

**КИЇВСЬКИЙ ІНСТИТУТ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА
ПСИХОТЕРАПІЇ**

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему:

**Психологічні чинники низької залученості громадян у волонтерство, в
українському контексті**

Здобувача (ки) 2 курсу КП-241 групи
Спеціальності 053 Психологія
Освітньо-професійна програма
Клінічна психологія
Ольги БАРКОВСЬКОЇ
(прізвище та ініціали)

Керівники

Наталія МАКСИМОВА, д.психол.н., проф.,
Євгенія ІВАНОВА, к.психол.н.
(прізвище та ініціали, вчене звання, науковий ступінь)

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

Протокол №11 від «22» червня 2026р.

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., доц., Трофімова Д.О.

підпис

(наукова ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я, по батькові)

Київ—2026

АНОТАЦІЯ.

На сьогодні волонтерство в Україні набуло широкого розвитку, що зумовлено високим рівнем мотивації населення. Водночас існує частина громадян, які мають психологічну неготовність до залучення у волонтерську діяльність, що залишається недостатньо дослідженими. Метою дослідження було емпірично проаналізувати і виявити чинники не готовності осіб до участі у волонтерській діяльності, в умовах воєнного стану. Для досягнення поставленої цілі, для дослідження нами було використана Шкала емоційного відгуку Меграбян і Епштейн, Шкала міжособистісної довіри Дж. Б. Роттера, Методика «Портрет цінностей» Ш. Шварца. Вибірку склали 75 респондентів, які мали досвід систематичної волонтерської діяльності, або не долучалися до волонтерських ініціатив.

У результаті проведеного дослідження встановлено що головна відмінність між волонтерами та тими, хто не залучений до волонтерства, полягає не в системі цінностей, а в характері їхньої інтеграції з емоційними ресурсами особистості. Рівень міжособистісної довіри, на відміну від інших показників, не продемонстрував значущих відмінностей між групами.

У цьому контексті підтримка та розвиток емоційної чутливості, зменшення рівня стресу та створення умов для безпечного залучення до волонтерської діяльності можуть стати важливими напрямками у подоланні психологічної не готовності до волонтерства.

Ключові слова: *волонтерство, мотивація, психологічні, цінності, емоційний відгук*

ЗМІСТ

Вступ.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗАЛУЧЕНОСТІ ДО ВОЛОНТЕРСЬКИХ ІНІЦІАТИВ ...	7
1.1 Волонтерство як соціально-психологічний феномен	7
1.2 Волонтерська діяльність в сучасному українському контексті	15
1.3 Психологічні чинники не готовності брати участі у волонтерських ініціативах.....	22
Висновки до розділу 1.....	26
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ НИЗЬКОЇ ЗАЛУЧЕНОСТІ ДО УЧАСТІ У ВОЛОНТЕРСЬКИХ ІНІЦІАТИВАХ	28
2.1 Методологія та організація дослідження.....	28
2.2 Характеристика вибірки.....	34
Висновки до розділу 2	38
РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ,	40
3.1 Аналіз результатів емпіричного дослідження.....	40
3.2 Емоційний ресурс як чинник волонтерської активності	53
3.3 Концептуальні підходи до розвитку емоційного ресурсу як чинника волонтерської активності.	54
Висновки.	65
ДОДАТКИ.....	68
Додаток А	68
Додаток Б.....	70
Додаток В	72
Додаток Г	74
Додаток Ґ	76
Список використаних джерел і літератури:	82

ВСТУП

Масштабність волонтерських ініціатив, їх стратегічна важливість потребують глибокого дослідження психологічних факторів, що впливають на залучення або, навпаки, неучасть громадян у волонтерській діяльності.

Попри безпрецедентний розвиток волонтерства, частина населення залишається незалученою до волонтерських процесів. Причини такої неучасті є різноманітними й охоплюють як об'єктивні обставини (нестача часу, ресурсів, знань), так і глибинні психологічні детермінанти: відчуття некомпетентності, страх соціальної оцінки, стереотипи, емоційна нестабільність, внутрішні бар'єри та знижена самоефективність.

Дослідження цих чинників має важливе значення для розуміння механізмів мотивації, розробки програм підтримки та розвитку волонтерських практик, а також для формування ефективних комунікаційних стратегій залучення громадян до волонтерства.

Актуальність теми зумовлюється тим, що в умовах війни волонтерська діяльність стала невід'ємним елементом національної безпеки, психологічної стійкості та соціальної єдності. Дослідження психологічної готовності до волонтерства сприяє кращому розумінню внутрішніх процесів, що визначають участь або неучасть громадян у волонтерських ініціативах, і дозволяє підвищити їхню ефективність.

Довіра є одним з ключових чинників ефективності волонтерської діяльності. З психологічної точки зору довіра визначається не лише зовнішніми обставинами, але й внутрішньоособистісними характеристиками людини: рівнем міжособистісної довіри, попереднім досвідом взаємодії, здатністю до емпатії, когнітивними упередженнями та ціннісними орієнтаціями. Попри загальне зростання соціальної активності

та високий рівень громадянської свідомості в Україні, спостерігається значна частка населення, яка не бере участі у волонтерських ініціативах. Це свідчить про психологічну не готовність, пов'язаних не лише з довірою до соціальних інституцій, а й із внутрішніми особистісними чинниками.

Вивчення психологічних механізмів сприяє розумінню чинників громадянської пасивності та розробці тренінгових програм, спрямованих на підвищення залученості населення до волонтерської діяльності.

Наукова новизна полягає у вивченні психологічних чинників низької залученості до волонтерської діяльності в українському контексті, встановлення взаємозв'язку між ціннісними, емоційними та особистісними чинниками що зумовлюють низький рівень готовності особистості до участі у волонтерських ініціативах

Теоретико-методологічну основу дослідження склали наукові праці присвячені проблемам волонтерства в умовах суспільної кризи та воєнного стану, формуванню морально-ціннісних орієнтирів особистості, розвитку емпатії, довіри та громадянської активності. Особливу увагу приділено психологічним чинникам, що впливають на готовність або неготовність особистості до участі у волонтерській діяльності.

Об'єкт дослідження: Особистісні риси осіб, які залучені до волонтерської діяльності

Предмет дослідження: Особистісні риси осіб, які залучені до волонтерської діяльності, в умовах воєнного стану.

Мета дослідження: Виявити чинники не готовності осіб до участі у волонтерській діяльності, в умовах воєнного стану.

Дослідницькі питання:

1. Як моральні орієнтири впливають на бажання брати

участь у волонтерській діяльності?

2. Які існують психологічні причини не готовності брати участь у волонтерській діяльності?

3. Чинники низької готовності осіб до волонтерства, попри сформовані ціннісні орієнтири та емоційний відгук?

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретико-методологічні підходи до вивчення залученості до волонтерських ініціатив
2. Емпірично дослідити та проаналізувати причини низької залученості до волонтерства
3. Надати рекомендації щодо впровадження психоедукаційної програми для залучення громадян до участі у волонтерських ініціативах

Методи дослідження:

1. Теоритико-методологічне обґрунтування дослідження
2. Емпіричні:
 - Авторська анкета
 - Методика «Портрет цінностей» Шварца
 - Шкала емоційного відгуку Меграбян і Епштейн
 - Шкала міжособистісної довіри Дж. Б. Роттера

Вибірка дослідження: Українці віком від 20 років до 50, методом випадкових чисел, була проведена за допомогою гугл-форми. До вибірки увійшли як особи з досвідом систематичної волонтерської діяльності, так і респонденти, які долучалися до волонтерства епізодично, або не долучалися протягом 6 останніх місяців.

Теоретична значущість роботи. Розширення наукових уявлень про

психологічні чинники залученості населення до волонтерської діяльності.

Практична значущість роботи. Результатів дослідження можуть бути корисні у діяльності практичних психологів для діагностики психологічних чинників неготовності до волонтерської діяльності, а також для створення корекційних та психоедукаційних програм, спрямованих на розвиток просоціальної мотивації.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗАЛУЧЕНОСТІ ДО ВОЛОНТЕРСЬКИХ ІНІЦІАТИВ.

1.1 Волонтерство як соціально-психологічний феномен

Роком виникнення волонтерського руху вважається 1859-й. Саме тоді французький письменник-журналіст Анрі Дюман, вражений кривавими картинами битви при Сольфогіно, запропонував ідею створення Червоного Хреста – організації, яка працювала б на волонтерських засадах і надавала першу медичну допомогу пораненим бійцям. Принципами, сформульованими Дюманом, керуються сьогодні волонтерські організації в усьому світі. До XIX ст. волонтерство сприймалось як військова справа, а волонтери – романтичні юнаки, які прагнули за покликом серця піти в бій за чужу незалежність і обов’язково в далеку екзотичну країну. Сьогодні волонтерські організації існують у 80 країнах світу. Загалом кожного року волонтерською діяльністю охоплено понад 100 млн осіб дорослого населення планети. Значимість волонтерства в світовому вимірі підтверджується його визнанням ООН, як суспільно-корисної діяльності на добровільній основі, яка повинна бути важливою складовою будь-якої стратегії, націленої на вирішення проблем, особливо в таких сферах як боротьба з бідністю, стійкий розвиток, охорона здоров’я, упередження лих та вчасне реагування, соціальна інтеграція, подолання соціальної нерівності та дискримінації. Відповідні положення Резолюції ООН та рекомендація щодо підтримки волонтерського руху пропонують урядам всіх держав включити волонтерство в національні плани розвитку як компонент з досягнення цілей сталого розвитку.

Волонтерська діяльність з давніх-давен була притаманна і українському народу. Адже у словнику української мови подано низку слів-синонімів (доброчинність, доброчинство, добродійство,

добродіяння, благодіяння тощо), які мають однакове тлумачення: «Надавати допомогу, сприяти кому-небудь у чомусь». Перші вітчизняні добровольці – Червоний Хрест, організований добровільний запис в сестри милосердя для шпиталю і лікарень для хворих.

В Україні поняття «волонтер» до 90-х ХХ ст. не існувало. Людей, що займалися суспільно-корисною справою, називали доброчинцями, благодійниками, альтруїстами, громадськими діячами, меценатами.

В радянській традиції термін «волонтер», «волонтерський» (від лат. *voluntarius, voluntas* – добра воля) сприймався виключно у воєнному контексті для позначення особи, що добровільно вступила на військову службу. І лише із активізацією світового волонтерського руху у різних його формах в останній третині ХХ ст., розповсюдженням на пострадянському просторі у 1990-х років діяльності численних благодійних організацій, 4 програм обміну, цільових благодійних міжнародних програм, у суспільній свідомості термін «волонтерство» оформлюється та починає сприйматися як різновид суспільно-корисної діяльності, найчастіше безоплатної та соціально значимої, що надається фізичними особами – добровольцями з особистої ініціативи або ж від недержавної некомерційної організації-об'єднання.

У 1990 році, в Парижі, вперше було ухвалено "Всесвітню декларацію волонтера" – це документ, який підтверджує право кожної людини на добровільну діяльність, а також визначає принципи та права волонтерів.. Декларація підтримує право на волонтерську діяльність для всіх, незалежно від їхньої раси, віросповідання, фізичних особливостей, соціального та матеріального становища. Ця декларація гарантує право присвячувати свій час, енергію та таланти індивідуальним або колективним акціям, не очікуючи за це

винагороди. У Всесвітній Декларації Волонтерства відзначається, що волонтерська діяльність становить фундамент громадянського суспільства, привносячи в життя людей потребу в мирі, свободі, безпеці та справедливості. Важливого значення, особливо в кризові періоди суспільного буття, набуває волонтерська діяльність, спрямована на зняття соціальної наруги шляхом підтримки найбільш знедолених категорій населення; забезпечення гідного існування громадян, які в силу об'єктивних обставин не здатні піклуватися про себе самостійно; «заповнення» недоліків державної соціальної політики, насамперед за рахунок оперативного реагування та надання ефективної адресної соціальної допомоги, що відповідає потребам і запитам конкретної людини; поширення гуманістичних та альтруїстичних ідей та настроїв в суспільстві тощо.

Волонтерський рух в Україні має власну історію започаткування та розвитку. Спалах волонтерської активності, що охопив усю країну, відбувся наприкінці 2013 р. і з особливою силою розгорнувся у 2014 р. у зв'язку з воєнним конфліктом на Донбасі. Локалізація волонтерської допомоги зумовлювалася гострими потребами врятування життя людей окупованих територій, підтримки бійців української армії, допомоги вимушеним переселенцям із зони конфлікту. Мобілізація ресурсів громадянського суспільства в Україні була реалізована саме через волонтерство у зв'язку із зовнішньою загрозою втрати територіальної цілісності української держави. Такий чинник не є типовим для активізації волонтерського руху в інших країнах світу. Це – наша українська специфіка.

При цьому можна виокремити ряд характерних рис прояву та реалізації волонтерських ініціатив протягом 2014–2021 рр., зумовлених як поєднанням

унікальних подій та умов, які формують потребу у волонтерській діяльності, так і соціокультурними особливостями українського

суспільства, зокрема їх масовість і стихійний характер, високу мобілізаційну здатність громадян, спрямованість на оперативне реагування на нагальні потреби, активне використання соціальних мереж, високий рівень суспільної довіри до волонтерів, професіоналізацію й інституціоналізацію ініціатив, тісну взаємодію з військовими та постраждалими групами населення, а також домінування патріотичних і солідарних мотивів у мотиваційній основі діяльності.

З 24 лютого 2022р. волонтерський рух в Україні не просто посилюється, а набув величезних масштабів. Регіони, в яких не ведуться активні бойові дії, невпинно працюють, забезпечуючи допомогу в різних напрямках:

підтримка переселенців;

підтримка госпіталів;

підтримка ЗСУ, нацгвардії;

захист тварин;

підтримка людей, які потребують допомоги через різні обставини (втрата роботи, наприклад);

психологічна підтримка;

юридична підтримка;

культурний розвиток та соціалізація.

Над цим працює велика кількість людей. Діють волонтерські організації, втім багато хто робить добрі справи самотійно. Надання волонтерської допомоги здійснюється за 19 основними напрямками визначених в законі України «Про волонтерську діяльність» та «іншими напрямками, не забороненими законодавством».

Існує різна класифікація видів волонтерської діяльності, яка включає в себе формальне\не формальне, державне, соціальне та

проектне. Формальне волонтерство розуміється як таке, що потребує роботи 20 волонтера на довготривалій основі за заданими правилами: це повний робочий день, щоденне надання послуг, та слідування встановленому плану роботи. Формальне волонтерство, як правило, має структуру бізнес менеджменту. Неформальне волонтерство відбувається переважно в місцевих громадах, для вирішення їхніх локальних потреб. Волонтери, як правило, є членами цієї спільноти, які об'єднують навколо спільного інтересу, і намагаються його вирішити. Таке волонтерство не є чітко структурованим, і волонтери не мають чітко визначених ролей. Діяльність може здійснюватися тим, хто має на це час і бажання. Мотивацією для приєднання до цих громадських організацій, як правило, є обмін досвідом або взаємодопомогою, і люди, швидше за все, думають про себе як про друзів, а не добровольців. Державне волонтерство включає в себе роботу в секторах управління та адміністрування і включають в себе роботу керівництва. Соціальне волонтерство подібне до неформального, проте в цьому виді волонтери намагаються досягти реальних змін на користь суспільству. Якщо в неформальному, це локальні дії, то в соціальному більш глобальні та значущі. Проектне, або організаційне волонтерство – це один з найпоширеніших та найпопулярніших видів волонтерства. Він характерний для сучасного світу тим, що в умовах дуже швидких ритмів життя, цей вид волонтерства дозволяє за обмежених, короткостроковий період виконати свої обов'язки. В залежності від того якими навичками володіє волонтер, на ті проекти він може потрапити.

