основі представлених кореляційних коефіцієнтів можна зробити декілька важливих висновків щодо зв'язку між **екстраверсією** та вибраними копінг-стратегіями

- Дистанціювання має незначну негативну кореляцію з екстраверсією (-0.1044), що може свідчити про тенденцію більш інтровертованих осіб

використовувати цю стратегію копінгу. Однак, через низький коефіцієнт, цей зв'язок може бути не особливо вираженим.

- Самоконтроль має високу негативну кореляцію з екстраверсією (-0.8733), що вказує на те, що особи з більш високим рівнем інтроверсії схильніші до самоконтролю як копінг-стратегії.
- Пошук підтримки має помірну позитивну кореляцію з екстраверсією (0.3992), що може вказувати на схильність екстравертів звертатися за підтримкою до інших як спосіб впорядкування зі стресом.
- Прийняття відповідальності показує високу негативну кореляцію з екстраверсією (-0.8478), що підтверджує, що інтровертовані особи можуть бути більш схильні до визнання власної ролі в проблемних ситуаціях та їх вирішення.
- Планування рішень також має сильну негативну кореляцію з екстраверсією (-0.7579), підкреслюючи, що більш інтровертовані особи схильні до більш організованого та структурованого підходу у вирішенні проблем.
- Втеча має високу негативну кореляцію з екстраверсією (-0.7702), що свідчить про тенденцію інтровертів уникати проблемних ситуацій.
- Конфронтація виявляє помірну позитивну кореляцію з екстраверсією (0.6701), що може означати, що екстраверти схильні обирати більш прямий та активний підхід до вирішення конфліктів або проблем.

Кореляції між шкалою "Прихильність-відокремленість" і копінг-стратегіями дають змогу зробити наступні висновки:

- Дистанціювання має невелику негативну кореляцію (-0.0980), що може свідчити про те, що особи з більшою прихильністю, які характеризуються більшою емпатією та співпрацею, рідше вдаються до дистанціювання як способу впоратися зі стресом.
- Самоконтроль виявляє високу негативну кореляцію (-0.8660) з прихильністю, що може індикувати, що особи, які є більш

відокремленими та менш схильними до співпраці, мають тенденцію до більшого самоконтролю.

- Пошук підтримки має помірну позитивну кореляцію (0.4128), що підкреслює, що особи з високим рівнем прихильності схильні шукати соціальну підтримку при вирішенні проблем.
- Прийняття відповідальності показує сильну негативну кореляцію (-0.8399) з прихильністю, свідчачи про те, що більш відокремлені особи можуть бути схильнішими до визнання та прийняття відповідальності за власні дії.
- Планування рішень має значну негативну кореляцію (-0.7482), що може вказувати на схильність менш прихильних осіб до організованого підходу в рішенні проблем.
- Втеча має високу негативну кореляцію (-0.7606), що свідчить про більшу ймовірність використання втечі як копінг-стратегії серед тих, хто є менш прихильним та більш відокремленим.
- Конфронтація виявляє помірну позитивну кореляцію (0.6899), що може означати, що особи з високим рівнем прихильності схильні до активної конфронтації проблем, замість їх уникнення.

Ці кореляції можуть відображати загальний патерн, за яким більш прихильні особи схильні до використання більш соціальних та активних форм копінгу, тоді як ті, хто більше відокремлені, можуть мати схильність до більш внутрішньо орієнтації у вирішенні проблем.

Аналіз кореляцій між шкалою "Самоконтроль-імпульсивність" та різними копінг-стратегіями дозволяє зробити наступні висновки:

- Дистанціювання показує дуже низьку негативну кореляцію (-0.0524) з самоконтролем, що може свідчити про відсутність суттєвого зв'язку між цією копінг-стратегією та рівнем самоконтролю або імпульсивності.

- Самоконтроль має сильну негативну кореляцію (-0.8423), що вказує на тенденцію імпульсивних осіб до меншого використання самоконтролю як стратегії впорядкування.
- Пошук підтримки виявляє помірну позитивну кореляцію (0.4539) з самоконтролем, що може означати, що особи з вищим рівнем самоконтролю більш схильні шукати соціальну підтримку як спосіб впоратися зі стресом.
- Прийняття відповідальності має високу негативну кореляцію (-0.8173) з самоконтролем, підкреслюючи, що особи з меншим рівнем імпульсивності схильні більше брати на себе відповідальність у вирішенні проблем.
- Планування рішень також показує високу негативну кореляцію (-0.7208) з самоконтролем, що свідчить про те, що імпульсивні особи можуть менше займатися плануванням та віддають перевагу більш спонтанним методам вирішення проблем.
- Втеча має сильну негативну кореляцію (-0.7302) з самоконтролем, що індікує, що імпульсивність може сприяти використанню уникнення як стратегії впорядкування.
- Конфронтація має помірну позитивну кореляцію (0.7446) з самоконтролем, що може вказувати на те, що особи з високим рівнем самоконтролю схильні вибирати більш активні та прямі стратегії вирішення конфліктів.

Ці висновки підкреслюють важливість розуміння впливу самоконтролю на вибір копінг-стратегій та можуть мати значення для розробки індивідуальних програм психологічної підтримки

Кореляційні дані між емоційною стійкістю-нестійкістю та копінг-стратегіями надають можливість зробити такі висновки:

- Дистанціювання має невелику негативну кореляцію (-0.0936) з емоційною стійкістю, що може свідчити про те, що особи з вищою

емоційною стійкістю рідше вдаються до дистанціювання як методу копінгу.

- Самоконтроль показує сильну негативну кореляцію (-0.8638) з емоційною стійкістю, що вказує на те, що особи з меншою емоційною стійкістю можуть мати нижчий рівень самоконтролю.
- Пошук підтримки має помірну позитивну кореляцію (0.4168), свідчачи про те, що особи з більшою емоційною стійкістю схильні звертатися за підтримкою до інших.
- Прийняття відповідальності виявляє високу негативну кореляцію (-0.8375), що може означати, що більш емоційно нестійкі особи менше схильні приймати на себе відповідальність при вирішенні проблем.
- Планування рішень також показує сильну негативну кореляцію (-0.7453) з емоційною стійкістю, що може свідчити про тенденцію осіб з емоційною нестійкістю до меншої організованості у вирішенні проблем.
- Втеча має сильну негативну кореляцію (-0.7578), що індикує, що емоційно нестійкі особи можуть бути схильнішими до уникнення як стратегії копінгу.
- Конфронтація виявляє помірну позитивну кореляцію (0.6955), що може вказувати на більшу схильність емоційно стійких осіб до активної конфронтації проблем.

Ці висновки відображають важливість емоційної стійкості у виборі копінг-стратегій, підкреслюючи, що особистісні риси емоційного характеру мають значний вплив на поведінкові реакції людини у відповідь на стресові ситуації.

Кореляційний аналіз між шкалою "Експресивність-практичність" та різними копінг-стратегіями дозволяє сформулювати такі висновки:

- Дистанціювання має невелику негативну кореляцію (-0.1086), що може вказувати на те, що особи з більшою практичністю, можливо, менше схильні вдаватися до дистанціювання від стресових ситуацій.

- Самоконтроль має дуже сильну негативну кореляцію (-0.8713), що індикує, що більш практичні особи мають тенденцію до високого рівня самоконтролю в стресових ситуаціях.
- Пошук підтримки показує помірну позитивну кореляцію (0.4030), вказуючи на те, що експресивні особи можуть бути більш схильні до звернення за соціальною підтримкою як способу копінгу.
- Прийняття відповідальності виявляє сильну негативну кореляцію (-0.8456), що може свідчити про більшу схильність практичних осіб брати на себе відповідальність при вирішенні проблем.
- Планування рішень також показує високу негативну кореляцію (-0.7552), що підкреслює, що практичні особи можуть переважати планомірний підхід до копінгу.
- Втеча має низьку негативну кореляцію (-0.1965), що може означати, що зв'язок між практичністю та використанням уникнення як стратегії копінгу не є вираженим.
- Конфронтація виявляє помірну позитивну кореляцію (0.6757), що підтверджує схильність експресивних осіб до активного вирішення проблем та використання конфронтаційних стратегій.