Новим видом волонтерства, яке виникло завдяки технологічному розвитку є медіа волонтерство. Нині, коли вся інформація знаходиться в інтернеті і поширюється завдяки соціальним мережам дуже важливо, щоб були ті, хто висвітлював всю діяльність волонтерів. Тому, для

цього виокремлюють медіа-волонтерство. Це фотографи, журналісти, блогери які в інтернеті висвітлюють все, що роблять волонтерські організації, і таким чином інформують населення і сприяють залученню нових волонтерів.

Досвід волонтера, здобутий під час війни, має унікальні характеристики, які відрізняють його від звичайного мирного волонтерства. Це досвід, що формує

нові навички, психоемоційні якості та глибоке розуміння складних соціальних і гуманітарних проблем. Він часто включає екстремальні умови, швидку адаптацію та взаємодію з людьми, що переживають серйозні труднощі.

Волонтерський досвід під час війни змінює погляди на життя, роблячи акцент на цінності людяності, солідарності та взаємодопомоги. Це часто стає частиною внутрішнього зростання, коли волонтери починають по-іншому ставитися до життєвих проблем, набуваючи більшої емпатії та терпимості.

Постійний контакт із постраждалими, небезпека для власного життя, свідчення руйнувань і трагедій можуть залишити глибокий слід на психіці волонтерів. Важливо мати можливість отримати професійну психологічну підтримку, щоб запобігти довготривалим негативним наслідкам.

Досвід волонтера, здобутий на війні, є безцінним і глибоким, він охоплює розвиток навичок швидкого прийняття рішень, кризового менеджменту, міжособистісної комунікації та організаційних здібностей. Такий досвід також формує стійкість до стресу, витривалість та нове розуміння цінності людських зв'язків. Попри виклики, він може стати джерелом внутрішньої сили, яка допомагає не лише іншим, але й самому волонтеру пройти через складні життєві ситуації, вчитися і рости.

Україна активно бере участь у міжнародних волонтерських проектах та

програмах. Волонтерство за кордоном може бути як короткотерміновим, так і довготривалим. Наприклад, деякі організації запрошують волонтерів на тижневі або двотижневі проекти, під час яких вони можуть допомагати з ремонтом будівель, проведенням соціальних та культурних заходів або надаванням гуманітарної допомоги. Інші організації запрошують волонтерів на декілька місяців або навіть років для роботи над проектами зі збереження довкілля, розвитку громад або вирішення соціальних проблем.

Порівнювати рівень розвитку волонтерства в Україні та за кордоном складно, оскільки це дві різні культури та соціальні середовища зі своїми власними викликами та можливостями. У деяких країнах волонтерство є

широко поширеним та добре організованим, в той час як в інших країнах воно може бути менш розвиненим або обмеженим з різних причин.

За загальними показниками, у розвинених країнах Європи та Північної Америки волонтерство є широко поширеним та добре організованим. У деяких країнах, таких як Швеція та Німеччина, волонтерство є важливою складовою соціальної структури, тоді як у багатьох інших країнах, волонтерство є менш поширеним.

Україна також має значний потенціал для розвитку волонтерства. У світі волонтерство розвивається на різних рівнях, починаючи від місцевих ініціатив до міжнародних програм. В країнах Європейського Союзу волонтерство має великий розвиток та підтримку від держави, що дозволяє волонтерам займатись соціальними проектами, а також надавати допомогу в країнах з більш низьким рівнем розвитку.

У США волонтерство є важливим елементом соціальної культури, і багато діяльності з волонтерства здійснюється в рамках релігійних організацій та громадських ініціатив.

Проте, в Україні є проблеми з розвитком волонтерства, зокрема

відсутність визнання волонтерської діяльності як офіційної праці, відсутність правової бази для захисту прав та інтересів волонтерів, нестача фінансової та матеріально-технічної підтримки волонтерських організацій. Також, волонтерство в Україні часто стикається з проблемами в області забезпечення безпеки волонтерів під час збройних конфліктів [35].

За словами представників українських волонтерських організацій, волонтерство в Україні в деяких аспектах може бути важчим, ніж в інших країнах. Зокрема, це стосується фінансування та правового поля волонтерської діяльності. Українські волонтери часто залежать від благодійності та допомоги з боку приватних осіб, компаній та іноземних державних організацій [38].

1.2 Волонтерська діяльність в сучасному українському контексті

У волонтерській діяльності важливим спонукальним фактором є особистісна потреба, мотивація, спрямована на допомогу іншому. Відзначено, що цінності, альтруїстичні мотиви і внутрішні сили грають велику роль у залученні людей до добровільної діяльності. Волонтери мають різні особисті мотиви, такі як навчання, допомога, розвиток дружби, використання наявних навичок і набуття нових, а також бажання отримати досвід і використовувати свій час ефективно.

Мотивування волонтерів вже деякий час є не простим питанням, яке вивчають чимало науковців, для того, щоб досягнути, чим же дійсно управляється людина, яка надає волонтерську допомогу. Під поняттям мотивація можна розуміти певні підштовхування до дії, спроможність людини ефективно задовольняти свої запити.

Мотивація - це дуже комплексна характеристика, якій складно дати чітке визначення. Кожна людина має свої інтереси і потреби.

Мотивацію волонтерської діяльності можна розділити на кілька основних типів: Альтруїстична мотивація виникає з бажання допомоги іншим. Це може бути спонуканням до участі у благодійних заходах або програмах допомоги. Люди з високою альтруїстичною мотивацією часто відчують задоволення від підтримки інших. Причина нашого бажання допомагати іншим людям залежить від емпатії. Ми допомагаємо іншим, оскільки поділяємо їхні душевні страждання (гіпотеза емпатійного альтруїзму).

І. Стецько в результаті дисертаційного дослідження формулює таке пояснення поняття «альтруїзм» — інтегративне особистісне утворення, базовими складовими якого є: безкорислива діяльність й допомога людям, готовність пожертвувати для їхнього блага особистими інтересами, піклування про потреби, добробут інших, доброчинність [34, С. 6].

А. Рідкодубська, аналізуючи дослідження М. Снайдер, А. Омото і Д. Клері, вказує на виявлені вченими шість причин, що спонукають до альтруїзму [33, С. 138]:

- 1) моральні причини: бажання діяти відповідно до загальнолюдських цінностей і небайдужість до інших;
- 2) когнітивні причини: бажання краще пізнати людей або набути навичок;
- 3) соціальні причини: стати членом групи і заслужити на схвалення;
- 4) кар'єрні міркування: набути досвіду і контактів, корисних для подальшого просування по службі;
- 5) захист власного Я: бажання позбутися відчуття провини або втеча від особистих проблем;
- 6) підвищення самооцінки: зміцнення почуття власної гідності і упевненості в собі.

Р.Малиношевський, опираючись на дослідження Т. Алексеєнко, Є. Насиновської та інших, визначає загальні обриси розуміння архітекτονіки альтруїзму, яка складається з трьох взаємопов'язаних блоків [24, С. 122]:

- 1) альтруїстична мотивація, що включає в себе: мотив співчуття, потребу допомагати іншим, інтерес до доброчинності;
- 2) альтруїстичні ціннісні орієнтації, до яких входять: домінування просоціальних цінностей та усвідомлення самоцінності іншої людини;
- 3) готовність до соціальнозначущої діяльності, яка неможлива без: активної життєвої позиції, наявності особистої відповідальності за соціальні зміни; готовності до безкорисливої діяльності, знання механізму здійснення альтруїзму, досвід доброчинної діяльності.

Альтруїстична орієнтація виступає поширеною формою людської активності, проявляється в різноманітних життєвих ситуаціях та відіграє важливу роль в міжособистісних контактах, внутрішньогруповій взаємодії, спілкуванні та спільній діяльності людей.

Емпатія допомагає волонтерам краще розуміти потреби людей, встановлювати довірливі відносини та забезпечувати більш ефективну допомогу. Виділяють два види емпатії – емоційну та когнітивну.

Емоційна емпатія – це здатність на чуттєвому рівні співпереживати людині, і це дуже глибока емпатія. Когнітивна – різновид, який дозволяє шляхом логічного мислення зрозуміти, що в такий момент відчуває людина, і через це наблизитися до істинного співпереживання.

Емпатичний волонтер легше знаходить спільну мову з людьми, краще розуміє їхні страхи та потреби, що значно підвищує ефективність допомоги

Соціальна мотивація це прагнення до спілкування та соціальної взаємодії.

Волонтери часто шукають можливості для налагодження контактів, зміцнення дружніх зв'язків та розвитку соціальних навичок.

Особистісна мотивація це потреби в самоактуалізації, розвитку нових навичок та отриманні нового досвіду. Матеріальна мотивація: хоча волонтерство зазвичай є безкоштовним, деякі особи можуть бути мотивовані отриманням матеріальних винагород, таких як сертифікати, рекомендації або досвід для резюме. 3. Психологічні механізми мотивації: Емпатія - здатність відчувати емоції інших людей спонукає до дій на їх підтримку. Емпатія підвищує бажання допомагати і активізує волонтерську діяльність. Соціальна відповідальність - відчуття обов'язку допомагати іншим ускладнює механізм прийняття рішень щодо участі у волонтерських програмах. Це почуття часто пов'язане з моральними цінностями особистості.

Однією з ключових можливостей є почуття сенсу та мети. Допомога іншим, особливо в кризових ситуаціях, може надавати волонтерам відчуття значущості їхніх дій та сприяти формуванню сильнішої ідентичності.. Участь у спільній справі об'єднує людей, створюючи відчуття спільноти та приналежності, що є важливим фактором психологічної підтримки. Важливу роль відіграє соціальна підтримка. Взаємодія з іншими волонтерами, обмін досвідом та емоційна підтримка в команді можуть слугувати буфером проти стресу та сприяти психологічному благополуччю майже продуктивною та людяною.

Успіх волонтерської діяльності значною мірою залежить від стресостійкості та вміння адаптуватися до емоційних потреб інших, а також здатності зберігати стійкість перед стресовими ситуаціями. Психологи активно вивчають вплив волонтерства на психічне здоров'я. Зокрема, американська дослідниця Памела Омото (Pamela Omoto) разом із колегами виявила, що волонтерство позитивно корелює з рівнем психологічного благополуччя та самооцінки [1]. Коли людина бачить результати своєї діяльності та усвідомлює, що вона здатна впливати на ситуацію. Допомагаючи іншим, волонтер

відчуває, що його дії мають сенс,

що важливо для розвитку позитивної самооцінки та сприянню самореалізації. Це дає змогу переживати емоції радості, задоволення та гордості за власний внесок у суспільство. Волонтерство допомагає особистості почуватися корисною, що особливо важливо у кризові періоди, коли виникає відчуття безсилля. Волонтерська діяльність може бути потужним ресурсом для психологічного благополуччя, оскільки вона сприяє формуванню відчуття власної значущості, соціальної підтримки та емоційного задоволення.

Важливо пам'ятати про баланс: хоча волонтерська діяльність може приносити задоволення, вона також вимагає значних енергетичних і емоційних ресурсів. Тому необхідно дбати про саморегуляцію та профілактику емоційного вигорання, щоб волонтерство залишалося джерелом ресурсу, а не призводило до виснаження.

Зв'язок між сотивацією до волонтерства та участю у волонтерських ініціативах, можна пояснити наступними теоріями:

Теорія планової поведінки Ісаака Айзена.

Ця теорія пояснює як переконання людини впливають на її поведінку. Вона ґрунтується на припущенні, що більшість дій людини має усвідомлений і цілеспрямований характер, а безпосереднім предиктором поведінки виступає намір її здійснити. Цей намір, у свою чергу, формується під впливом трьох основних чинників: ставлення особистості до певної поведінки, суб'єктивних норм, тобто сприйняття соціальних очікувань значущих інших, а також сприйнятого поведінкового контролю, який відображає суб'єктивну оцінку власних можливостей, ресурсів і здатності реалізувати відповідну дію. Таким чином, теорія планованої поведінки дозволяє глибше зрозуміти процес прийняття рішень та причини, що спонукають людину діяти певним чином або утримуватися від дії. Вона підкреслює важливу роль не

лише внутрішніх переконань і мотивації, але й соціального контексту та відчуття контролю над ситуацією.

Відповідно до цієї теорії, рішення особистості долучитися до волонтерства не є випадковим, а формується як результат усвідомленого наміру до певної поведінки. Позитивне ставлення до допомоги іншим, підтримка з боку оточення та високий рівень внутрішньої впевненості у здатності бути корисним суттєво підсилюють намір людини брати участь у волонтерській діяльності, що, у свою чергу, підвищує ймовірність реальної участі в ній. Отже, дана теорія є ефективним інструментом для пояснення та прогнозування волонтерської поведінки

Теорія соціального обміну Дж. Гоманса. це соціально-психологічна концепція, яка пояснює міжособистісні та групові взаємодії як процес обміну

«витратами» і «винагородами». Згідно з Гомансом, люди вступають у взаємодію тоді, коли очікують отримати певну користь (матеріальну, емоційну, соціальну) і прагнуть мінімізувати власні втрати (час, зусилля, енергію, ресурси). Соціальний обмін не завжди має суто матеріальний характер — вагоме значення мають символічні винагороди, такі як схвалення, повага, визнання, вдячність чи відчуття потрібності. Саме тому ця теорія широко застосовується для аналізу соціальних відносин, мотивації допомоги, співпраці та підтримки в групах. Вона дозволяє зрозуміти, чому люди зберігають або припиняють взаємодію, як формується довіра і взаємна відповідальність, а також у який спосіб індивідуальні очікування впливають на стабільність соціальних зв'язків.

Попри те, що волонтерство традиційно розглядається як безкорислива діяльність, у межах даної теорії воно може інтерпретуватися як обмін, у якому людина інвестує власні час, зусилля, емоційну енергію та ресурси в обмін на нематеріальні винагороди, зокрема почуття задоволення, зростання самооцінки, соціальне визнання, розвиток

навичок, досвід, нові соціальні зв'язки й відчуття приналежності до значущої справи.