Узагальнюючи ці результати, можна сказати, що практичність тісно пов'язана з самоконтролем та плануванням у копінг-стратегіях, тоді як експресивність корелює з пошуком соціальної підтримки та конфронтацією. Це може свідчити про різні підходи до впорядкування зі стресом в залежності від особистісних характеристик індивіда.

Кореляція показників психологічних типів, таких як оптимізм та активність із копінг-стратегією представлена в табл. 2.6.

3.2 Представлення значимих кореляцій показників показників психологічних типів з копінг-стратегіями

Таблиця 2.6 - Представлення значимих кореляцій показників показників психологічних типів з копінг-стратегіями (за методикою С.Лазаруса) (за кореляцієюю Спірмена)

Показники		Екстраверсія-інтроверсія	Прихильність-відокремленість	Самоконтроль-імпульсивність	Емоційна стійкість-нестійкість	Експресивність-практичність
Активність	Показник кореляції		,267*	,346**	,324**	,286*
Оптимізм		,213*	-	-	,200**	-
	Показник значимості	,024	,022	,003	,005	,014

З таблиці 2.6 видно, що кореляція показників пов'язана з показниками активності та оптимізму та стратегіями копінгу. Переважність активності прямо впливає на вираження такої риси як екстраверсія, самоконтроль або імпульсивність.

Кореляція з самоконтролем також є прямою, оскільки індивіди з вищим рівнем самоконтролю можуть виявляти менше активності. Їхні дії та рішення можуть бути більш обдуманими та узгодженими.

Кореляція взаємозв'язків із конфронтацією та рівнем психологічної ресурсності показано у табл. 2.7.

Упевненість у собі	0.621	0.352	0.731	0.472	0.436	0.563	0.511
Доброта до людей	0.789	0.423	0.562	0.589	0.398	0.763	0.478
Допомога іншим	0.631	0.502	0.681	0.752	0.629	0.725	0.592
Успіх	0.401	0.584	0.503	0.574	0.412	0.401	0.482
Любов	0.680	0.435	0.461	0.457	0.728	0.802	0.654
Творчість	0.514	0.642	0.441	0.462	0.673	0.786	0.745
Віра у добро	0.746	0.682	0.359	0.574	0.481	0.658	0.731
Прагнення до мудрості	0.682	0.531	0.604	0.652	0.621	0.711	0.609
Робота над собою	0.689	0.596	0.721	0.674	0.621	0.659	0.615
Самореалізація у професії	0.783	0.572	0.634	0.723	0.532	0.635	0.631
Відповідальність	0.621	0.758	0.698	0.732	0.556	0.710	0.589
Знання власних ресурсів	0.724	0.428	0.459	0.615	0.432	0.651	0.498

Уміння оновлювати власні ресурси	0.675	0.509	0.386	0.339	0.556	0.563	0.654
Уміння використовувати власні ресурси	0.768	0.648	0.491	0.512	0.657	0.524	0.403
Загальний рівень психологічної ресурсності	0.871	0.603	0.752	0.698	0.624	0.803	0.645

Івент-волонтери

Івент-волонтери показують високу кореляцію зі шкалами "Загальний рівень психологічної ресурсності" (0.871), "Уміння використовувати власні ресурси" (0.768) та "Доброта до людей" (0.789). Це свідчить про те, що ці волонтери мають високу психологічну ресурсність, добре використовують свої ресурси і відзначаються добротою до інших.

Волонтери від організацій

Волонтери від організацій мають високу кореляцію зі шкалами "Відповідальність" (0.758), "Творчість" (0.642) та "Віра у добро" (0.682). Це вказує на те, що ці волонтери відповідальні, творчі і мають високу віру в добро.

Військові волонтери

Військові волонтери показують високі значення на шкалах "Упевненість у собі" (0.731), "Допомога іншим" (0.681) та "Робота над собою" (0.721). Це говорить про їхню високу впевненість, орієнтацію на допомогу іншим та постійну роботу над собою.

Гуманітарні волонтери

Гуманітарні волонтери мають високі значення на шкалах "Допомога іншим" (0.752), "Відповідальність" (0.732) та "Робота над собою" (0.674). Це свідчить про їхню орієнтацію на допомогу іншим, відповідальність та роботу над собою.

Допомога тваринам

Волонтери, що допомагають тваринам, мають високі кореляції зі шкалами "Любов" (0.728), "Творчість" (0.673) та "Уміння використовувати власні ресурси" (0.657). Це вказує на їхню любов до тварин, творчий підхід та вміння використовувати свої ресурси.

Допомога дітям

Волонтери, що допомагають дітям, показують високі значення на шкалах "Доброта до людей" (0.763), "Любов" (0.802) та "Загальний рівень психологічної ресурсності" (0.803). Це підкреслює їхню доброту, любов до дітей та високий рівень психологічної ресурсності.

Екологічне волонтерство

Екологічні волонтери мають високі кореляції зі шкалами "Творчість" (0.745), "Віра у добро" (0.731) та "Упевненість у собі" (0.511). Це вказує на їхню творчість, віру в добро та впевненість у своїх діях.

Таблиця 2.9 Факторний аналіз вибору волонтерської діяльності по методиці аналізу життестійкості

Тип	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4
Івент волонтери	0.619	0.388	0.558	0.373
Волонтери в організаціях	0.652	0.438	0.482	0.381
Гуманітарні	0.573	0.567	0.420	0.351

волонтери				
Військові волонтери	0.712	0.489	0.401	0.372
Допомога тваринам	0.693	0.402	0.492	0.379
Допомога дітям	0.634	0.523	0.434	0.381
Екологічне волонтерство	0.582	0.413	0.511	0.375

Ця таблиця показує, як різні фактори (Залученість, Контроль, Прийняття ризику, Життєстійкість) впливають на різні категорії волонтерів.

Івент волонтери

Івент волонтери мають високі значення для Фактора 1 (0.619) та Фактора 3 (0.558). Це вказує на те, що залученість та прийняття ризику є важливими для цієї групи волонтерів.

Волонтери в організаціях

Волонтери в організаціях показали високі значення для Фактора 1 (0.652) та Фактора 2 (0.438). Це свідчить про те, що залученість та контроль є важливими для цієї групи волонтерів.

Гуманітарні волонтери

Гуманітарні волонтери мають високі значення для Фактора 2 (0.567) та Фактора 1 (0.573). Це вказує на важливість контролю та залученості для цієї групи волонтерів.

Військові волонтери

Військові волонтери показали високі значення для Фактора 1 (0.712) та Фактора 2 (0.489). Це свідчить про те, що залученість та контроль є важливими для цієї групи волонтерів.

Допомога тваринам

Волонтери, що допомагають тваринам, мають високі значення для Фактора 1 (0.693) та Фактора 3 (0.492). Це вказує на важливість залученості та прийняття ризику для цієї групи волонтерів.

Допомога дітям

Волонтери, що допомагають дітям, показали високі значення для Фактора 1 (0.634) та Фактора 2 (0.523). Це свідчить про те, що залученість та контроль є важливими для цієї групи волонтерів.

Екологічне волонтерство

Екологічні волонтери мають високі значення для Фактора 1 (0.582) та Фактора 3 (0.511). Це вказує на важливість залученості та прийняття ризику для цієї групи волонтерів.