З цієї позиції мотивація до волонтерства формується тоді, коли очікувані винагороди — як внутрішні (альтруїстичні, моральні, пов'язані з особистісним розвитком), так і зовнішні (схвалення суспільства, підвищення соціального статусу, можливості для майбутнього професійного зростання)

— переважають сприйняті витрати та ризики, такі як втома, дефіцит часу, емоційне вигорання або матеріальні витрати. Якщо досвід участі у волонтерській діяльності є позитивним і приносить суб'єктивно значущі результати, людина схильна продовжувати таку поведінку, що з часом сприяє її перетворенню на стійку форму соціальної активності та частину особистісної ідентичності.

Модель функціональної мотивації. У межах цієї моделі виокремлюють шість основних мотиваційних функцій: ціннісну (реалізація альтруїстичних переконань і бажання допомагати іншим), пізнавальну (отримання нових знань, розширення досвіду), соціальну (прагнення до взаємодії та приналежності до групи), кар'єрну (набуття професійних навичок і досвіду), захисну (зменшення почуття провини, тривоги або негативних переживань) та функцію саморозвитку (підвищення самооцінки). Згідно з цією моделлю, люди можуть виконувати одну й ту саму волонтерську діяльність, але з різними мотиваційними цілями, тобто одна дія здатна виконувати кілька функцій для різних індивідів. Такий підхід підкреслює багатовимірність мотивації та її залежність від індивідуальних цінностей, життєвого досвіду та соціального контексту. Важливо, що ефективність залучення та утримання людей у волонтерській діяльності значною мірою залежить від врахування саме тих функцій, які є домінантними для конкретної особистості. мотивацію можна розглядати як внутрішнє та зовнішнє підштовхування до досягнення певних цілей. Внутрішня мотивація

ґрунтується на власних переконаннях особистості, почутті задоволення від процесу допомоги, співчутті, моральних цінностях та бажанні реалізувати себе через корисну діяльність. Зовнішня мотивація, своєю чергою, пов'язана з впливом соціального середовища та очікуванням певних зовнішніх винагород — схвалення, визнання, сертифікатів, рекомендацій, соціального престижу або кар'єрних перспектив. Важливо зазначити, що найбільш стійкою та тривалою є саме внутрішня мотивація, оскільки вона ґрунтується на глибинних цінностях особистості й не залежить від зовнішніх обставин.

1.3 Психологічні чинники не готовності брати участі у волонтерських ініціативах.

Не менш важливим, ніж мотиви волонтерської діяльності, є визначення

демотивуючих факторів щодо участі населення у волонтерській діяльності. Так, за результатами дослідження, проведеного Інститутом соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України, основними причинами неучасті у волонтерській діяльності громадян країни є такі (відповідно до розподілу відповідей на запитання: «Якщо Ви не берете участі у волонтерській діяльності, то чому?»):

- відсутність і обмеженість власних можливостей надати допомогу – 37,0% опитаних;
- не знають, як саме, яким чином допомогти – 9,8%;
- не бачать у цьому сенсу – 11,6%;
- впевненість у тому, що це повинна робити держава – 30,7%;
- не змогли визначитися з відповіддю – 8,4%.

Соціальне середовище, в якому діють волонтери, теж може ставати джерелом тиску. Українське суспільство надзвичайно шанує

волонтерів, називаючи їх героями тилу, однак разом з тим високі очікування суспільства можуть обернутися додатковим тягарем. Багато волонтерів відчують моральний обов'язок продовжувати працювати до повної перемоги, бо бояться підвести тих, хто на них розраховує. Такий самонакладений тиск підтримується зовнішнім фоном: у медіа та соцмережах історії успіху волонтерів часто подаються як приклади для наслідування, і добровольці можуть відчувати, що не мають права на втому чи помилку.

Також існують ризики психічного здоров'я: синдром вижившого, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) може розвинути не тільки у військових, а й у цивільних волонтерів, які регулярно бачать смерть і руйнування.

Усвідомлення перелічених труднощів волонтерів є необхідним кроком до їхнього подолання.

Психоемоційна сфера волонтерів становить сукупність психоемоційних властивостей особистості, які характеризують зміст, якість, динаміку емоцій та почуттів. Стан психоемоційної сфери особистості волонтерів багато в чому визначає соціальнопсихологічна адаптація до волонтерської діяльності, що визначається наявністю психоемоційних ресурсів

Важливо зазначити, що психоемоційна сфера волонтерів проявляється в усвідомленій готовності та здатності до реалізації психоемоційних ресурсів, що необхідні для ефективного здійснення волонтерської діяльності. Т. Базиль, характеризуючи поняття готовності до волонтерської діяльності у кризових умовах, зазначає, що даний вид діяльності передбачає наявність вмінь розпізнавати, усвідомлювати, керувати емоціями, почуттями та психоемоційними станами [1, С. 5-11]:

Варто також акцентувати увагу на залежності особливостей емоційної

сфери від суб'єктивного досвіду. Саме наявність емоційного досвіду надає волонтерам більше можливостей адекватно вирішувати стресогенні ситуації. Водночас, більша увага в контексті психоемоційної сфери особистості волонтерів присвячена дослідженням синдрому емоційного вигорання.

Волонтери часто надають психоемоційну допомогу та підтримку різним верствам населення, останнє може призвести до їх психоемоційного виснаження. За даними науковців, синдром емоційного вигорання особливо поширений у представників допомагаючих професій. Варто зазначити, що на відміну від інших соціономічних професій, наукове вивчення емоційного вигорання серед волонтерів набагато менш поширене.

У контексті волонтерства психологічні бар'єри можуть бути: особистісними (страх, низька самооцінка, інтроверсія); емоційними (тривога, емоційне виснаження, апатія); когнітивними (негативні переконання, стигми, стереотипи); соціально обумовленими (несприйняття у соціальній групі, брак підтримки). Емоційна сфера відіграє ключову роль у прийнятті рішень щодо участі у

волонтерській діяльності. Найчастіше люди відмовляються від такої діяльності через страх великої відповідальності, контакту з людським болем, стражданнями, тривожність щодо власної некомпетентності, переживання безсилля і т.д.

Також вагомим фактором є низький рівень довіри до волонтерських ініціатив, страх шахрайства, експлуатації, маніпуляцій.

Одним із важливих психологічних чинників, що перешкоджає залученню особистості до волонтерської діяльності, є відчуття власної некомпетентності. Даний феномен розглядаємо як прояв заниженої самооцінки та низького рівня самоефективності, що супроводжується

сумнівами у власних можливостях і здібностях адекватно виконувати соціально важливі функції. Відчуття некомпетентності може проявлятися у вигляді синдрому самозванця, коли людина, навіть маючи необхідні знання та здібності, постійно сумнівається у своїй значущості та знецінює власний внесок. Такий стан часто супроводжується тривожністю, перфекціонізмом та страхом викриття неспроможності, що значною мірою ускладнює включення до будь-якої соціально корисної діяльності. У таких випадках неучасть не є проявом байдужості або низької моральної відповідальності, а виступає результатом глибоких внутрішніх психологічних обмежень. Унікальна стратегія поведінки також виступає важливою детермінантою неучасті у волонтерських ініціативах. Людина, яка обирає стратегію уникання, прагне дистанціюватися від потенційно травматичних або стресогенних переживань. У випадку волонтерства це проявляється у свідомому чи несвідомому ухиленні від інформації про можливості допомоги, ігноруванні закликів до участі, мінімізації власної відповідальності.

Психологічні детермінанти неучасті у волонтерській діяльності мають також вікову та гендерну специфіку. Молоді люди частіше характеризуються високим рівнем внутрішніх сумнівів, нестабільною самооцінкою та страхом невідповідності очікуванням інших. Це зумовлює вагання при прийнятті рішень щодо соціальної активності.

У людей старшого віку домінують побоювання, пов'язані з фізичними можливостями, станом здоров'я та емоційним виснаженням. Частина з них вважає, що волонтерська діяльність є справою виключно молодого покоління.

Жінки частіше стикаються з ролевим перевантаженням, поєднуючи професійну діяльність, сімейні обов'язки і турботу про близьких, що значно зменшує їх часові й енергетичні ресурси. Чоловіки ж, у свою

чергу, можуть мати труднощі з емоційною експресією та проявом емпатії, що знижує їх готовність до допомагаючих форм діяльності. Таким чином, психологічну не готовність можна розглядати як важливу детермінанту неучасті в соціально значущих ініціативах, зокрема у волонтерській діяльності.

В умовах сучасної соціально-економічної нестабільності багато людей зосереджені на задоволенні первинних потреб, що знижує рівень альтруїстичної мотивації. Як наслідок, участь у волонтерстві сприймається як додаткове психологічне навантаження, яке не має безпосередньої користі.

Розуміння цих чинників є необхідною передумовою для розробки ефективних психопрофілактичних та психокорекційних програм, спрямованих на підвищення рівня психологічної готовності особистості до волонтерської діяльності.

Висновки до розділу 1

1. Волонтерство є важливим суспільно значущим феноменом, який має глибоке історичне підґрунтя та набуває особливої актуальності в умовах соціальних криз і воєнних конфліктів. Український волонтерський рух характеризується високим рівнем громадянської активності, мобілізаційної здатності, суспільної довіри та вираженою патріотичною мотивацією, що вирізняє його серед інших світових моделей добровільницької діяльності. У ході теоретичного аналізу було розглянуто основні види волонтерської діяльності, зокрема формальне, неформальне, соціальне, проєктне та медіа-волонтерство, а також визначено їх специфіку в українському соціокультурному контексті.
2. Волонтерська діяльність має подвійний психологічний вплив на особистість. З одного боку, волонтерський досвід сприяє розвитку емпатії, соціальної відповідальності, самореалізації, формуванню

відчуття спільності та набуттю нових компетентностей. З іншого боку, особливо в умовах війни, волонтерська діяльність може супроводжуватися значним психоемоційним навантаженням, ризиком емоційного вигорання та вторинної травматизації. Водночас було виявлено низку психологічних детермінант, що зумовлюють неучасть громадян у волонтерських ініціативах, серед яких: відчуття некомпетентності, страх соціальної оцінки, негативні соціальні стереотипи, обмеженість часових і матеріальних ресурсів, а також недостатній рівень емоційної стійкості.

3. Аналіз мотиваційних аспектів волонтерства засвідчив, що залученість до добровільницької діяльності формується під впливом складної взаємодії особистісних цінностей, соціальних очікувань та індивідуальних потреб. Основними мотиваційними чинниками виступають альтруїзм, емпатія, прагнення до самореалізації, соціальна відповідальність, потреба у соціальній підтримці та бажання отримати новий досвід і навички. Разом із тим результати теоретико-методологічного аналізу дають підстави стверджувати, що проблема психологічних бар'єрів, які визначають неучасть громадян у волонтерській діяльності, залишається недостатньо дослідженою в сучасній психологічній науці. Це обумовлює необхідність проведення подальших емпіричних досліджень, спрямованих на виявлення психологічних чинників мотивації та причини не готовності громадян бути залученими до волонтерської діяльності.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ НЕ ГОТОВНОСТІ ДО УЧАСТИ У ВОЛОНТЕРСЬКИХ ІНІЦІАТИВАХ

2.1 Методологія та організація дослідження.

Організація дослідження причин психологічних чинників не готовності участі у волонтерстві була побудована з урахуванням українського соціального контексту, зокрема умов тривалої суспільної напруги, воєнних викликів та активізації громадянської участі населення.

Дослідження мало емпіричний характер і було спрямоване на вивчення внутрішніх психологічних чинників, які зумовлюють низьку залученість особистості до волонтерських ініціатив, при високих ціннісних орієнтирах. Участь у дослідженні була добровільною та проводилась за допомогою гугл-форми.

Перед початком заповнення анкети респонденти отримували коротке інформаційне повідомлення з поясненням мети дослідження, гарантіями анонімності та конфіденційності отриманих даних, а також повідомленням про те, що участь є повністю добровільною і відповіді будуть використані виключно в наукових цілях. Такий підхід сприяв підвищенню рівня довіри до дослідження та щирості відповідей.

Вибірку склали 75 осіб віком від 20 до 50 років, що дозволило охопити як молодих дорослих, так і людей зрілого віку, які мають сформований життєвий досвід, професійну позицію та соціальні ролі. До вибірки увійшли як особи з досвідом систематичної волонтерської діяльності, так і респонденти, які долучалися до волонтерства епізодично або не залучалися до волонтерських ініціатив протягом 6 місяців, що дозволило отримати більш повну картину психологічних чинників низької залученості участі у волонтерстві.

Опитувальник містив авторську анкету та три шкали емпіричного

вимірювання. Авторська анкета включала в себе питання про досвід участі у волонтерстві, упереджене ставлення до волонтерства, важливість в та чи вважають респонденти участь у волонтерстві важливою частиною громадянської відповідальності. Також досліджувалися соціально-демографічні характеристики респондентів.

Нами було обрано три параметри для вимірювання: ціннісні орієнтири, емоційний відгук та міжособистісна довіра. Для вимірювання цих параметрів, нами було проаналізовано наступні методики:

- Basic Human Values Scale (BHVS) Шкала базових цінностей людини. Ця шкала заснована на теорії базових цінностей шкали Ш. Шварца, але не має чіткої структурованої мотиваційної системи цінностей, що не дозволяє проаналізувати внутрішні конфлікти між ціннісними орієнтаціями. Дана шкала не є адаптованою для українських реалій, і не використовується для емпіричних досліджень в Україні.
- Value Orientations Scale (Kluckhohn–Strodtbeck), теорія в міжкультурній психології, розроблена Флоренс Клюкхон та Фредом Стротбеком, яка стверджує, що всі культури мають відповідати на обмежену кількість універсальних людських проблем (наприклад, ставлення до часу, природи, людської природи), але обирають різні, хоча й відомі, варіанти рішень, формуючи свої унікальні ціннісні профілі; її використовують для розуміння культурних відмінностей та конфліктів.
- Методика «Портрет цінностей» Ш. Шварца була створена у 1990-х роках на основі теорії базових людських цінностей, яка на сьогодні є однією з найбільш визнаних у світовій психології. Особливістю цієї методики є те, що вона розглядає цінності не просто як декларативні переконання, а як мотиваційні орієнтири, що безпосередньо впливають на поведінку людини.

Опитувальник дозволяє оцінити десять базових цінностей, серед яких особливе значення для волонтерської діяльності мають доброзичливість, універсалізм та безпека. Формат «портретів» робить методику доступною для респондентів і знижує ризик соціально бажаних відповідей, що є важливим у дослідженнях, пов'язаних із просоціальною поведінкою. Методика Ш. Шварца має численні підтвердження валідності в різних країнах і культурах та активно використовується в українських психологічних дослідженнях. У контексті воєнного стану вона дозволяє проаналізувати, які саме ціннісні орієнтації підтримують або, навпаки, стримують готовність особистості долучатися до волонтерської діяльності. Для вимірювання емоційного відгуку ми розглядали наступні методики:

- Basic Empathy Scale (BEES) була розроблена у 2006 році британськими дослідниками Дж. Джоліф та Д. Фаррінгтоном з метою вимірювання когнітивної та емоційної складових емпатії. Первинно методика створювалася для досліджень серед підлітків і молоді, зокрема у контексті соціальної поведінки, агресії та міжособистісних труднощів. Шкала дозволяє оцінити, наскільки людина здатна розуміти емоції інших і співпереживати їм. Попри хороші показники надійності у міжнародних дослідженнях, в Україні ця методика використовується обмежено і не має широко визнаної стандартизованої адаптації для дорослої вибірки. Крім того, у межах дослідження волонтерської діяльності BEES може бути менш чутливою до специфіки емоційного відгуку на страждання інших, який часто є ключовим мотивуючим чинником волонтерства в умовах воєнного стану.