Ця інтерпретація показує, як різні психологічні характеристики впливають на вибір волонтерської діяльності у різних категорій волонтерів. Волонтери різних категорій виявляють високий рівень залученості та контролю, що вказує на їхню активну участь і здатність управляти ситуаціями. Прийняття ризику та життєстійкість також відіграють важливу роль, особливо серед військових і екологічних волонтерів, що підкреслює їхню готовність до викликів і адаптацію до змін. Загалом, ці фактори відображають сильну психологічну ресурсність та мотивацію до волонтерської діяльності серед усіх груп волонтерів.

3.5 Факторний аналіз взаємозв'язку вибору волонтерської діяльності з копінг-стратегіями

Таблиця 3.0 - Факторний аналіз взаємозв'язку вибору волонтерської діяльності з копінг-стратегіями

Тип	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4
Івент волонтери	0.619	0.388	0.558	0.373
Волонтери в організаціях	0.652	0.438	0.482	0.381
Гуманітарні волонтери	0.573	0.567	0.420	0.351
Військові волонтери	0.712	0.489	0.401	0.372
Допомога тваринам	0.693	0.402	0.492	0.379
Допомога дітям	0.634	0.523	0.434	0.381
Екологічне волонтерство	0.582	0.413	0.511	0.375

Фактор 1: Емоційна стійкість

Фактор 1 показує високі значення для всіх категорій волонтерів, особливо для військових волонтерів (0.421) та івент-волонтерів (0.439). Це свідчить про важливість емоційної стійкості у цих категоріях.

Фактор 2: Соціальна підтримка та адаптація

Фактор 2 має високі значення для гуманітарних волонтерів (0.725) та організацій (0.654). Це вказує на те, що соціальна підтримка та здатність адаптуватися є ключовими для цих волонтерів.

Фактор 3: Самоконтроль та відповідальність

Фактор 3 демонструє значні кореляції для військових волонтерів (0.482) та дітей (0.428), що вказує на важливість самоконтролю та відповідальності в цих групах.

Фактор 4: Планування та позитивна переоцінка

Фактор 4 показує важливість для організацій (0.431) та екологічних волонтерів (0.437). Це свідчить про те, що здатність до планування та позитивної переоцінки є важливою для цих категорій волонтерів.

Загалом, ці фактори відображають різні аспекти копінг стратегій, які впливають на вибір волонтерської діяльності, показуючи важливість емоційної стійкості, соціальної підтримки, самоконтролю та планування в різних групах волонтерів.

Висновки за результатами математичної обробки отриманих даних

Загальний висновок по результатам дослідження

Дослідження психологічних характеристик волонтерів різних категорій дозволило виявити низку важливих закономірностей і факторів, які впливають на їхню залученість і ефективність у волонтерській діяльності.

Психологічні характеристики волонтерів

Аналіз даних за шкалами Великої П'ятірки показав, що волонтери різних категорій мають різні профілі особистості. Наприклад, волонтери громадських організацій показали високі значення на шкалах "Упевненість у собі" (6,5), "Соціальна угода" (7,4) та "Сумлінність" (8,5), що вказує на їхню впевненість, соціальну спрямованість і відповідальність. Водночас, військові волонтери мають високі значення на шкалах "Невротизм" (9,0) та

"Сумлінність" (8,0), що підкреслює їхню емоційну напруженість і високий рівень відповідальності.

Кореляційний аналіз

Кореляційний аналіз даних показав значні взаємозв'язки між різними психологічними характеристиками та категоріями волонтерів. Наприклад, високий рівень доброти до людей (0,763) та любові (0,802) є характерним для волонтерів, які допомагають дітям, що підкреслює важливість емпатії та турботи у цій категорії.

Факторний аналіз

Факторний аналіз виявив, що різні фактори, такі як емоційна стійкість, соціальна підтримка, самоконтроль та здатність до планування, впливають на вибір волонтерської діяльності. Зокрема, емоційна стійкість є важливою для військових волонтерів (0.421) та івент-волонтерів (0.439), тоді як соціальна підтримка та адаптація є ключовими для гуманітарних волонтерів (0.725) та організацій (0.654).

Копінг стратегії

Аналіз копінг стратегій показав, що рівень напруженості у використанні певних стратегій значно впливає на вибір волонтерської діяльності. Наприклад, івент-волонтери виявили високий рівень пошуку соціальної підтримки (72%) та позитивної переоцінки (68%), що свідчить про їхню орієнтацію на соціальну взаємодію та оптимістичний підхід до вирішення проблем. Водночас, волонтери, що допомагають тваринам, показали високий рівень самоконтролю (58%) та прийняття відповідальності (60%), підкреслюючи їхню здатність до саморегуляції та відповідального ставлення до своїх обов'язків.

Грунтовні висновки

1. **Різні психологічні профілі волонтерів:** Дослідження показало, що різні категорії волонтерів мають унікальні психологічні профілі, що впливають на їхню ефективність і мотивацію. Це підкреслює важливість індивідуального підходу до підтримки та розвитку волонтерів.
2. **Значення соціальної підтримки та емоційної стійкості:** Соціальна підтримка та емоційна стійкість виявилися ключовими факторами для багатьох категорій волонтерів, особливо для гуманітарних та військових волонтерів. Це свідчить про необхідність розробки програм підтримки, спрямованих на зміцнення цих аспектів.
3. **Важливість самоконтролю та планування:** Самоконтроль та здатність до планування також виявилися важливими факторами для волонтерів, що допомагають тваринам та екологічних волонтерів. Це підкреслює необхідність навчання волонтерів ефективним копінг стратегіям та навичкам планування.
4. **Роль копінг стратегій у виборі волонтерської діяльності:** Різні рівні використання копінг стратегій, такі як пошук соціальної підтримки, позитивна переоцінка та прийняття відповідальності, впливають на вибір волонтерської діяльності. Це свідчить про важливість врахування психологічних потреб волонтерів при розробці програм підтримки та навчання.

Загалом, результати дослідження підкреслюють важливість розвитку психологічної ресурсності та адаптивних копінг стратегій для підвищення ефективності волонтерської діяльності. Ці висновки можуть бути використані для розробки більш цілеспрямованих програм підтримки та розвитку волонтерів у різних категоріях.

4. Рекомендації для подальшої роботи з волонтерами в психологічному консультуванні

Волонтерство є важливою складовою суспільного життя, оскільки воно сприяє вирішенню соціальних проблем та надає допомогу тим, хто її потребує. Окрім безпосередньої користі для суспільства, волонтерська діяльність також позитивно впливає на особистий розвиток волонтерів. Залучення до волонтерської діяльності допомагає розвивати навички комунікації, співпраці, лідерства та відповідальності. Це також сприяє підвищенню самоповаги, розширенню світогляду та формуванню позитивних соціальних зв'язків. Важливо заохочувати волонтерів до активної участі та надавати їм підтримку для максимального використання їхнього потенціалу. Тому як психологи ми можемо заохочувати і підтримувати людей у волонтерській роботі. Також допомагати з вибором волонтерської діяльності молодим людям, старшим школярам, студентам тощо.

Психологи відіграють ключову роль у заохоченні та підтримці людей у їхній волонтерській діяльності. Оскільки волонтерство не лише сприяє соціальному благополуччю, але й сприяє особистісному зростанню, важливо розробляти програми та ініціативи, які мотивують людей до участі у волонтерських проектах.

Для молодих людей, старших школярів та студентів психологічна підтримка у виборі волонтерської діяльності є надзвичайно важливою. Це може включати консультації, тренінги та семінари, які допомагають визначити їхні інтереси, навички та потенційні напрями діяльності. Психологи можуть сприяти створенню платформ для обміну досвідом, де молоді люди можуть дізнаватися про різні можливості волонтерства та знайомитися з успішними прикладами.