- Empathy Quotient (EQ) був розроблений у 2004 році Саймоном Барон-Коеном та його колегами в Кембриджському університеті. Методика створювалася для оцінювання загального рівня емпатії, з акцентом на соціально-когнітивні аспекти — здатність розпізнавати

емоції, розуміти переживання інших та адекватно реагувати у соціальних ситуаціях. EQ широко використовується у клінічних та наукових дослідженнях, зокрема в роботах, присвячених соціальній взаємодії та емоційному інтелекту.

Водночас в українському науковому просторі ця шкала не має усталеної офіційної адаптації, а її зміст значною мірою орієнтований на загальні соціальні навички, а не на емоційний відгук як мотиваційний чинник допомоги. Це знижує її доцільність для дослідження психологічної готовності до волонтерської діяльності, де ключову роль відіграє саме афективне співпереживання.

- Шкала емоційного відгуку А. Меграбяна та Н. Епштейна була розроблена у 1970-х роках з метою дослідження емоційної чутливості та здатності до співпереживання. Методика спрямована на вимірювання саме афективного компонента емпатії, тобто емоційної реакції людини на переживання та страждання інших. На відміну від багатовимірних шкал емпатії, ця методика зосереджується на безпосередньому емоційному відгуку, що є ключовим психологічним чинником мотивації допомоги. Саме цей аспект емпатії відіграє важливу роль у волонтерській діяльності, особливо в умовах воєнного стану, коли люди часто реагують на гострі емоційні стимули та потребу негайної допомоги. Шкала Меграбяна та Епштейна є відносно компактною, зрозумілою для респондентів і має хороші психометричні показники. Вона застосовується в українських наукових дослідженнях, що підтверджує можливість її використання в національному контексті. Крім того, ця методика дозволяє виявити не лише ресурсний потенціал емпатії, а й ризик емоційного перенавантаження, що є актуальним для осіб, залучених до волонтерської діяльності. Для вимірювання рівня міжособистісної довіри ми розглянули наступні методики:

General Trust Scale (Yamagishi) запропонована японським соціальним

психологом Тосіо Ямагіші наприкінці 1980-х років, спрямована на вимірювання загального рівня соціальної довіри. Вона дозволяє оцінити, наскільки людина загалом схильна довіряти незнайомим людям і вважати соціальне середовище безпечним. Ця шкала широко використовується у соціально-психологічних та соціологічних дослідженнях і має високі психометричні показники в різних країнах. Водночас в українському контексті вона застосовується переважно у великих соціологічних опитуваннях і не має чітко закріпленої психологічної адаптації. Окрім цього, шкала є доволі узагальненою, що ускладнює аналіз довіри як конкретного психологічного чинника готовності до волонтерської діяльності, особливо в умовах війни, коли загальний рівень довіри може бути знижений незалежно від реальної готовності допомагати.

Interpersonal Trust Scale (Cook & Wall) була розроблена у 1980 році британськими дослідниками Дж. Куком і Т. Воллом у межах організаційної психології. Первинно ця шкала створювалася для вивчення рівня довіри між працівниками та керівництвом у межах робочих колективів і організацій.

Методика вимірює, наскільки людина схильна довіряти іншим у професійному середовищі, очікувати від них чесності, надійності та підтримки. Хоча шкала має добрі показники валідності у західних дослідженнях, її використання в українських умовах є обмеженим, оскільки вона не має повноцінної стандартизованої адаптації для української вибірки. Крім того, зміст тверджень значною мірою орієнтований на формальні організаційні структури, що ускладнює її застосування в дослідженнях волонтерської діяльності, яка часто має неформальний і ситуативний характер, особливо в умовах воєнного стану.

Шкала міжособистісної довіри Дж. Б. Роттера була розроблена у 1967 році в межах соціально-когнітивної теорії особистості. Автор

розглядав довіру як відносно стійке очікування того, що інші люди поводитимуться чесно, передбачувано та не завдаватимуть шкоди. Методика дозволяє оцінити загальний рівень міжособистісної довіри, не прив'язуючи її до конкретної професійної чи організаційної сфери. Саме ця універсальність робить шкалу Дж. Роттера особливо доречною для дослідження волонтерської діяльності, яка часто відбувається поза формальними структурами та передбачає взаємодію з різними людьми — як знайомими, так і незнайомими. Шкала Роттера широко використовується у психологічних дослідженнях, має просту структуру та зрозумілу інтерпретацію результатів. В українських наукових роботах вона застосовується досить часто, що свідчить про її адаптивність до вітчизняного соціокультурного контексту. В умовах воєнного стану, коли рівень довіри в суспільстві зазнає значних змін, ця методика дозволяє надійно оцінити довіру як внутрішній психологічний ресурс, що впливає на готовність особистості до волонтерської діяльності.

2.2 Характеристика вибірки.

У дослідженні взяли участь 75 респондентів, які були набрані методом «снігової кулі» що дозволило порівняти психологічні характеристики осіб, залучених і не залучених до волонтерства, в умовах воєнного стану. Характеристики вибірки за показниками віку, статі та форми зайнятості наведені у таблиці нижче.

Таблиця 1.

Кількісний розподіл досліджуваних за соціально-демографічними характеристиками

Вік	N	%	Накопичений %
20-25	11	14.7%	14.7%
26-30	10	13.3%	28.0%
31-40	37	49.3%	77.3%
41-50	17	22.7%	100.0%
Стать	N	%	Накопичений %
Жіноча	62	82.7%	82.7%
Чоловіча	13	17.3%	100.0%
Форма зайнятості	N	%	Накопичений %
Повна зайнятість	32	42.7%	42.7%
Часткова зайнятість	25	33.3%	76.0%
Не працюю	4	5.3%	81.3%
Студент(ка)	14	18.7%	100.0%

Аналіз вікового складу вибірки показав, що більшість досліджуваних належить до вікової групи 31-40 років (49,3%), що є періодом активної як професійної, так і соціальної реалізації. Респонденти віком 41-50 років становлять 22,7% вибірки, тоді як молодші вікові групи (20-25 та 26-30 років) разом складають 28,0% вибірки. Такий розподіл свідчить про домінування у вибірці осіб працездатного віку, які вже досягли першого рівня особистісної, професійної та ін. реалізації і мають ресурс для соціально корисної активності. За статтю, 82,7% вибірки становлять жінки, тоді як лише 17,3% чоловіки. Можемо припустити, що такий статевий розподіл демонструє вищу готовність жінок брати участь у подібних

дослідженнях та волонтерських ініціативах.

Щодо форми зайнятості, переважна частина респондентів має повну (42,7%) або часткову зайнятість (33,3%). Частка студентів становить 18,7%, а осіб, які тимчасово не працюють – 5,3%.

Таким чином, як бачимо, вибірка представлена респондентами працездатного віку, які перебувають на етапі активної професійної та соціальної реалізації. Високий рівень зайнятості більшості респондентів свідчать про їхню соціальну активність і потенційну залученість до суспільно значущих процесів, зокрема волонтерства. Саме тому наступним етапом аналізу є характеристика досвіду волонтерської діяльності досліджуваних та форм її реалізації.

Таблиця 2.

Кількісний розподіл досліджуваних за досвідом волонтерської діяльності

Чи маєте Ви досвід участі у волонтерській діяльності?	N	%	Накопичений %
Так	37	49.3%	49.3%
Ні	38	50.7%	100.0%
Чи долучались Ви до волонтерських ініціатив протягом останніх 6 місяців?	N	%	Накопичений %
Так	23	30.7%	30.7%
Ні	52	69.3%	100.0%
Чи належите Ви до якоїсь організації або благодійного фонду?	N	%	Накопичений %
Так	3	4.0%	4.0%
Ні	72	96.0%	100.0%
Чи волонтерите Ви переважно самостійно (без організації)?	N	%	Накопичений %
Так	47	62.7%	62.7%
Ні	28	37.3%	100.0%
Чи маєте Ви серед близьких або друзів людей, які активно займаються волонтерством?	N	%	Накопичений %
Так	61	81.3%	81.3%
Ні	14	18.7%	100.0%

Як видно з таблиці 2, розподіл досліджуваних за наявністю досвіду волонтерської діяльності є майже рівномірним: 49,3% респондентів мають досвід волонтерства, тоді як 50,7% не мають такого досвіду. Водночас лише 30,7% опитаних повідомили про участь у волонтерстві протягом останніх шести місяців, що свідчить про несистематичність активної волонтерської діяльності частини досліджуваних. При цьому переважна більшість респондентів не належить до жодної організації або благодійного фонду (96,0%), а 62,7% зазначили, що волонтерять переважно самостійно. Крім того, 81,3% досліджуваних мають у близькому оточенні людей, які активно займаються волонтерством, що свідчить про поширеність волонтерської діяльності та її присутність у повсякденному житті респондентів.

Таблиця 3.

Кількісний розподіл досліджуваних за особливостями ставлення до волонтерської діяльності

Як Ви ставитеся до волонтерських ініціатив у цілому?	N	%	Накопичений %
Повністю довіряю	12	16.0%	16.0%
Частково довіряю	60	80.0%	96.0%
Не довіряю	3	4.0%	100.0%
Чи відчуваєте Ви особисту потребу допомагати людям особисто, без участі організацій?	N	%	Накопичений %
Так	56	74.7%	74.7%
Важко відповісти	19	25.3%	100.0%
Чи вважаєте Ви, що волонтерство є важливою частиною громадянської відповідальності?	N	%	Накопичений %
Так	57	76.0%	76.0%
Важко відповісти	11	14.7%	90.7%
Ні	7	9.3%	100.0%
Чи маєте Ви досвід негативного сприйняття волонтерів з боку інших людей (скепсис, недовіра тощо)?	N	%	Накопичений %

Ні	21	28.0%	28.0%
Так	54	72.0%	100.0%
Чи отримуєте Ви задоволення або відчуття значущості від допомоги іншим людям?	N	%	Накопичений %
Так	44	58.7%	58.7%
Важко відповісти	25	33.3%	92.0%
Ні	6	8.0%	100.0%
Якби Вам запропонували долучитися до волонтерської ініціативи, чи погодилися б Ви?	N	%	Накопичений %
Так	36	48.0%	48.0%
Важко відповісти	39	52.0%	100.0%

Аналіз особливостей ставлення до волонтерських ініціатив (табл. 3) показав загалом помірно позитивний характер. Так, лише 16,0% респондентів повністю довіряють волонтерським ініціативам, тоді як переважна більшість (80,0%) зазначили часткову довіру. Частка тих, хто не довіряє волонтерству, є незначною (4,0%). Припускаємо, що з цим може бути пов'язане те, що переважна більшість опитаних (74,7%) відчують особисту потребу допомагати людям самостійно, без участі організацій. Водночас 76,0% респондентів вважають волонтерство важливою складовою громадянської відповідальності.

Привертає увагу, що 72,0% досліджуваних мали досвід негативного сприйняття волонтерів з боку інших людей (скепсис, недовіра), що, так чи інакше, може виступати додатковим соціально-психологічним чинником стримування волонтерської активності. Попри це, 58,7% респондентів зазначили, що отримують задоволення або відчуття значущості від допомоги іншим, хоча третина (33,3%) вагається з відповіддю, що вказує на неоднозначність емоційного досвіду допомоги.

При цьому, важливо, що лише 48,0% досліджуваних однозначно погодилися б долучитися до волонтерської ініціативи у разі пропозиції,

тоді як 52,0% не змогли дати однозначну відповідь. Це може свідчити про наявність внутрішніх сумнівів між позитивним ставленням до волонтерства та готовністю до реального залучення до волонтерської діяльності.

Проведений аналіз соціально-демографічних характеристик, досвіду та ставлення до волонтерської діяльності свідчить, що досліджувана вибірка є соціально активною, залученою до суспільного життя та загалом позитивно налаштованою щодо волонтерства.

Водночас отримані дані демонструють наявність розриву між позитивним ставленням до волонтерства, його соціальним схваленням та реальною готовністю до участі у волонтерських ініціативах. Про це свідчить значна частка респондентів, які вагаються щодо особистого залучення, наявність досвіду негативного сприйняття волонтерів з боку оточення та переважання неформальних форм волонтерської активності.

Останній аспект є надважливим для розуміння подільших результатів дослідження, оскільки він дозволяє розглядати неготовність до волонтерської діяльності не лише як пов'язаний в певною конфігурацією цінностей, а як результат взаємодії особистісних ресурсів, емоційних чинників і умов життєвого контексту в умовах воєнного стану.

Висновки до розділу 2

Досліджувана вибірка представлена переважно особами зрілого працездатного віку, які перебувають на етапі активної професійної та соціальної реалізації. Це означає, що респонденти потенційно мають достатній ресурс для участі у суспільно корисній діяльності, зокрема волонтерстві. Водночас вибірка є гендерно нерівномірною, оскільки значно переважають жінки, що може впливати на загальні результати та відображати вищу їхню залученість до подібних ініціатив.

Ми встановили, що більшість респондентів мають роботу або навчаються, що

свідчить про їхню соціальну включеність. При цьому досвід волонтерської діяльності мають приблизно половина опитаних, однак активна участь у волонтерстві протягом останнього часу є нижчою, що вказує на її несистематичний характер.

Ставлення до волонтерства загалом є позитивним: більшість респондентів визнає його важливість і відчуває внутрішню потребу допомагати іншим.

Проте рівень повної довіри до волонтерських ініціатив залишається невисоким, що може зумовлювати орієнтацію на самостійну допомогу.

Значна частина опитаних стикалася з негативним ставленням до волонтерів у суспільстві, що може виступати додатковим стримувальним чинником.

Таким чином, можна зробити висновок, що волонтерство сприймається як соціально значуща діяльність, однак його реалізація залежить не лише від ціннісних орієнтацій, а й від особистісних, емоційних та соціальних чинників.

У цьому зв'язку подальший аналізосереджено на вивченні особистісних рис осіб, залучених і не залучених до волонтерської діяльності.

РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ, КОНЦЕПТУАЛЬНІ ПІДХОДИ ДО РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО РЕСУРСУ.

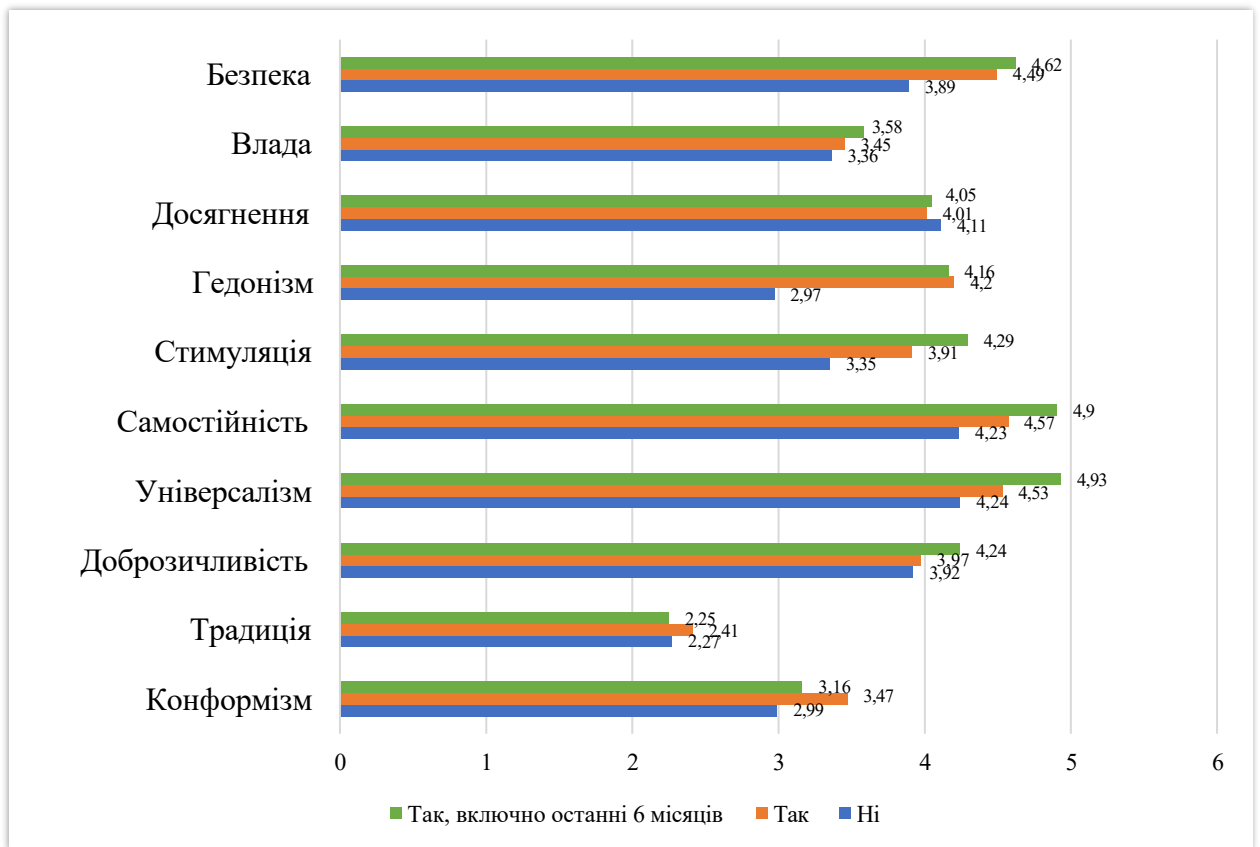
3.1 Аналіз результатів емпіричного дослідження

Відомо, що участь у волонтерській діяльності традиційно розглядається як форма просоціальної поведінки, що потребує особливої структури цінностей і мотивів особистості. У сучасному українському контексті цей зв'язок набуває особливої ваги, оскільки волонтерство часто пов'язане не лише з бажанням, але й з потребою допомогти, до того ж, інколи воно виступає особливим способом подолання страху та невизначеності.

Особливу увагу приділено ціннісним орієнтаціям, які в межах даного дослідження було проаналізовано за допомогою методики «Портрет цінностей» Ш. Шварца.

Відтак, очевидно, що ціннісні орієнтації можуть виступати як психологічними ресурсами, що підтримують готовність до волонтерської діяльності, так і внутрішніми обмеженнями, які стримують людину від цього. У цьому контексті аналіз ціннісного профілю осіб з різним досвідом

волонтерської діяльності дозволить нам глибше зрозуміти, які саме цінності лежать в основі волонтерської залученості, а також окреслити можливі чинники неготовності до волонтерської діяльності. Результати описових статистик за показниками методики «Портрет цінностей» Ш. Шварца наведені у табл. 1 додатку А, а також рис. 1.



Отримані результати показали, що особи, залучені до волонтерської діяльності, характеризуються ціннісним профілем, у якому чітко прослідковується орієнтація на допомогу іншим.

Передусім для волонтерів є значущими цінності, пов'язані зі ставленням до інших, а саме, показники доброзичливості у цієї групи є високими ($M = 3,97$; $SD = 0,68$), а у респондентів з актуальним досвідом волонтерської діяльності протягом останніх шести місяців вони є ще вищими ($M = 4,24$; $SD = 0,50$).

Подібна тенденція спостерігається і щодо універсалізму, який є однією з провідних цінностей у волонтерів. Особи з досвідом волонтерської діяльності демонструють вищі показники за цією шкалою ($M = 4,53$; $SD = 0,75$), тоді як у групі з нещодавнім волонтерським досвідом вони досягають максимальних значень ($M = 4,93$; $SD = 0,54$).

Це свідчить про виражену орієнтацію на справедливість, толерантність і відповідальність за благополуччя інших.

Важливою рисою ціннісного профілю волонтерів є також висока самостійність. У респондентів, які мають досвід волонтерської діяльності, її показники є вищими порівняно з неволонтерами ($M = 4,57$; $SD = 0,74$), а у групі з актуальним досвідом (протягом останніх 6 міс.) – найвищими ($M = 4,90$; $SD = 0,52$). Це відображає прагнення до автономії і готовності брати на себе відповідальність, що є важливою психологічною передумовою активної соціальної поведінки, особливо у контексті невизначеності, зумовленої воєнними жіями в Україні.

Разом із цим, як видно з рисунку 1, волонтери демонструють підвищену значущість безпеки. У осіб з досвідом волонтерської діяльності середні значення за цією шкалою становлять ($M = 4,49$; $SD = 0,87$), а у респондентів, залучених до волонтерства протягом останніх шести місяців вони є ще вищими ($M = 4,62$; $SD = 0,74$). Це свідчить про те, що прагнення до стабільності та захищеності не зникає, а, ймовірно, інтегрується у мотивацію волонтерської діяльності як спосіб відновлення внутрішнього контролю над ситуацією.

Примітно також, що у волонтерів спостерігається вираженість показників гедонізму та стимуляції, порівняно з респондентами без волонтерського досвіду. На нашу думку, це може трактуватися як тенденція до отримання емоційного задоволення від активної діяльності та відчуття власної значущості і потреби.

При цьому, як можемо побачити, цінності досягнення та влади у волонтерів не мають вираженої домінуючої ролі й залишаються на помірному рівні, незначною мірою відрізняючись від досліджуваних, які не займаються

волонтерською діяльністю. Це дозволяє припустити, що волонтерська діяльність у досліджуваній вибірці не зумовлена прагненням до

статусного самоствердження чи контролю над іншими, а радше пов'язана з внутрішніми ціннісними орієнтирами.

Таким чином, можемо підвести підсумок, що ціннісний профіль осіб, залучених до волонтерської діяльності, характеризується високою просоціальною спрямованістю, автономністю та усвідомленою потребою у безпеці, що разом формує психологічну основу їхньої активної соціальної позиції в умовах воєнного стану.

При цьому, важливо зазначити, що досліджувані, які не мають досвіду волонтерської діяльності, демонструють більш стриманий ціннісний профіль, а саме, у цій групі спостерігаються нижчі показники доброзичливості ($M = 3,92$; $SD = 0,55$) та універсалізму ($M = 4,24$; $SD = 0,72$), що може свідчити про менш виражену орієнтацію на турботу про благополуччя інших; крім цього, для неволонтерів характерна нижча значущість цінності самостійності ($M = 4,23$; $SD = 0,47$), що може ускладнювати ініціювання активних дій в умовах невизначеності. Поряд з цим, цінність гедонізму у неволонтерів є нижчою ($M = 2,97$; $SD = 0,77$), що може відображати обмежену готовність шукати емоційне наповнення через соціальну активність. У сукупності це дозволяє охарактеризувати ціннісний профіль осіб без волонтерського досвіду як більш орієнтований на особисту стабільність і передбачуваність життя.

Водночас, як відомо, система цінностей, не завжди здатна забезпечити активну поведінку суб'єкта, тоді як волонтерська діяльність потребує саме активної залученості. Адже реалізація ціннісних орієнтацій у волонтерській діяльності передбачає не лише наявність відповідних переконань, а й емоційного ресурсу, що забезпечує здатність відгукуватися на потреби інших, співпереживати та залишатися залученим у ситуаціях підвищеного стресу. У цьому контексті особливої уваги набуває показник емоційного відгуку, який був досліджений нами за допомогою відповідної методики. Результати

описових статистик за даним показником наведені у табл. 2 додаюку 1, та також рис. 2.

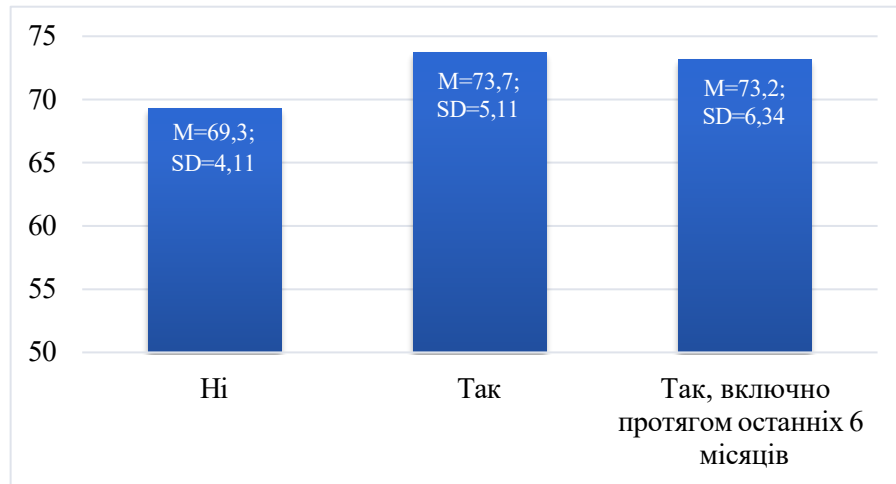


Рис. 2. Вираженість показника емоційного відгуку у досліджуваних з різним досвідом волонтерської діяльності

Як можемо побачити з отриманих результатів, у досліджуваних без досвіду волонтерської діяльності середнє значення емоційного відгуку є найнижчим ($M = 69,3$; $SD = 4,11$), що може свідчити про більш стримувану емоційну залученість і обмежену готовність емоційно реагувати на складні соціальні ситуації. Натомість у волонтерів цей показник є вищим ($M = 73,7$; $SD = 5,11$), що відображає більшу чутливість до емоційного стану інших людей та здатність емоційно включатися у взаємодію. Подібні значення спостерігаються і в групі респондентів з актуальним досвідом волонтерської діяльності протягом останніх шести місяців ($M = 73,2$; $SD = 6,34$). При цьому дещо більша варіативність показників у цій групі може вказувати на індивідуальні відмінності у способах емоційного реагування. Можемо також припустити наявність певного емоційного виснаження, що є цілком закономірним в умовах тривалого стресового навантаження волонтерів, особливо у контексті воєнних дій.

Загалом отримані результати дозволяють припустити, що підвищений емоційний відгук є важливим психологічним ресурсом,

який підтримує реалізацію просоціальних цінностей у волонтерів. Незважаючи на відносно

невеликий розрив між середніми значеннями, можемо припустити, що нижчі показники емоційного відгуку у неволонтерів можуть виступати одним із чинників неготовності до волонтерства.

Поряд із ціннісними орієнтаціями та емоційним відгуком, у рамках нашого дослідження неабияку вагу також має показник схильності до міжособистісної довіри, адже у контексті волонтерської діяльності вона пов'язана з готовністю покладатися на інших, працювати в команді що особливо актуально в умовах воєнного стану. Результати описових статистик за даним показником наведені у таблиці 3 додатка 1, а також на рисунку 3.

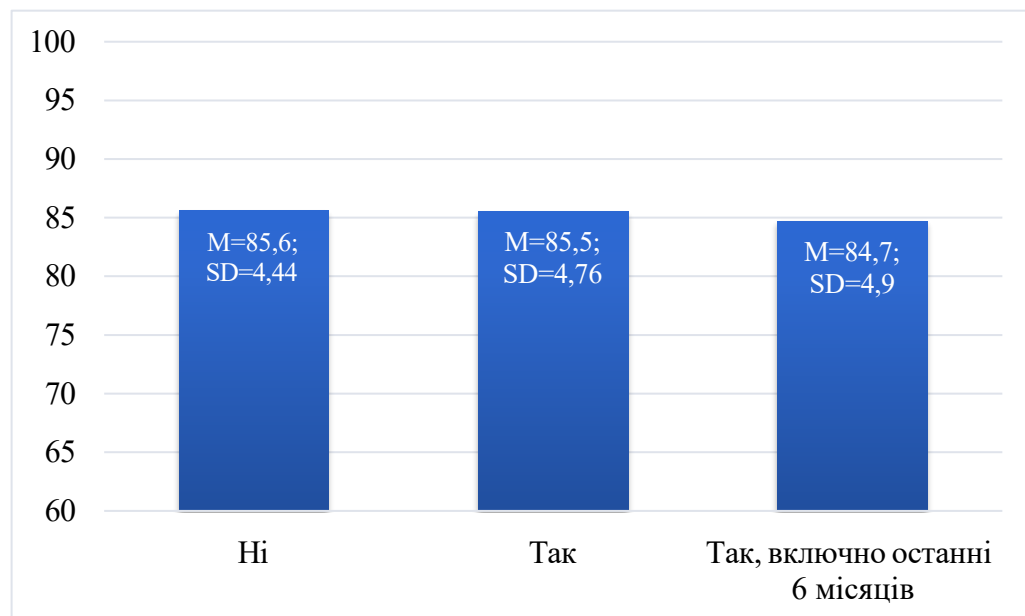


Рис. 3. Вираженість показника міжособистісної довіри у досліджуваних з різним досвідом волонтерської діяльності

Аналіз отриманих нами даних показав, що рівень міжособистісної довіри у досліджуваних групах є досить стабільним і майже не відрізняється залежно від наявності чи відсутності волонтерського досвіду і відповідає верхньому порогу середнього рівня. Таким чином, суттєвих відмінностей у рівні міжособистісної довіри між волонтерами

та неволонтерами не виявлено. Це дозволяє припустити, що сама по собі базова довіра до інших людей не є тим чинником, який визначає готовність до волонтерської діяльності. Можемо

припустити, що її значущість, ймовірно, проявляється у поєднанні з іншими психологічними чинниками.

Узагальнюючи викладаєне вище, можна зазначити, що ціннісні орієнтації та показники емоційного відгуку демонструють відмінності залежно від досвіду волонтерської діяльності, тоді як рівень міжособистісної довіри залишається відносно стабільним у різних групах. Це дозволяє припустити, що готовність до волонтерської діяльності може бути зумовлена не лише рівнем окремих психологічних показників, а й характером взаємозв'язків між ними.