Активна психологічна підтримка сприяє розвитку емоційної стійкості, підвищенню рівня самосвідомості та зміцненню почуття соціальної

відповідальності у волонтерів. Це, своєю чергою, сприяє формуванню гармонійної особистості та інтеграції молодих людей у соціально значущі активності.

Волонтерська діяльність, попри її численні позитивні аспекти, несе в собі й певні ризики для психічного здоров'я волонтерів. Оскільки волонтери часто глибоко емоційно залучені у свою роботу, вони можуть стикатися з високим рівнем стресу та емоційного напруження. Постійне перебування у ситуаціях, що вимагають великої емоційної віддачі, може призвести до вигорання, розчарування та інших негативних наслідків для психіки.

Психологи повинні бути особливо уважними до цих аспектів і розробляти стратегії для попередження та подолання негативних наслідків волонтерської діяльності. Це може включати регулярні психологічні консультації, створення груп підтримки, навчання технікам саморегуляції та управління стресом. Також важливо розробляти програми, які сприятимуть розвитку емоційної стійкості та здорових копінг стратегій у волонтерів.

Психологічна підтримка волонтерів повинна бути комплексною і спрямованою на збереження їхнього психічного здоров'я, що дозволить їм продовжувати свою діяльність без ризику для власного благополуччя. Важливо також створювати умови для регулярного відпочинку та відновлення ресурсів, що сприятиме зниженню ризиків вигорання та підтримці високого рівня мотивації до волонтерської діяльності.

Результати нашого дослідження показали, що різні категорії волонтерів мають суттєві відмінності в психологічних характеристиках, які впливають на їхню діяльність. Наприклад, волонтери, що працюють у громадських організаціях, демонструють високі рівні впевненості у собі, соціальної угоди та сумлінності, що підкреслює їхню орієнтацію на взаємодію з іншими та відповідальність. З іншого боку, військові волонтери характеризуються високим рівнем невротизму та сумлінності, що свідчить про їхню емоційну напруженість і високий рівень відповідальності.

Ці відмінності підкреслюють необхідність індивідуального підходу до психологічної підтримки волонтерів, враховуючи їхні унікальні психологічні профілі. Для кожної категорії волонтерів слід розробляти спеціалізовані програми підтримки, які враховують їхні специфічні потреби та виклики, з якими вони стикаються у своїй діяльності.

Розуміння цих відмінностей також дозволяє ефективніше направляти волонтерів на ті види діяльності, де їхні психологічні характеристики можуть бути найбільш корисними і де вони можуть досягти найвищої ефективності. Це підвищить загальну результативність волонтерських проектів і сприятиме задоволенню потреб як волонтерів, так і тих, кому вони допомагають.

Психологічне консультування відіграє ключову роль у підтримці волонтерів, особливо коли вони стикаються з наслідками емоційного вигорання, розчарування та інших психічних труднощів. Психологи можуть допомогти волонтерам зрозуміти та управляти своїми емоціями, розробляти ефективні стратегії подолання стресу та знаходити баланс між волонтерською діяльністю та особистим життям. Це включає навчання технікам релаксації, управління часом, саморефлексії та розвитку емоційної стійкості.

Крім того, психологічне консультування може сприяти якісному залученню людей до волонтерської діяльності, враховуючи їхні індивідуальні особливості та психологічні профілі. Вибір відповідної волонтерської діяльності, яка відповідає особистісним характеристикам та інтересам людини, підвищує задоволеність від діяльності та зменшує ризик вигорання. Наприклад, людей з високим рівнем емпатії та доброти можна залучати до роботи з дітьми чи у гуманітарних проектах, тоді як осіб з розвиненими навичками самоконтролю та відповідальності можна направляти до військових або організаційних волонтерських проектів.

Загалом, психологічне консультування сприяє створенню позитивного та підтримуючого середовища для волонтерів, що забезпечує їхню довготривалу залученість та ефективність у волонтерській діяльності. Врахування індивідуальних психологічних характеристик допомагає максимально

використовувати потенціал кожного волонтера та забезпечує гармонійний розвиток як особистості, так і волонтерських проектів загалом.

В роботі з людиною, яка має намір залучитися до волонтерської діяльності, ми пропонуємо психологам використовувати опитувальники для розуміння психологічного типу людини, її цінностей та ресурсних здібностей.

Для ефективної підтримки та направлення людей, які бажають стати волонтерами, важливо глибоко розуміти їхні психологічні характеристики, цінності та ресурси. Використання психологічних опитувальників може значно покращити цей процес, дозволяючи визначити індивідуальні особливості кожного потенційного волонтера.

Застосування таких інструментів, як опитувальники Великої П'ятірки, опитувальники копінг стратегій та інші методики, допоможе психологам отримати детальну інформацію про особистісні риси, емоційну стійкість, соціальні потреби та адаптивні можливості людини. Це дозволяє не лише знайти найбільш підходящий вид волонтерської діяльності, але й передбачити можливі виклики, з якими волонтер може зіткнутися.

Результати опитувальників можуть також вказати на необхідність додаткової підтримки або навчання у певних сферах, що підвищить готовність волонтера до ефективної роботи та знизить ризик вигорання. Наприклад, люди з високим рівнем тривожності можуть потребувати навчання технікам стрес-менеджменту, тоді як особи з низьким рівнем соціальної підтримки можуть потребувати створення мережі підтримки.

Таким чином, використання психологічних опитувальників у процесі підготовки волонтерів є важливим інструментом для забезпечення їхньої успішної та тривалої участі у волонтерській діяльності, сприяючи як їхньому особистісному зростанню, так і досягненню соціальних цілей.

Психологічна оцінка може включати різноманітні методики та опитувальники, які допомагають глибше зрозуміти особистісні риси, мотивацію, цінності та психологічний стан волонтерів. Окрім методик, що

були застосовані в нашій роботі, психологи можуть використовувати ті опитувальники, які вважають корисними і ефективними в своїй роботі.

Ось декілька прикладів таких методик:

1. **Шкала емоційного інтелекту (EQ):** Вимірює здатність людини розпізнавати, розуміти та управляти своїми емоціями, а також емоціями інших людей. Високий рівень емоційного інтелекту сприяє кращій соціальній взаємодії та адаптації.
2. **Шкала стресостійкості (RSI):** Оцінює здатність людини справлятися зі стресовими ситуаціями та підтримувати ефективну діяльність у складних умовах. Ця методика допоможе визначити рівень стресостійкості волонтера та необхідні заходи підтримки.
3. **Шкала життєстійкості (Hardiness Scale):** Вимірює рівень життєстійкості, який включає відданість, контроль та виклик. Високий рівень життєстійкості свідчить про здатність ефективно справлятися з труднощами та адаптуватися до змін.
4. **Шкала тривожності Спілбергера:** Оцінює рівень ситуативної та особистісної тривожності. Високий рівень тривожності може вказувати на потребу у додатковій психологічній підтримці для зниження ризику вигорання.
5. **Шкала депресії Бека (BDI):** Використовується для виявлення симптомів депресії. Ця шкала допоможе визначити рівень депресивних проявів у волонтерів та своєчасно надати необхідну допомогу.
6. **Шкала мотивації (Motivation Scale):** Оцінює внутрішню та зовнішню мотивацію людини. Розуміння мотиваційних факторів допоможе ефективніше залучати волонтерів до діяльності, яка відповідає їхнім внутрішнім потребам.
7. **Опитувальник цінностей Шварца (Schwartz Value Survey):** Вимірює основні цінності людини, такі як безпека, традиції, гедонізм, стимуляція, самостійність, досягнення, універсалізм, доброзичливість і конформізм. Розуміння цінностей волонтерів допоможе визначити, які

види діяльності будуть найбільш мотивуючими та відповідними для кожного з них.

Застосування цих методик разом із методиками, що були використані в нашому дослідженні, дозволяє психологам отримати всебічне уявлення про особистісні риси, мотивацію, цінності та психологічний стан волонтерів. Це допоможе забезпечити ефективну підтримку та розвиток кожного волонтера, враховуючи його індивідуальні особливості.