Результати описових статистик дозволили окреслити профіль ціннісних орієнтацій досліджуваних з різним досвідом волонтерської діяльності, зокрема виокремити осіб без досвіду волонтерства та тих, хто мав такий досвід, у тому числі протягом останніх шести місяців. Водночас, з огляду на мету дослідження, подальший аналіз було зосереджено на порівнянні двох груп – тих, хто має довід волонтерства і тих, хто не має такого досвіду. На основі попередньої перевірки емпіричних розподілів на нормальність (додаток Б) для перевірки статистичної значущості відмінностей за аналізованими психологічними показниками було застосовано критерій Манна-Уїтні.

Детальні результати порівняльного аналізу наведені у додатку В. Нижче у табл. 4 наведені результати порівняння лише за тими показниками, які показали статистично значущі відмінності між групами.

Таблиця 4.

Результати порівняння досліджуваних показників у вибірках волонтерів і неволонтерів (на основі критерію Манна-Уїтні)

		Statistic	p
Конформізм	Mann-Whitney U	413	0.002
Самостійність	Mann-Whitney U	510	0.041
Стимуляція	Mann-Whitney U	466	0.012
Гедонізм	Mann-Whitney U	248	<.001
Безпека	Mann-Whitney U	438	0.005
Емоційний відгук	Mann-Whitney U	271	<.001

Отримані результати дозволили виявити низку суттєвих відмінностей, що проливають світло на психологічні чинники готовності та неготовності до волонтерської діяльності в умовах воєнного стану.

Насамперед, як видно з таблиці 4, значущі відмінності між групами зафіксовано за такими ціннісними орієнтаціями, як конформізм ($p = 0,002$), самостійність ($p = 0,041$), стимуляція ($p = 0,012$), гедонізм ($p < 0,001$) та безпека ($p = 0,005$). Примітною, що волонтери демонструють вищі середні значення за всіма цими показниками порівняно з неволонтерами (деталізований аналіз описових статистик наведено у додатку В).

На нашу думку, особливої уваги заслуговує, поєднання підвищеної самостійності та конформізму у волонтерів, що може здаватися суперечливим. Однак, можемо припустити, що у контексті воєнного стану така конфігурація цінностей може відображати здатність поєднувати особисту автономність із готовністю діяти відповідно до соціальних норм, очікувань і колективних потреб. Таким чином, волонтерська активність постає як відповідь на потреби соціуму, зумовлені воєнними діями.

Також, заслуговують уваги вищі показники стимуляції та особливо гедонізму у волонтерів. Вони свідчать про те, що участь у волонтерській діяльності може бути пов'язана не лише з альтруїстичними мотивами, а й із потребою у відчутті сенсу, емоційної насиченості та суб'єктивної

значущості власних дій. Більш того, волонтерство може виконувати компенсаторну функцію, підтримуючи психологічний баланс особистості в умовах тривалої напруги та невизначеності.

Цінність безпеки також виявилася вищою у волонтерів, що є беззаперечно важливим у контексті війни. Це дозволяє припустити, що волонтерська активність може виступати способом відновлення відчуття контролю й упорядкованості в загрозовому воєнному середовищі.

Примітно, що в ході аналізу не було виявлено статистично значущих відмінностей між волонтерами та неволонтерами за цінностями доброзичливості, універсалізму, традицій, досягнень, влади та

міжособистісної довіри. Це свідчить про те, що базові просоціальні цінності є універсальними і однаково представленими в обох групах і не визначають собою безпосередньо факт участі у волонтерській діяльності.

Крім зазначеного, особливо показовими є результати щодо емоційного відгуку: волонтери мають значно вищі його показники порівняно з неволонтерами ($p < 0,001$), що, в свою чергу, підтверджує ключову роль емоційного компонента як психологічного механізму, що забезпечує перехід від ціннісних переконань до реальної поведінки, спрямованої на допомогу іншим.

Таким чином, отримані результати дозволяють дійти висновку, що неготовність до волонтерської діяльності не пов'язана з браком моральних чи просоціальних цінностей, а радше з особливостями їхньої інтеграції з емоційним ресурсом і мотиваційною сферою особистості. У волонтерів ця інтеграція є більш цілісною, тоді як у неволонтерів, можна припустити, ціннісні орієнтації частіше залишаються на рівні переконань, не трансформуючись у поведінкову активність.

У зв'язку з цим, наступним кроком аналізу є вивчення кореляційних зв'язків між ціннісними орієнтаціями, емоційним відгуком

та міжособистісною довірою з урахуванням досвіду волонтерської діяльності. З огляду на отримані результати описових статистик, у подальшому аналізі досліджувани були розподілені на дві групи: осіб, які ніколи не брали участі у волонтерській діяльності, та осіб, які мають досвід волонтерства.

Результати кореляційного аналізу досліджуваних показників, які представлені шкалами методики «Портрет цінностей» Ш. Шварца, шкал емоційного відгуку та міжособистісної довіри наведені у додатку Г.

Як можна побачити з отриманих кореляційних матриць (додаток Г), кількість статистично значущих кореляційний зв'язків між ціннісними орієнтаціями є досить значною, тому подальший аналіз було зосереджено на найбільш стійких і психологічно змістовних взаємозв'язках, що дозволяють окреслити загальну логіку функціонування ціннісно-емоційної системи в кожній із груп. Інтерпретація кореляційних зв'язків у досліджуваних групах здійснювалась з урахуванням домінуючих ціннісних орієнтацій, виявлених на етапі аналізу описових статистик.

Спершу проаналізуємо кореляційні зв'язки у групі осіб з досвідом волонтерської діяльності (табл. 1 додатку Г). Як зазначалося вище, центральне місце в ціннісній системі волонтерів посідає цінність універсалізму, яка виявляє тісні зв'язки з низкою інших ціннісних орієнтацій. Зокрема, універсалізм сильно корелює з цінностями безпеки ($r=0,84$; $p<0,001$), самостійності ($r=0,77$; $p<0,001$) та доброзичливості ($r=0,49$; $p<0,01$). Така конфігурація свідчить про те, що у волонтерів прагнення до соціальної справедливості та турботи про інших поєднується з потребою у стабільності й здатністю діяти автономно.

Цінність безпеки у волонтерів також є тісно інтегрованою в загальну систему. Вона пов'язана не лише з універсалізмом, а й із самостійністю ($r=0,59$; $p<0,001$), досягненням ($r=0,66$; $p<0,001$) та владою ($r=0,50$; $p<0,01$). Це дозволяє припустити, що для волонтерів орієнтація

на безпеку не має суто захисного, а радше виступає умовою відповідального й усвідомленого волонтерства. Водночас у групі волонтерів простежується чіткий зв'язок між емоційним відгуком і доброзичливістю ($r=0,39$; $p<0,05$). На нашу думку, цей зв'язок можна розглядати як такий, що відображає поєднання емоційної чутливості з конкретною орієнтацією на допомогу й підтримку інших.

Примітно, що міжособистісна довіра у волонтерів не виявляє значущих зв'язків ані з ціннісними орієнтаціями, ані з емоційним відгуком.

Кореляційні зв'язки у групі досліджуваних без досвіду волонтерської діяльності (табл. 2 додатку В) також показали певну структуру, проте кількість кореляційних зв'язків і їх сила є дещо нижчими. Їх інтерпретація також здійснювалась з урахуванням домінуючих ціннісних орієнтацій, визначених на етапі аналізу описових статистик. До них належать універсалізм, самостійність, досягнення, доброзичливість і безпека.

Кореляційний аналіз підтверджує, що просоціальні цінності та автономність у неволонтерів тісно пов'язані між собою. Зокрема, доброзичливість має значущий зв'язок з універсалізмом ($r=0,65$; $p<0,001$) та самостійністю ($r=0,58$; $p<0,001$), а універсалізм, у свою чергу, тісно корелює із самостійністю ($r=0,73$; $p<0,001$). Така структура свідчить про наявність у неволонтерів гуманістичних переконань, поєднаних із прагненням до автономності та відповідальності.

Водночас важливе місце у ціннісній структурі цієї групи посідає цінність досягнення, яка тісно пов'язана зі стимуляцією ($r=0,58$; $p<0,001$), а також має значущий зв'язок із владою ($r=0,48$; $p<0,01$). При цьому досягнення не виявляє суттєвих кореляцій з універсалізмом чи доброзичливістю (на противагу вибірці волонтерів), що свідчить про його відносну автономність від просоціальних цінностей.

Те саме стосується і цінності безпеки, яка у неволонтерів є однією

з домінуючих і водночас тісно пов'язана з конформізмом ($r=0,58$; $p<0,001$) та традицією ($r=0,46$; $p<0,01$). Така конфігурація вказує на орієнтацію на стабільність, передбачуваність і уникнення ризиків, що є зрозумілим у контексті воєнного стану.

Привертає увагу, що на відміну від вибірки волонтерів, у цій групі емоційний відгук не інтегрується у ціннісну систему. Він не демонструє статистично значущих зв'язків з жодною з ціннісних орієнтацій.

Узагальнюючи, описане вище, можна сказати, що у не волонтерів домінуючі цінності не поєднуються з емоційним ресурсом у механізм, що сприяє волонтерській активності. Можемо припустити, що саме це може виступати одним із чинників неготовності до волонтерства.

Таким чином, узагальнюючи результати кореляційного аналізу показників обох груп, зазначимо, що волонтери й неволонтери мають подібний базовий ціннісний профіль, зокрема універсалізм, самостійність, безпека і доброзичливість, однак відрізняються характером їх взаємопов'язаності. У волонтерів ці цінності разом формують більш інтегровану систему, підкріплену емоційним відгуком і зорієнтовану на просоціальну діяльність. Натомість у неволонтерів вказані ціннісні орієнтації, разом з цінністю досягень (яка у неволонтерів є однією з провідних), не пов'язуються з емоційним компонентом і орієнтовані переважно на збереження власної стабільності та відчуття контролю, що, відповідно, зменшує можливість волонтерської активності.

Оскільки наше дослідження зосереджене на питанні про те, які саме психологічні показники виступають чинниками готовності або неготовності до волонтерської діяльності, наступним етапом математико-статистичного аналізу стало застосування бінарної логістичної регресії, що дало змогу перейти від опису взаємозв'язків до моделювання чинників неготовності до участі у волонтерській діяльності.

3.2 Емоційний ресурс як чинник волонтерської активності.

Одним із ключових психологічних механізмів волонтерської активності є емоційний відгук на потреби інших людей. Саме переживання співчуття, емпатії та відповідальності часто стає поштовхом до надання допомоги. Низький рівень емоційного ресурсу може проявлятися у зниженні здатності до емпатії, емоційній втомі та зменшенні інтересу до суспільно значущих проблем. За таких умов навіть позитивне ставлення до волонтерської діяльності не завжди трансформується у реальну поведінку. Карл Роджерс, засновник гуманістичної психології, розглядав емоції як життєво необхідний компас. Він стверджував, що справжні почуття є основою людської природи, а їх прийняття та усвідомлення ведуть до внутрішньої гармонії та повноцінного життя

Теорія емпатії-альтруїзму Д. Батсона дозволяє розглядати емоційний ресурс як один із ключових психологічних чинників волонтерської активності. Високий рівень емпатії та емоційної залученості сприяє формуванню альтруїстичної мотивації та готовності допомагати іншим, тоді як низький емоційний відгук може виступати перешкодою для участі у волонтерських ініціативах.

Нами була побудована регресійна модель, у якій залежною змінною виступала участь у волонтерській діяльності. А незалежними – провідні цінності і показник емоційного відгуку. Як видно з табл. 5, модель має цілком задовільну пояснювальну здатність ($R^2=0,26$), що свідчить про її придатність для пояснення ймовірності волонтерської залученості на основі психологічних показників.

Таблиця 5.

Психологічні предиктори участі у волонтерській діяльності

Model Fit Measures				
Model	Deviance	AIC		R ² _{McF}
1	76.9	88.9		0.260
Note. Models estimated using sample size of N=75				
Model Coefficients – Досвід волонтерства				
Predictor	Estimate	SE	Z	p
Intercept	-24.1547	7.708	-3.134	0.002
Доброзичливість	-1.2172	0.633	-1.923	0.054
Універсалізм	0.0911	0.609	0.150	0.881
Самостійність	0.4846	0.679	0.713	0.476
Безпека	0.7019	0.407	1.723	0.085
Емоційний відгук	0.3290	0.111	2.959	0.003
Note. Estimates represent the log odds of "Досвід волонтерства = Так" vs. " Досвід волонтерства = Ні"				

Як видно з наведених вище результатів, єдиним статистично значущим предиктором участі у волонтерській діяльності є емоційний відгук ($p = 0,003$). А отже, зі зростанням рівня емоційного відгуку істотно підвищується ймовірність залучення до волонтерської діяльності. При цьому, як бачимо, жодна з включених у модель ціннісних орієнтацій не виявила статистично значущого впливу на ймовірність участі у волонтерській діяльності. Це свідчить про те, що зазначені цінності, не дивлячись на їх домінантність у волонтерів і неволонтерів, самі по собі не визначають вибір активного волонтерства.

Таким чином, результати показали, що ключовим психологічним чинником участі у волонтерській діяльності представників досліджуваної вибірки є емоційний відгук, тоді як ціннісні орієнтації виконують переважно фонову функцію. Іншими словами, неготовність до волонтерської діяльності в умовах воєнного стану пов'язана не зі специфікою моральних орієнтирів, а з орієнтацією на збереження особистої стабільності та недостатньою інтеграцією емоційного ресурсу, який забезпечує перехід від цінностей до дії.

На завершення аналізу було здійснено перевірку надійності використаних психодіагностичних шкал із

застосуванням коефіцієнта α Кронбаха (додаток Г). Як видно з коефіцієнтів, наведених у додатку Г, шкала емоційного відгуку та шкала міжособистісної довіри продемонстрували прийнятний рівень надійності ($\alpha = 0,851$ та $\alpha = 0,787$ відповідно). При цьому значення коефіцієнта α Кронбаха для окремих ціннісних шкал методики Ш. Шварца є нижчими за середні, що може бути зумовлено як складною природою цінностей, так і невеликою кількістю пунктів у межах окремих шкал. У зв'язку з цим отримані показники вважаємо цілком прийнятними для пояснення результатів проведеного дослідження.

3.3 Концептуальні підходи до розвитку емоційного ресурсу як чинника волонтерської активності.

Концептуальні підходи до роботи з емоціями базуються на розвитку емоційного інтелекту, управлінні емоційним досвідом через когнітивні та поведінкові стратегії. Концепція емоційного інтелекту є однією з найбільш впливових у контексті пояснення механізмів формування та подолання низького емоційного відгуку. Вона базується на уявленні про емоції як важливе джерело інформації, що забезпечує адаптацію особистості до соціального середовища.

У межах проблематики волонтерської діяльності емоційний інтелект виконує кілька важливих функцій: сприяє ефективній емоційній саморегуляції, що дозволяє уникати емоційного вигорання та зберігати психологічну стійкість у складних умовах, та підвищує впевненість у власній здатності впливати на ситуацію, що стимулює активну соціальну позицію.