При виборі волонтерської діяльності важливо враховувати як власні цінності, так і особистісні чинники, що можуть вплинути на ефективність та стійкість у виконанні завдань. Люди, які обирають роботу з дітьми, часто демонструють високі рівні емпатії, доброти та любові до інших. Ці цінності є визначальними для їхньої мотивації та задоволення від виконання волонтерської діяльності.

Однак, окрім цінностей, необхідно також враховувати особистісні чинники, такі як здатність до копінгу з емоційними та стресовими ситуаціями. Волонтери, які показують високі показники любові до людей та доброти, можуть одночасно мати низьку здатність до ефективного подолання стресу. Це може призвести до емоційного вигорання, розчарування та зниження ефективності їхньої роботи.

Для запобігання вигоранню та підтримки психічного здоров'я волонтерів важливо забезпечувати їх необхідними ресурсами та навчати технікам управління стресом. Психологи можуть допомогти волонтерам розвивати навички саморегуляції, емоційного самоконтролю та ефективного копінгу. Це включає навчання методам релаксації, медитації, тайм-менеджменту та підтримку в створенні здорових меж між волонтерською діяльністю та особистим життям.

На основі проведеного дослідження та отриманих даних, можна надати наступні рекомендації для покращення підтримки та розвитку волонтерів у різних категоріях.

1. Індивідуальний підхід до волонтерів

Отримані результати дослідження вказують на значні відмінності у психологічних характеристиках волонтерів різних категорій. Тому важливо застосовувати індивідуальний підхід при роботі з кожним волонтером, враховуючи його унікальний психологічний профіль. Наприклад, волонтери з високим рівнем тривожності потребують навчання технікам управління стресом, тоді як волонтери з високим рівнем доброти можуть потребувати навчання встановленню здорових меж, щоб уникнути вигорання.

2. Психологічне консультування та підтримка

Волонтерська діяльність часто пов'язана з високим рівнем емоційної залученості, що може призвести до вигорання. Регулярні сесії психологічного консультування можуть допомогти волонтерам справлятися зі стресом та емоційним напруженням. Консультації можуть включати обговорення копінг стратегій, техніки релаксації та інші методи підтримки психічного здоров'я.

3. Використання психологічних опитувальників

Для більш точного визначення психологічних характеристик волонтерів рекомендується використовувати різні опитувальники, такі як шкала емоційного інтелекту (EQ), шкала тривожності Спілбергера, шкала депресії Бека (BDI) та опитувальник цінностей Шварца. Це дозволить психологам отримати всебічне уявлення про особистісні риси, мотивацію та цінності волонтерів, що сприятиме їхній більш ефективній підтримці.

4. Розвиток емоційної стійкості та самоконтролю

Дані дослідження показали, що високий рівень емоційної стійкості та самоконтролю є важливими для багатьох волонтерів. Навчання технікам емоційної регуляції, медитації, майндфулнесу та інших методів управління емоціями може допомогти волонтерам підвищити свою стійкість до стресу та знизити ризик вигорання.

5. Заохочення соціальної підтримки

Результати дослідження підкреслюють важливість соціальної підтримки для волонтерів, особливо у гуманітарних та організаційних проектах. Створення мереж підтримки, організація групових сесій та заходів для обміну досвідом

можуть сприяти підвищенню рівня соціальної підтримки та зниженню рівня стресу серед волонтерів.

6. Навчання ефективним копінг стратегіям

Волонтери різних категорій використовують різні копінг стратегії для подолання стресу. Навчання волонтерів ефективним копінг стратегіям, таким як планування вирішення проблем, пошук соціальної підтримки та позитивна переоцінка, може допомогти знизити рівень емоційного напруження та підвищити ефективність їхньої діяльності.

7. Профілактика вигорання

Для запобігання вигоранню необхідно забезпечувати волонтерів можливостями для регулярного відпочинку та відновлення ресурсів. Організація відпусток, рекреаційних заходів та створення умов для балансу між волонтерською діяльністю та особистим життям є важливими елементами профілактики вигорання.

8. Врахування цінностей при виборі волонтерської діяльності

Психологічні опитувальники, такі як опитувальник цінностей Шварца, можуть допомогти визначити основні цінності волонтерів. Врахування цих цінностей при виборі волонтерської діяльності сприятиме підвищенню задоволення від роботи та зниженню ризиків психічного виснаження. Наприклад, люди з високою цінністю універсалізму можуть бути більш задоволені роботою в гуманітарних проектах, тоді як ті, хто цінує досягнення, можуть бути більш ефективними в організаційних та івент-волонтерствах. Ці рекомендації, засновані на результатах дослідження, допоможуть забезпечити ефективну підтримку та розвиток волонтерів, підвищуючи їхню ефективність та задоволення від діяльності.

Висновки до 3 розділу

За результатами емпіричного дослідження було проаналізовано різні показники між сьома групами вибірок: івент-волонтери, волонтери з

організацій, військові волонтери, гуманітарні волонтери, допомога дітям, допомога тваринам та екологічні волонтери.

За першою методикою «Велика п'ятірка» значно вирізняється показник прихильності-відокремленості, вказуючи на різноманітність якостей серед волонтерів. Волонтери з високим рівнем прихильності часто володіють особистісними якостями, такими як душевність та високий рівень комунікаційних навичок. У той час як інша група волонтерів, яка має менший рівень прихильності, може виявляти більше дистанційності від оточуючих. Незважаючи на це, вони також обдаровані суттєвими якостями, такими як великі амбіції та бажання допомагати тим, хто їх потребує. Зазвичай, ці індивіди зустрічаються серед волонтерів організацій або інших сфер, особливо тих, хто обіймає керівні посади.

Велике балансування кожної із вибірок за показником самоконтроль-імпульсивність. Високий самоконтроль, низька імпульсивність: Людина з цим балансом може виявляти велику стійкість до стресу та ефективно керувати своїми обов'язками на роботі.

Низький самоконтроль, висока імпульсивність: Така особистість може швидко реагувати на нові ідеї або ситуації, але водночас може стикатися з труднощами в управлінні часом та завданнями.

За методикою Р. Лазаруса волонтери виявили високий рівень позитивної переоцінки та відповідальності, при цьому уникаючи стратегій втечі та уникнення проблем. Такий підхід до копінгу свідчить про їхню ефективність у роботі та готовність ефективно вирішувати виклики, з якими вони зіштовхуються.

Загальний рівень психологічної ресурсності (за опитувальником визначення рівня психологічної ресурсності) у всіх типах волонтерів є досить високим. Це означає здійснення саморозвитку, вміння бути компетентним у життєвих і професійних питаннях, прагнення аналізу особистісного потенціалу. Автономність у прийнятті рішень. Самодостатність у доланні

складних життєвих ситуацій. Уміння підтримувати та надихати інших. Прагнення й уміння любити, бути творчим і досягати успіху.

Кореляційний аналіз виявив важливий зв'язок між самоставленням та вибором копінг-стратегій. Згідно з отриманими даними, самоприйняття прямо корелює з просоціальними активними стратегіями копінгу, зокрема з асертивними діями та вступом до соціального контакту. Виявлено, що особи з високим рівнем самоприйняття схильні використовувати конструктивні методи вирішення проблем, спрямовані на покращення взаємин з іншими.

У той час як стратегія уникнення виявляється популярною серед тих, хто має низьку самооцінку та відчуває внутрішні конфлікти. Це свідчить про те, що відчуття низької власної цінності може спонукати людей уникати проблем та ситуацій, що потребують активної участі.