Модель Майєра–Саловея–Карузо трактує емоційний інтелект як когнітивну здатність до обробки емоційної інформації. В її межах виділяються такі ключові компоненти: здатність до розпізнавання емоцій; використання емоцій у мисленні; розуміння емоційних процесів; управління емоціями.

Згідно з цією моделлю, низький емоційний відгук може бути наслідком недостатнього розвитку навичок ідентифікації та інтерпретації емоцій.

Модель Д. Гоулмана розглядає емоційний інтелект як сукупність особистісних і соціальних компетентностей. До її структури входять: самоусвідомлення; саморегуляція; внутрішня мотивація; емпатія; соціальні навички.

У межах цього підходу емоційна притупленість інтерпретується як дефіцит емоційної компетентності, що проявляється у зниженій здатності до переживання та вираження емоцій.

Модель Бар-Она вводить поняття емоційно-соціального інтелекту, який охоплює широкий спектр адаптивних характеристик особистості, зокрема: внутрішньоособистісну сферу (самопізнання, самоповага); міжособистісні навички; адаптивність; управління стресом; загальний настрій.

Цей підхід підкреслює роль емоційного інтелекту як ресурсу психологічної стійкості.

З позиції сучасних психологічних підходів, подолання браку емоційного ресурсу

може здійснюватися через такі напрямки:

- Розвиток емоційної усвідомленості – формування здатності ідентифікувати власні емоційні стани та розуміти їх причини;
- Формування навичок емоційної регуляції – навчання керуванню інтенсивністю емоцій, зниження рівня тривожності та стресу;
- Підвищення психологічної резильєнтності – зміцнення здатності адаптуватися до складних життєвих умов;
- Створення безпечного середовища для волонтерства – зменшення ризику перевантаження та підтримка емоційного благополуччя.

Важливе місце у подоланні низького емоційного відгуку займають стратегії емоційної регуляції. У межах когнітивно-поведінкового підходу низький емоційний відгук розглядається як наслідок дисфункціональних когніцій та поведінкових стратегій уникання.

Основні інтервенції включають:

- ідентифікацію автоматичних думок;
- модифікацію неадаптивних переконань;
- поведінкову активацію;
- експозицію до емоційно значущих стимулів.

Практичний вимір подолання низького емоційного відгуку представлений низкою технік, спрямованих на розвиток емоційної усвідомленості та регуляції.

Визнання та позначення емоцій полягає у вербалізації внутрішніх переживань через відповіді на запитання типу: «Що я зараз відчуваю?».

Це сприяє підвищенню рівня емоційної диференціації.

Аналіз причин емоцій передбачає встановлення зв'язку між подіями, думками та емоційними реакціями, що дозволяє глибше зрозуміти власний досвід.

З урахуванням результатів дослідження нами запропонована програма для Розвитку емоційної готовності та ресурсності особистості як передумови залучення до волонтерської діяльності. Така програма може включати заходи, спрямовані на нормалізацію емоційних реакцій у воєнний період, розвиток емоційної стійкості.

Основні завдання програми:

- підвищення рівня емоційної усвідомленості;
- розвиток навичок саморегуляції;
- формування емпатії;
- профілактика емоційного вигорання;
- зниження рівня тривожності.

Програма може включати кілька взаємопов'язаних блоків.

1) Психосвітній блок спрямований на нормалізацію емоційних реакцій у

воєнний період, формування розуміння природи стресу та його впливу на психіку. Робота з міфами про волонтерство. Розбір деструктивних установок.

Програма розглядає три феномени, що блокують залученість до волонтерства:

- Провина вцілілого: Ірраціональне переконання, що власна безпека або відносний добробут є «несправедливими». Це почуття паралізує діяльність. Людина вважає, що її внесок «мізерний» порівняно з подвигами інших, і тому взагалі припиняє діяти.

- Вторинна травматизація: Страх зіткнутися з болем бенефіціарів (поранених, переселенців) через острах ретравматизації власного досвіду.

- Ефект «звикання» Зниження емоційної чутливості до трагічних новин, що помилково сприймається людиною як втрата людяності. Практичне втілення блоку передбачає проведення циклу семінарів-практикумів. *Вправа 1: «Карта моїх реакцій»* Учасникам пропонується скласти таблицю своїх реакцій на стрес за останні місяці, розділивши їх на когнітивні (забудькуватість, неможливість концентруватися), емоційні (дратівливість, апатія) та фізичні (порушення сну, затиски). *Мета:* Нормалізація стану через усвідомлення, що ці прояви є типовими для всього суспільства.

Вправа 2: Метафорична техніка «Киснева маска» Групове обговорення принципу авіаційної безпеки: чому спочатку маска одягається на себе?

Учасники формулюють «етичний маніфест самозбереження», де прописують, що їхня стабільність — це головний актив.

Завершення психоосвітнього блоку має призвести до змін у когнітивній та емоційній сферах учасників, а саме: розуміння механізмів стресу робить його

«передбачуваним», що зменшує страх перед власними емоціями. Учасники починають сприймати волонтерство не як марафон на виживання, а як

дозовану соціальну активність, інтегровану в життя.

2) Блок розвитку емоційної усвідомленості передбачає формування здатності розпізнавати та усвідомлювати власні емоції. В умовах війни емоційний стан часто є складним і неоднозначним: людина може одночасно відчувати тривогу, злість, втому або безсилля. Через це емоції ніби «змішуються» і стає важко зрозуміти, що саме відбувається всередині. Такий стан може гальмувати активність і знижувати готовність до будь-яких дій, зокрема до волонтерства. У межах цього блоку учасники вчаться помічати свої емоції, називати їх і розуміти їх причини.

Практичний інструментарій блоку

- *Методика «Щоденник емоційного стану»*: Учасникам пропонується протягом 7 днів фіксувати домінуючі емоції за 10-бальною шкалою. Це дозволяє виявити

«піки» енергії, коли людина потенційно готова до соціальної активності.

- *Вправа «Сканування тіла»*: Робота з соматичними маркерами.

Учасники вчаться відчувати, де в тілі «живе» опір до діяльності (затиск у горлі, важкість у плечах).

Результатом реалізації даного блоку є підвищення рівня емоційної усвідомленості, що проявляється у здатності чітко розрізняти власні емоційні стани, розуміти причини їх виникнення та їхній вплив на поведінку. Учасники навчаються ідентифікувати як базові, так і складні змішані емоції, що дозволяє зменшити внутрішню невизначеність та напруження. Формується здатність більш точно інтерпретувати власні стани, зокрема відрізняти емоційне виснаження, потребу у відпочинку чи психологічному відновленні від ситуативного зниження мотивації або прокрастинації. Це сприяє зниженню рівня деструктивної самокритики та формуванню більш прийняттого і підтримувального ставлення до себе. Важливим результатом є також підвищення рівня саморегуляції, оскільки усвідомлення емоцій виступає передумовою їх ефективного контролю. Учасники отримують можливість більш усвідомлено підходити до

планування власної діяльності, враховуючи власний емоційний стан і рівень ресурсу.

У ширшому контексті це сприяє підвищенню психологічної стійкості, зниженню впливу стресових факторів та створює передумови для формування готовності до просоціальної активності, зокрема участі у волонтерській діяльності.

3) Блок саморегуляції включає освоєння технік управління емоційними станами, зокрема дихальних вправ і методів релаксації.

Цей блок спрямований на те, щоб навчити людину практичним способам керування своїм емоційним станом. Його можна умовно назвати «набором інструментів», які допомагають швидко відновитися у ситуаціях стресу або емоційного перевантаження. Це особливо важливо для волонтерської діяльності, адже вона часто пов'язана з сильними переживаннями та високим рівнем напруги. В основі блоку лежить ідея, що через роботу з тілом і диханням можна впливати на емоційний стан. Коли людина відчуває сильний стрес або виснаження, вона може ніби «завмирати» — знижується активність, з'являється апатія або відчуття безсилля. Запропоновані техніки допомагають м'яко вийти з цього стану та повернути контроль над собою.

У межах блоку учасники знайомляться з різними вправами. Наприклад, дихальні техніки («дихання по квадрату», «4-7-8») допомагають заспокоїтися, зменшити тривогу та стабілізувати фізичний стан. Окремо розглядається, як це пов'язано з роботою нервової системи.

Також використовується метод прогресивної м'язової релаксації, який полягає у почерговому напруженні та розслабленні м'язів. Це допомагає зняти тілесне напруження, яке накопичується через стрес.

Ще одна важлива техніка — «5-4-3-2-1», яка допомагає зосередитися на теперішньому моменті через органи чуття. Вона ефективна тоді, коли людина

«застрає» у тривожних думках або починає уявляти найгірші сценарії.

У результаті проходження цього блоку учасники отримують конкретні

навички, які вони можуть використовувати в реальному житті. Це підвищує їхню впевненість у тому, що вони здатні впоратися зі своїми емоціями, зменшує рівень стресу та робить їх більш готовими до участі у волонтерській діяльності без ризику швидкого емоційного виснаження.

4) Блок профілактики емоційного вигорання передбачає навчання збереженню балансу між допомогою іншим і турботою про себе.

Цей блок спрямований на профілактику емоційного вигорання та збереження психологічного ресурсу людини в довгостроковій перспективі. Його основна ідея полягає в тому, щоб навчити людину допомагати іншим, не виснажуючи себе.

Особливо це актуально в умовах війни, коли волонтерська діяльність часто супроводжується сильним емоційним навантаженням.

У межах цього блоку розглядається поняття «екології взаємодії», тобто вміння вибудовувати здорові психологічні межі між собою та проблемами інших людей. Це означає, що людина може бути небайдужою, підтримувати інших, але при цьому не «розчинятися» в їхніх переживаннях.

Одним із ключових аспектів є розмежування емпатії та співчуття. Учасникам пояснюється, що надмірне емоційне занурення в стан іншої людини (коли ми буквально «проживаємо» її біль як свій) може призводити до виснаження.

Натомість більш ефективною є позиція співчутливої турботи — коли людина розуміє стан іншого, але зберігає внутрішню дистанцію і здатність діяти.

Також важливою частиною блоку є робота з особистими кордонами.

Учасники вчаться визначати власні можливості та обмеження, а також відпрацьовують навички асертивної поведінки — тобто вміння відмовляти без почуття провини, якщо запит перевищує їхній ресурс. Це допомагає уникати перевантаження і зберігати баланс між допомогою іншим і турботою про себе. Окремо розглядається питання інформаційної гігієни. Учасники вчаться обмежувати надмірне споживання новин, яке

може посилювати тривожність і створювати ефект постійного стресу. Для цього пропонується, наприклад, встановлювати певні часові межі для перегляду новин. Ще одним практичним інструментом є вправа «Кошик відповідальності», яка допомагає розділити те, на що людина реально може вплинути (наприклад, конкретна допомога), і те, що від неї не залежить (наприклад, глобальні події). Це знижує відчуття безсилля і загальну тривожність.

У результаті проходження цього блоку формується більш усвідомлене ставлення до волонтерської діяльності. Людина вчиться допомагати іншим без шкоди для себе, краще розуміє свої межі та можливості, а також отримує навички, які дозволяють уникати емоційного вигорання. Це сприяє тому, що волонтерська діяльність стає більш стабільною та довготривалою.

5) Мотиваційний блок спрямований на формування внутрішньої готовності до волонтерської діяльності та усвідомлення її особистісного значення.

Цей блок є завершальним у програмі та спрямований на формування мотивації до волонтерської діяльності. Його основна ідея полягає в тому, щоб допомогти людині знайти особистий сенс у допомозі іншим і зробити волонтерство не просто обов'язком, а усвідомленим вибором. У складних життєвих умовах, зокрема під час війни, люди часто переживають відчуття втрати контролю, безсилля або навіть екзистенційну кризу. У цьому контексті волонтерська діяльність може виступати способом повернення відчуття впливу на реальність. Людина починає сприймати себе не лише як того, хто переживає події, а як того, хто може діяти і допомагати іншим. У межах цього блоку використовується ідея про те, що сенс можна знайти через діяльність і взаємодію з іншими людьми. Допомога іншим у такому випадку стає не тільки корисною для суспільства, а й важливою для самої особистості, оскільки дає відчуття значущості та потреби.

Практична частина блоку включає вправи, спрямовані на усвідомлення

власних цінностей. Наприклад, учасники визначають, що для них є важливим (справедливість, підтримка інших, патріотизм тощо) і як ці цінності можуть реалізовуватися через конкретні дії у волонтерстві. Це допомагає зробити діяльність більш осмисленою і внутрішньо мотивованою.

Також використовується підхід «малих кроків», коли увага переноситься з великих і часто недосяжних цілей на конкретні невеликі дії. Наприклад, замість того щоб думати про глобальні зміни, людина фокусується на тому, що вона може зробити вже зараз. Це допомагає уникнути розчарування і дає відчуття результату.

Окремо учасникам пояснюється, що допомога іншим може позитивно впливати і на їхній власний стан. Виконання просоціальних дій часто супроводжується позитивними емоціями, відчуттям задоволення та підвищенням настрою. Це пояснюється тим, що під час такої діяльності активуються природні механізми психологічного «підкріплення».

У результаті проходження цього блоку формується більш стійка і усвідомлена мотивація до волонтерства. Людина починає сприймати допомогу іншим не як додаткове навантаження, а як ресурс, який може підтримувати її саму. Це сприяє довготривалій залученості у волонтерську діяльність та особистісному зростанню.

Висновки до розділу 3.

Відповідно до мети роботи та дослідницьких питань, отримані результати дозволяють сформулювати такі висновки.

1. Встановлено, що просоціальні ціннісні орієнтації (доброзичливість, універсалізм тощо) є достатньо вираженими як у волонтерів, так і у неволонтерів. Попри наявність деяких кількісних відмінностей, за результатами порівняльного аналізу за критерієм Манна-Уїтні статистично значущих відмінностей між групами за цими

показниками виявлено не було. Це свідчить про те, що сам факт домінування просоціальних цінностей не є вирішальним чинником участі у волонтерській діяльності. Отже моральні орієнтири виступають необхідною, але недостатньою умовою волонтерської залученості.

2. Результати порівняльного аналізу засвідчили наявність статистично значущих відмінностей між волонтерами та неволонтерами за такими ціннісними орієнтаціями, як самостійність, стимуляція, гедонізм, безпека та конформізм. Волонтери демонструють вищі показники за цими шкалами. А саме, поєднання підвищеної самостійності та стимуляції у волонтерів вказує на готовність до активних дій в умовах невизначеності (що у ситуації війни є надважливим), тоді як вищий рівень гедонізму може відображати здатність отримувати емоційне підкріплення від просоціальної активності. Водночас для не волонтерів більш характерною є орієнтація на збереження стабільності та уникнення додаткового навантаження, що в умовах воєнного стану може виступати психологічним чинником низької залученості до волонтерської діяльності. Отже, бар'єри до участі у волонтерстві мають не ціннісно-моральний, а суто ресурсний характер і пов'язані з особливостями внутрішньої готовності до дії.