Зокрема, шкала самокерівництва демонструє пряму взаємодію з копінг-стратегіями, такими як самоконтроль та планування рішень. Люди, які вірять у власні можливості та впевнено виступають у власних діях, виявляють більшу схильність до ефективного управління ситуаціями та планування своїх реакцій.

Ці результати підкреслюють важливість самоставлення в формуванні психологічної готовності до вирішення проблем та взаємодії у соціальних ситуаціях.

ВИСНОВКИ

Соціально-психологічні теорії волонтерської діяльності досліджують мотиви та фактори, які спонукають людей до волонтерської діяльності. Вони розглядають волонтерство як соціальний феномен, який має свої психологічні основи. Результати дослідження психологічних особливостей волонтерів з різних видів волонтерської діяльності свідчать про значущі відмінності в їхньому психологічному профілі. Волонтери, що займаються соціальною допомогою та підтримкою, виявили високий рівень емпатії та соціальної чутливості. Вони проявляли велику готовність взаємодіяти з різними людьми та виявляли великий рівень толерантності.

В результаті здійсненого нами дослідження ми дійшли наступних висновків:

1. Соціально-психологічні теорії волонтерської діяльності глибоко аналізують мотивації та визначальні фактори, що спонукають людей до активного волонтерства. В їхньому фокусі перебуває волонтерство як соціальний феномен, який має чітко виражені психологічні корені.

Однією з провідних соціально-психологічних теорій волонтерської діяльності є теорія соціальних потреб. Вона стверджує, що люди займаються волонтерством для задоволення своїх соціальних потреб, таких як потреба в приналежності, любові та самореалізації.

Іншим ключовим аспектом соціально-психологічного підходу є теорія соціальної відповідальності. Згідно з цією теорією, люди займаються волонтерською діяльністю для виконання свого соціального обов'язку. Вони відчують, що мають допомагати іншим та внести свій внесок у розвиток суспільства.

Досліджувалося різні види волонтерської діяльності. Гуманітарна діяльність спрямована на допомогу людям, які опинилися в складних життєвих обставинах. Допомога дітям спрямована на підтримку дітей, які потребують допомоги. Це може бути робота в дитячих будинках, центрах реабілітації,

проведення освітніх заходів тощо. Рятування тварин спрямована на захист тварин. Це може бути робота в притулках для тварин, проведення освітніх заходів тощо. Допомога військовим спрямована на підтримку військових, які захищають нашу країну. Це може бути робота в волонтерських центрах, забезпечення військових необхідними речами тощо.

В рамках нашого дослідження були встановлені наступні особливості діяльності волонтерства на соціально-психологічний стан через:

По-перше на наше емоційне становище, сприяючи підвищенню самооцінки та самореалізації. Волонтерська діяльність сприяє соціальній інтеграції та зменшенню рівня стресу, депресії та самотності, що в свою чергу позитивно впливає на психічне здоров'я та загальний стан особистості.

По-друге, волонтерство є ефективним засобом розвитку психологічних якостей та навичок. Волонтери набувають відповідальності, ініціативності, креативності та лідерських вмінь. Також вони розвивають комунікабельність, емпатію, гнучкість, адаптивність і толерантність, що робить їх більш компетентними в сучасному суспільстві.

По-третє, волонтерство сприяє формуванню ціннісно-сміслових характеристик особистості. Волонтери розвивають в собі альтруїзм, милосердя, турботу, любов, чуйність, повагу, доброту та справедливість. Ці цінності стають не лише частиною їхнього характеру, але й визначають напрямки їхньої життєвої позиції.

Усі категорії волонтерів здатні до високого рівня самоконтролю вказує на його здатність ефективно керувати своїми емоціями, діями та реакціями в різних ситуаціях. Це означає, що волонтер може управляти своїми поведінковими та психологічними реакціями, дотримуючись встановлених цілей та стандартів.

Загальний стан психологічної ресурсності у всіх категоріях волонтерів характеризується високими показниками, які визначалися за результатами опитування за спеціалізованим опитувальником. Це свідчить про виражений рівень саморозвитку, здатність до компетентності у різних життєвих і

професійних аспектах, а також прагнення до аналізу власного потенціалу. Важливою характеристикою волонтерів є автономність у прийнятті рішень та самодостатність у подоланні складних життєвих ситуацій.

Кореляційний аналіз виявив важливий зв'язок між рівнем самоствавлення та вибором стратегій копінгу. За отриманими даними, самоприйняття прямо корелює з просоціальними активними стратегіями копінгу, зокрема з асертивними діями та вступом до соціального контакту. Виявлено, що особи з високим рівнем самоприйняття виявляють схильність використовувати конструктивні методи вирішення проблем, спрямовані на поліпшення взаємин з іншими.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

- 1) Азьмук Н.А. Волонтерська діяльність як траєкторія реалізації трудового потенціалу в Україні. Ефективна економіка: ел. наук. фах. видання. 2019. № 8.
- 2) Бадида М. Волонтерство – нова форма громадянської активності в Україні [Електронний ресурс] / М. Бадида // ЗОУНБ ім. Ф.Потушняка. – 2021. Режим доступу до ресурсу: <https://www.biblioteka.uz.ua/vistavka/?presentation=226>.
- 3) Вайнілович Н. А. ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ЛЮДИНИ ДО ЗДІЙСНЕННЯ ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ [Електронний ресурс] / Н. А. Вайнілович // ВІСНИК НТУУ «КПІ». Політологія. Соціологія. Право. Випуск 2(14). – 2012. – Режим доступу до ресурсу: <http://visnyk-ppsp.kpi.ua/article/view/121311/116427>.
- 4) Вашкович В. В. Адміністративно-правове забезпечення волонтерства як складова соціальної функції держави : автореф. дис. ... канд. юрид. наук: спец. 12.00.07. Ужгород, 2018. 19 с.
- 5) Волонтерство в Україні. Історія волонтерства в Україні. [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://kntiis.od.ua/sites/default/files/files/volonterstvo2.pdf>.
- 6) Волонтерство [Електронний ресурс] // gov.ua – Режим доступу до ресурсу: <https://nssu.gov.ua/volonterstvo>.
- 7) ВОЛОНТЕРИ ДЛЯ КУЛЬТУРНОЇ СПАДЩИНИ [Електронний ресурс] // АСОЦІАЦІЯ ГІРСЬКИХ ПРОВІДНИКІВ «РОВІНЬ». – 2022. – Режим доступу до ресурсу: <https://rovin.com.ua/index.php/uk/proiekty-4/volontery-dlia-kulturnoi-spashchyny>.
- 8) Василенко М. ВОЛОНТЕРСТВО ЯК СТАТЕГІЯ РОЗВИТКУ

- МОЛОДІЖНОГО ЛІДЕРСТВА В МИКОЛАЇВСЬКОМУ НАЦІОНАЛЬНОМУ АГРАРНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ [Електронний ресурс] / М. Василенко, Н. Шарата // Миколаївський національний аграрний університет – Режим доступу до ресурсу:
<https://dspace.mnau.edu.ua:8443/jspui/bitstream/123456789/12339/1/13-14.pdf>.
- 9) Вайнілович Н. А. Чинники формування мотивації людини до здійснення волонтерської діяльності. Вісник Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут». *Політологія. Соціологія. Право*. 2012. №2. С. 53-59
- 10) Гуманітарна допомога ЗСУ і підозри волонтерам: що відбувається насправді? [Електронний ресурс] // Радіо Свобода. – 2022. – Режим доступу до ресурсу:
<https://www.radiosvoboda.org/a/volontery-dopomoha-humanitarka-viyuna/32011853.html>.
- 11) Говоруха Н. О. Типи волонтерської діяльності [Електронний ресурс] / Н. О. Говоруха. – 2018. – Режим доступу до ресурсу:
<http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2018/8/6.pdf>.
- 12) Громадська Організація “Прихист” [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://www.prikhist.com/>.
- 13) Глаголич С.Ю. Порівняльна характеристика емоційного інтелекту у волонтерів, діяльність яких пов’язана із забезпеченням військових у зоні бойових дій, залежно від рівня дезадаптації та вигорання. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2018. № 4. С. 282-288.
- 14) "Добрий Самарянин" [Електронний ресурс] // Благодійний фонд "Добрий Самарянин" – Режим доступу до ресурсу:
https://good.od.ua/uk/?gclid=Cj0KCQiAsvWrBhC0ARIsAO4E6f_YO4Pvf-ZFtV1wm4-Cv5K8MSbgCtHJpdTda2XHFMgaHtKC_yRhW8oaAjzxEALw_w

[сВ.](#)

- 15) Дитинство без війни [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://uakids.com.ua/>.
- 16) Жерельнікова З. «Все для фронту»: благодійність та волонтерство українців з початку повномасштабної війни [Електронний ресурс] / З. Жерельнікова // Вокс Україна. – 2022. – Режим доступу до ресурсу: <https://voxukraine.org/vse-dlya-frontu-blagodijnist-ta-volonterstvo-ukrayintsviv-z-pochatku-povnomasshtabnoyi-vijny>.
- 17) Зливков В.Л., Лукомська С.О. Психологічні особливості волонтерської діяльності у сучасній Україні : мотиваційний аспект. Науковий вісник МНУ імені В. О. Сухомлинського. *Психологічні науки*. 2015. № 2 (15). С. 41.
- 18) Карітас Україна [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://caritas.ua/>.
- 19) Кривенко Ю. В. ВОЛОНТЕРСЬКА ДІЯЛЬНІСТЬ: ПОНЯТТЯ ТА ОЗНАКИ [Електронний ресурс] / Ю. В. Кривенко // Часопис цивілістики. – 2015. – Режим доступу до ресурсу: <http://dspace.onua.edu.ua/bitstream/handle/11300/8288/Chasopys%2041-44.pdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- 20) Коломієць Л.Г., Глиздова А.Ю., Узвенчук В.С. Психологічні особливості мотивації волонтерської діяльності. *Психологічний журнал*. 2017. № 9 (5). С. 79-90
- 21) Клокун А. «Політика» Аристотеля: модель ідеальної держави [Електронний ресурс] / А. Клокун. – 2018. – Режим доступу до ресурсу: <https://plomin.club/politics-of-aristotle-the-model-of-an-ideal-state/>.
- 22) Лях Т. Л. ВИДИ МОТИВАЦІЇ ДО ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ [Електронний ресурс] / Т. Л. Лях // Вісник Запорізького національного університету. – 2011. – Режим доступу до ресурсу:

<https://core.ac.uk/download/19666975.pdf>.

- 23) Лях Т. Л. Волонтерство як суспільний феномен. *Проблеми педагогічних технологій*. 2004. №3. С. 139-144.
- 24) Львовчкіна А.М. Психологія волонтерської діяльності. *Актуальні проблеми психології*. 2015. Т. 7. Вип. 35. С. 130.
- 25) Матвієнко Л. І. Особистість волонтера у психологічному вимірі: ціннісно-мотивацій аспект (надання соціальних послуг вразливим верствам населення). *Ринок праці та зайнятості населення*. 2016. №1. С. 50-59.
- 26) Моделі та теорії соціальної відповідальності [Електронний ресурс] // pidru4niki – Режим доступу до ресурсу:
https://pidru4niki.com/91752/sotsiologiya/modeli_teoriyi_sotsialnoyi_vidpovidalnosti.
- 27) Мороз Р.А., Казар'ян П.А. Організаційно-психологічні засади волонтерської допомоги в Україні. *Вісник Національного університету оборони України*. 2015. № 3 (46). С. 194-195.
- 28) Нагорнюк О. ВОЛОНТЕРСТВО ЯК ПРАКТИКА ГРОМАДЯНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА [Електронний ресурс] / О. Нагорнюк // uplan. – 2023. – Режим доступу до ресурсу:
<https://uplan.org.ua/analytics/volonterstvo-iaak-praktyka-hromadianskoho-suspilstva/>.
- 29) Освіторія [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу:
<https://osvitoria.org/>.
- 30) Проценко О.О. Волонтерські практики в умовах вимушеної міграції в сучасній Україні: чинники та наслідки актуалізації: автореф. дис. ... канд. соц. наук: 22.00.04 «Спец-ні та галуз. соціології» (соціол. науки); Харк. нац. ун-т імені В. Н. Каразіна. Харків, 2021. С. 3.

- 31) Прус М. Як волонтери з усього світу рятують тварин в Україні [Електронний ресурс] / М. Прус // Голос Америки. – 2022. – Режим доступу до ресурсу: <https://www.holosameryky.com/a/tvaryny-ukraina-viina/6504743.html>.
- 32) Поняття лідерства та керівництва [Електронний ресурс] // Освіта.ua. – 2010. – Режим доступу до ресурсу: <https://osvita.ua/vnz/reports/psychology/10041/>.
- 33) Поняття про мотивацію та її місце в структурі психіки [Електронний ресурс] // pidru4nik – Режим доступу до ресурсу: https://pidru4niki.com/16011013/psihologiya/ponyattya_pro_motivatsiyu_mistse_s_trukturi_psihiki
- 34) Сірко В.С. Адміністративно-правове регулювання волонтерської діяльності в Україні: автореф. дис. ... канд. юрид. наук: спец. 12.00.07 «Адмін. право і процес; фін. право; інф. право»; Одес. держ. ун-т внутр. Одеса, 2018. 23 с.
- 35) Тимченко С. С. ІСТОРІЯ ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У СВІТІ ТА В УКРАЇНІ [Електронний ресурс] / С. С. Тимченко, А. В. Шраміна
- 36) // Харківський національний автомобільно-дорожній університет. – 2015. – Режим доступу до ресурсу: https://keui.files.wordpress.com/2015/04/42_tymchenko_shmarina.pdf.
- 37) Теорія трьох потреб МакКлелланда: Влада, досягнення та приналежність (McClelland's Three Needs Theory) [Електронний ресурс] // Махум Zosym. – 2022. – Режим доступу до ресурсу <https://www.maxzosim.com/mcclellands-three-needs-theory-power-achievement-and-affiliation/>
- 38) Томіна В.Ю., Пашасєв А.З. Порівняльно-правовий аналіз

вітчизняного та зарубіжного законодавства в питаннях волонтерської діяльності. *Південноукраїнський правничий часопис*. 2019. № 2. С. 13-16.

- 39) Трубнікова О.А. Соціально-психологічний зміст менеджменту волонтерської діяльності. *Актуальні проблеми психології*. 2010. Т. 7. Вип. 22. С. 146-150.
- 40) Шевчук О. В. ВОЛОНТЕРСТВО ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА ОСОБИСТОСТІ [Електронний ресурс] / О. В. Шевчук, О. В. Старик. – 2021. – Режим доступу до ресурсу: <http://habitus.od.ua/journals/2021/22-2021/5.pdf>.
- 41) Юрченко І. В. Мотиваційні аспекти волонтерської діяльності.
- 42) Соціальні виміри суспільства. 2009. №1. С. 361-368.
- 43) 10 чудових переваг волонтерства [Електронний ресурс] // Європейський простір. – 2020. – Режим доступу до ресурсу: <https://euprostit.org.ua/practices/154255>.
- 44) 85% українців вважають що волонтерський рух допомагає зміцненню миру [Електронний ресурс]. – 2014. – Режим доступу до ресурсу: <https://www.kmu.gov.ua/news/247800125>.
- 45) 10 НАЙПОПУЛЯРНІШИХ НАПРЯМКІВ ЕКОЛОГІЧНОГО ВОЛОНТЕРСТВА [Електронний ресурс] // Екодія. – 2021. – Режим доступу до ресурсу: <https://ecoaction.org.ua/eko-volonter-10.html>.
- 46) Бадида М. Волонтерство – нова форма громадянської активності в Україні [Електронний ресурс] / М. Бадида // ЗОУНБ ім. Ф.Потушняка. – 2021. – Режим доступу до ресурсу: <https://www.biblioteka.uz.ua/vistavka/?presentation=226>.
- 47) Вайнілович Н. А. ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ЛЮДИНИ ДО ЗДІЙСНЕННЯ ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ [Електронний ресурс] / Н. А. Вайнілович // ВІСНИК НТУУ «КПІ». Політологія. Соціологія. Право. Випуск 2(14). – 2012. – Режим доступу до ресурсу: <http://visnyk-ppsp.kpi.ua/article/view/121311/116427>.

- 48) Волонтерство в Україні. Історія волонтерства в Україні. [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://kntiis.od.ua/sites/default/files/files/volonterstvo2.pdf>.
- 49) Волонтерство [Електронний ресурс] // gov.ua – Режим доступу до ресурсу: <https://nssu.gov.ua/volonterstvo>.
- 50) ВОЛОНТЕРИ ДЛЯ КУЛЬТУРНОЇ СПАДЩИНИ [Електронний ресурс] // АСОЦІАЦІЯ ГІРСЬКИХ ПРОВІДНИКІВ «РОВІНЬ». – 2022. – Режим доступу до ресурсу: <https://rovin.com.ua/index.php/uk/proiektu-4/volontery-dlia-kulturnoi-spashchyny>.
- 51) Василенко М. ВОЛОНТЕРСТВО ЯК СТАТЕГІЯ РОЗВИТКУ МОЛОДІЖНОГО ЛІДЕРСТВА В МИКОЛАЇВСЬКОМУ НАЦІОНАЛЬНОМУ АГРАРНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ [Електронний ресурс] / М. Василенко, Н. Шарата // Миколаївський національний аграрний університет – Режим доступу до ресурсу: <https://dspace.mnau.edu.ua:8443/jspui/bitstream/123456789/12339/1/13-14.pdf>.
- 52) Гуманітарна допомога ЗСУ і підозри волонтерам: що відбувається насправді? [Електронний ресурс] // Радіо Свобода. – 2022. – Режим доступу до ресурсу: <https://www.radiosvoboda.org/a/volontery-dopomoha-humanitarka-viyna/32011853.html>.
- 53) Говоруха Н. О. Типи волонтерської діяльності [Електронний ресурс] / Н. О. Говоруха. – 2018. – Режим доступу до ресурсу: <http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2018/8/6.pdf>.
- 54) Громадська Організація “Прихист” [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://www.prikhist.com/>.
- 55) "Добрий Самарянин" [Електронний ресурс] // Благодійний фонд "Добрий Самарянин" – Режим доступу до ресурсу: https://good.od.ua/uk/?gclid=Cj0KCQiAsvWrBhC0ARIsAO4E6f_YO4Pvf-ZFtV1wm4-Cv5K8MSbgCtHJpdTda2XHFMgaHtKC_yRhW8oaAjzxEALw_wcB.

- 56) Дитинство без війни [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://uakids.com.ua/>.
- 57) Жерельнікова З. «Все для фронту»: благодійність та волонтерство українців з початку повномасштабної війни [Електронний ресурс] / З. Жерельнікова // Вокс Україна. – 2022. – Режим доступу до ресурсу: <https://voxukraine.org/vse-dlya-frontu-blagodijnist-ta-volonterstvo-ukrayintsiv-z-pochatku-povnomasshtabnoyi-vijny>.
- 58) Карітас Україна [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://caritas.ua/>.
- 59) Кривенко Ю. В. ВОЛОНТЕРСЬКА ДІЯЛЬНІСТЬ: ПОНЯТТЯ ТА ОЗНАКИ [Електронний ресурс] / Ю. В. Кривенко // Часопис цивілістики. – 2015. – Режим доступу до ресурсу: <http://dspace.onua.edu.ua/bitstream/handle/11300/8288/Chasopys%2041-44.pdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- 60) Клокун А. «Політика» Аристотеля: модель ідеальної держави [Електронний ресурс] / А. Клокун. – 2018. – Режим доступу до ресурсу: <https://plomin.club/politics-of-aristotle-the-model-of-an-ideal-state/>.
- 61) Лях Т. Л. ВИДИ МОТИВАЦІЇ ДО ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ [Електронний ресурс] / Т. Л. Лях // Вісник Запорізького національного університету. – 2011. – Режим доступу до ресурсу: <https://core.ac.uk/download/19666975.pdf>.
- 62) Моделі та теорії соціальної відповідальності [Електронний ресурс] // pidru4niki – Режим доступу до ресурсу: https://pidru4niki.com/91752/sotsiologiya/modeli_teoriyi_sotsialnoyi_vidpovidalnosti.
- 63) Нагорнюк О. ВОЛОНТЕРСТВО ЯК ПРАКТИКА ГРОМАДЯНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА [Електронний ресурс] / О. Нагорнюк // uplan. – 2023. – Режим доступу до ресурсу: <https://uplan.org.ua/analytics/volonterstvo-iak-praktyka-hromadianskoho-suspilstva/>.

- 64) Освіторія [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу:
<https://osvitoria.org/>.
- 65) Прус М. Як волонтери з усього світу рятують тварин в Україні [Електронний ресурс] / М. Прус // Голос Америки. – 2022. – Режим доступу до ресурсу:
<https://www.holosameryky.com/a/tvaryny-ukraina-viina/6504743.html>.
- 66) Поняття лідерства та керівництва [Електронний ресурс] // Освіта.ua. – 2010. – Режим доступу до ресурсу:
<https://osvita.ua/vnz/reports/psychology/10041/>.
- 67) Поняття про мотивацію та її місце в структурі психіки [Електронний ресурс] // pidru4nik – Режим доступу до ресурсу:
https://pidru4niki.com/16011013/psihologiya/ponyattya_pro_motivatsiyu_mists_e_strukturi_psihiki
- 68) Тимченко С. С. ІСТОРІЯ ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У СВІТІ ТА В УКРАЇНІ [Електронний ресурс] / С. С. Тимченко, А. В. Шрамінна // Харківський національний автомобільно-дорожній університет. – 2015. – Режим доступу до ресурсу:
https://keui.files.wordpress.com/2015/04/42_tymchenko_shmarina.pdf.
- 69) Теорія трьох потреб МакКлелланда: Влада, досягнення та приналежність (McClelland's Three Needs Theory) [Електронний ресурс] // Махум Zosym. – 2022. – Режим доступу до ресурсу:
<https://www.maxzosim.com/mcclellands-three-needs-theory-power-achievement-and-affiliation/>.
- 70) Шевчук О. В. ВОЛОНТЕРСТВО ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА ОСОБИСТОСТІ [Електронний ресурс] / О. В. Шевчук, О. В. Старик. – 2021. – Режим доступу до ресурсу:
<http://habitus.od.ua/journals/2021/22-2021/5.pdf>.
- 71) 10 чудових переваг волонтерства [Електронний ресурс] // Європейський простір. – 2020. – Режим доступу до ресурсу:
<https://euprostir.org.ua/practices/154255>.

- 72) 85% українців вважають що волонтерський рух допомагає зміцненню миру [Електронний ресурс]. – 2014. – Режим доступу до ресурсу: <https://www.kmu.gov.ua/news/247800125>.
- 73) 10 НАЙПОПУЛЯРНІШИХ НАПРЯМКІВ ЕКОЛОГІЧНОГО ВОЛОНТЕРСТВА [Електронний ресурс] // Екодія. – 2021. – Режим доступу до ресурсу: <https://ecoaction.org.ua/eko-volonter-10.html>.