3. Особливе значення у контексті неготовності до волонтерської діяльності має емоційний компонент. За результатами порівняльного аналізу волонтери мають значуще вищі показники емоційного відгуку порівняно з неволонтерами. Водночас міжособистісна довіра не виявила статистично значущих відмінностей між групами, що дозволяє розглядати її як фонову соціально-психологічну характеристику.

Кореляційний аналіз показав, що у волонтерів емоційний відгук інтегрований у систему цінностей і пов'язаний з просоціальними орієнтаціями, тоді як у неволонтерів цей аспект відсутній. Це означає, що за наявності схожих ціннісних переконань саме дефіцит емоційного

ресурсу ускладнює перехід від усвідомлення важливості допомоги до реальної участі у волонтерських ініціативах. Дана тенденція була підтверджена і результатами логістичної регресії, де емоційний відгук виявився єдиним статистично значущим предиктором участі у волонтерській діяльності, тоді як ціннісні орієнтації не виявили прогностичного впливу.

Водночас, важливо зазначити, що наше дослідження не охоплює усіх можливих чинників волонтерської залученості, оскільки в умовах війни важливу роль можуть відігравати індивідуальні життєві обставини та досвід, які виходять за межі досліджених психологічних показників.

ВИСНОВКИ.

У ході проведеного дослідження було здійснено комплексний аналіз психологічних чинників, що визначають готовність осіб до участі у волонтерській діяльності в умовах воєнного стану.

Теоретичний аналіз засвідчив, що волонтерство є багатовимірним соціально-психологічним явищем, яке формується під впливом ціннісних орієнтацій, емоційних ресурсів, мотиваційних установок та соціального контексту. Особливу роль у сучасних українських реаліях відіграє воєнний досвід, який одночасно виступає потужним мобілізаційним чинником і джерелом психоемоційного навантаження.

Емпіричні результати показали, що просоціальні ціннісні орієнтації, зокрема доброзичливість та універсалізм, є достатньо вираженими як у волонтерів, так і у неволонтерів. Відсутність статистично значущих відмінностей між цими групами за зазначеними показниками свідчить про те, що наявність моральних і просоціальних переконань сама по собі не гарантує активної волонтерської участі. Таким чином, ціннісно-моральні орієнтації виступають необхідною, але недостатньою умовою залученості до волонтерської діяльності.

Водночас було виявлено статистично значущі відмінності між волонтерами та неволонтерами за низкою інших ціннісних орієнтацій, зокрема самостійністю, стимуляцією, гедонізмом, безпекою та конформізмом. Волонтери характеризуються вищою готовністю до самостійних рішень, активних дій і прийняття ризику в умовах невизначеності, що є критично важливим у ситуації війни. Для неволонтерів, навпаки, більш притаманною є орієнтація на збереження стабільності, уникнення додаткового навантаження та захист власних ресурсів. Це дозволяє зробити висновок, що психологічні чинники низької залученості до волонтерської участі мають переважно ресурсний характер і пов'язані не з браком моральних переконань, а з

внутрішньою неготовністю до дії в умовах підвищеного стресу.

Особливу роль у структурі волонтерської залученості відіграє емоційний компонент. Було встановлено, що волонтери мають значуще вищий рівень емоційного відгуку порівняно з неволонтерами.

Кореляційний аналіз засвідчив, що у волонтерів емоційний відгук органічно інтегрований у систему ціннісних орієнтацій і підсилює просоціальну активність, тоді як у неволонтерів цей зв'язок відсутній.

Це означає, що за наявності подібних ціннісних установок саме дефіцит емоційного ресурсу може перешкоджати переходу від усвідомлення важливості допомоги до реальної участі у волонтерській діяльності. Дані логістичної регресії підтвердили цей висновок, оскільки емоційний відгук виявився єдиним статистично значущим предиктором волонтерської участі, тоді як ціннісні орієнтації не мали самостійного прогностичного впливу.

Разом із тим міжособистісна довіра не продемонструвала значущих відмінностей між групами, що дозволяє розглядати її як фонову соціально-психологічну характеристику, яка сама по собі не визначає волонтерську активність, але може створювати загальні умови для соціальної взаємодії. Отримані результати підтверджують, що не готовність до волонтерської діяльності формується не лише на рівні переконань, а насамперед на рівні емоційної готовності, внутрішніх ресурсів і здатності витримувати психоемоційне навантаження.

Водночас дослідження має певні обмеження, оскільки не охоплює всього спектра життєвих обставин і досвіду, які в умовах війни можуть суттєво впливати на волонтерську залученість. Це визначає перспективи подальших досліджень, спрямованих на комплексний аналіз психологічних і контекстуальних чинників волонтерської активності.

З огляду на отримані результати нами було розглянуто концептуальні підходи до роботи з емоціями та запропоновано

впровадження комплексної психологічної програми підвищення залученості громадян до волонтерської діяльності, яка має бути спрямована не стільки на формування ціннісних орієнтацій, скільки на розвиток емоційної готовності та ресурсності особистості.

Така програма включає психоосвітні заходи, спрямовані на нормалізацію емоційних реакцій у воєнний період, розвиток емоційної стійкості, навичок саморегуляції та профілактику емоційного вигорання. Важливим компонентом програми є створення безпечного простору для поступового залучення до волонтерської діяльності, з можливістю обирати посильні форми участі та отримувати соціальну підтримку. Особливу увагу доцільно приділити роботі з особами, які мають просоціальні цінності, але не наважуються долучитися до волонтерських ініціатив через страх перевантаження або емоційного виснаження.

Реалізація таких програм може сприяти не лише підвищенню рівня волонтерської залученості, а й збереженню психічного здоров'я громадян, що є особливо актуальним в умовах тривалого воєнного стресу.

ДОДАТКИ

Додаток А

Описові статистики за досліджуваними параметрами

Таблиця 1

Вираженість ціннісних орієнтацій (за методикою Ш. Шварца) у
досліджуваних з різним досвідом волонтерської діяльності

Життєві цінності	Досвід волонтерської діяльності	M	Me	SD
Конформізм	Ні	2.99	2.99	0.486
	Так	3.47	3.29	0.731
	Так, включно останні 6 місяців	3.16	3.09	0.57
Традиція	Ні	2.27	2.12	0.406
	Так	2.41	2.3	0.73
	Так, включно останні 6 місяців	2.25	2.05	0.74
Доброзичливість	Ні	3.92	3.98	0.546
	Так	3.97	4	0.683
	Так, включно останні 6 місяців	4.24	4.08	0.498
Універсализм	Ні	4.24	4.18	0.721
	Так	4.53	4.51	0.747
	Так, включно останні 6 місяців	4.93	5	0.536
Самостійність	Ні	4.23	4.25	0.466
	Так	4.57	4.75	0.742
	Так, включно останні 6 місяців	4.9	5	0.522
Стимуляція	Ні	3.35	3.53	0.624
	Так	3.91	4.5	1.113
	Так, включно останні 6 місяців	3.34	3.53	0.813
Гедонізм	Ні	2.97	2.73	0.772
	Так	4.2	4.61	1.018
	Так, включно останні 6 місяців	4.16	4.43	1.153
Досягнення	Ні	4.11	4	1.056
	Так	4.01	4.25	1.126
	Так, включно останні 6 місяців	4.05	3.5	0.914
Влада	Ні	3.36	3.33	0.51
	Так	3.45	3.5	0.89
	Так, включно останні 6 місяців	3.58	3.67	0.509
Безпека	Ні	3.89	3.88	0.87
	Так	4.49	4.3	0.874
	Так, включно останні 6 місяців	4.62	4.21	0.744

Таблиця 2.

Описові статистики показника емоційного відгуку у досліджуваних з різним досвідом волонтерської діяльності

	Досвід волонтерської діяльності	M	Me	SD
Емоційний відгук	Ні	69.3	70	4.11
	Так	73.7	73	5.11
	Так, включно останні 6 місяців	73.2	72	6.34

Таблиця 3

Описові статистики показника міжособистісної довіри у досліджуваних з різним досвідом волонтерської діяльності

	Досвід волонтерської діяльності	M	Me	SD
Шкала міжособистісної довіри	Ні	85.6	85.5	4.44
	Так	85.5	85	4.76
	Так, включно останні 6 місяців	84.7	85	4.9

Додаток Б

Перевірка нормальності емпіричних розподілів

Вибірка волонтерів

	Mean	Median	SD	Minimum	Maximum	Shapiro-Wilk	
						W	p
Конформізм	3.47	3.29	0.731	2.25	4.66	0.944	0.063
Традиція	2.41	2.30	0.730	1.17	4.00	0.955	0.139
Доброзичливість	3.97	4.00	0.683	2.75	5.11	0.923	0.014
Універсалізм	4.53	4.51	0.747	2.83	6.04	0.951	0.107
Самостійність	4.57	4.75	0.742	3.25	5.93	0.947	0.079
Стимуляція	3.91	4.50	1.113	1.87	5.09	0.846	<.001
Гедонізм	4.20	4.61	1.018	1.90	5.53	0.891	0.002
Досягнення	4.01	4.25	1.126	1.67	5.67	0.930	0.023
Влада	3.45	3.50	0.890	2.29	5.33	0.919	0.011
Безпека	4.49	4.30	0.874	3.14	6.10	0.937	0.037
Емоційний відгук	73.70	73.00	5.109	62.00	88.00	0.892	0.002
Шкала соціальної довіри	85.51	85	4.759	74	103	0.813	<.001

Вибірка неволонтерів

	Mean	Median	SD	Minimum	Maximum	Shapiro-Wilk	
						W	p
Конформізм	2.99	2.99	0.486	1.94	4.00	0.954	0.124
Традиція	2.27	2.12	0.406	1.75	3.36	0.829	<.001
Доброзичливість	3.92	3.98	0.546	2.96	5.03	0.953	0.113
Універсалізм	4.24	4.18	0.721	2.83	5.29	0.939	0.050
Самостійність	4.23	4.25	0.466	3.50	5.07	0.953	0.109
Стимуляція	3.35	3.53	0.624	2.32	4.67	0.959	0.173
Гедонізм	2.97	2.73	0.772	1.84	4.20	0.884	<.001
Досягнення	4.11	4.00	1.056	2.50	5.62	0.905	0.003
Влада	3.36	3.33	0.510	2.49	4.11	0.923	0.012
Безпека	3.89	3.88	0.870	2.40	5.60	0.943	0.053
Емоційний відгук	69.32	70.00	4.107	53.00	76.00	0.747	<.001
Шкала соціальної довіри	85.58	85.50	4.440	69	102	0.696	<.001

Загальна вибірка

	Mean	Median	SD	Minimum	Maximum	Shapiro-Wilk	
						W	p
Конформізм	3.23	3.09	0.661	1.94	4.66	0.962	0.026
Традиція	2.34	2.20	0.589	1.17	4.00	0.931	<.001
Доброзичливість	3.94	4.00	0.614	2.75	5.11	0.955	0.009
Універсалізм	4.38	4.41	0.744	2.83	6.04	0.962	0.055
Самостійність	4.40	4.32	0.637	3.25	5.93	0.964	0.033
Стимуляція	3.63	3.63	0.936	1.87	5.09	0.948	0.004
Гедонізм	3.58	3.66	1.088	1.84	5.53	0.946	0.003
Досягнення	4.06	4.08	1.085	1.67	5.67	0.948	0.004
Влада	3.40	3.33	0.719	2.29	5.33	0.942	0.002
Безпека	4.18	4.09	0.918	2.40	6.10	0.954	0.008
Емоційний відгук	71.48	71.00	5.100	53.00	88.00	0.884	<.001
Шкала соціальної довіри	85.55	85	4.569	69	103	0.771	<.001

Додаток В

Результати порівняння досліджуваних показників у вибірках волонтерів і неволонтерів (на основі критерію Манна-Уїтні)

Independent Samples T-Test			
		Statistic	p
Конформізм	Mann-Whitney U	413	0.002
Традиція	Mann-Whitney U	601	0.282
Доброзичливість	Mann-Whitney U	651	0.585
Універсалізм	Mann-Whitney U	534	0.074
Самостійність	Mann-Whitney U	510	0.041
Стимуляція	Mann-Whitney U	466	0.012
Гедонізм	Mann-Whitney U	248	<.001
Досягнення	Mann-Whitney U	673	0.755
Влада	Mann-Whitney U	693	0.920
Безпека	Mann-Whitney U	438	0.005
Емоційний відгук	Mann-Whitney U	271	<.001
Шкала соціальної довіри	Mann-Whitney U	611	0.323
Note. $H_a \mu_{Hi} \neq \mu_{Tak}$			

Group Descriptives						
	Group	N	Mean	Median	SD	SE
Конформізм	Hi	38	2.99	2.99	0.486	0.0789
	Tak	37	3.47	3.29	0.731	0.120
Традиція	Hi	38	2.27	2.12	0.406	0.0659
	Tak	37	2.41	2.30	0.730	0.120
Доброзичливість	Hi	38	3.92	3.98	0.546	0.0886
	Tak	37	3.97	4.00	0.683	0.112
Універсалізм	Hi	38	4.24	4.18	0.721	0.1170
	Tak	37	4.53	4.51	0.747	0.123
Самостійність	Hi	38	4.23	4.25	0.466	0.0756
	Tak	37	4.57	4.75	0.742	0.122
Стимуляція	Hi	38	3.35	3.53	0.624	0.1013
	Tak	37	3.91	4.50	1.113	0.183
Гедонізм	Hi	38	2.97	2.73	0.772	0.1253
	Tak	37	4.20	4.61	1.018	0.167
Досягнення	Hi	38	4.11	4.00	1.056	0.1714
	Tak	37	4.01	4.25	1.126	0.185
Влада	Hi	38	3.36	3.33	0.510	0.0827
	Tak	37	3.45	3.50	0.890	0.146
Безпека	Hi	38	3.89	3.88	0.870	0.1412
	Tak	37	4.49	4.30	0.874	0.144
Емоційний відгук	Hi	38	69.32	70.00	4.107	0.6663
	Tak	37	73.70	73.00	5.109	0.840
Шкала соціальної довіри	Hi	38	85.58	85.50	4.440	0.7202

	Так	37	85.51	85.00	4.759	0.782
--	-----	----	-------	-------	-------	-------

Додаток Г

Результати кореляційного аналізу

Таблиця 1.

Результати кореляційного аналізу досліджуваних показників у групі
досліджуваних з досвідом волонтерської діяльності

	Конформізм	Традиція	Доброзичливість	Універсалізм	Самостійність	Стимуляція	Гедонізм	Досягнення	Влада	Безпека	Емоційний відгук	Міжособистісна
Конформізм	—											
Традиція	0.518**	—										
Доброзичливість	0.152	0.280	—									
Універсалізм	0.069	0.013	0.491**	—								
Самостійність	0.046	-0.018	0.405*	0.770***	—							
Стимуляція	-0.175	-0.071	0.539***	0.530***	0.409*	—						
Гедонізм	-0.500**	-0.242	0.531***	0.420**	0.294	0.570***	—					
Досягнення	0.533***	0.224	0.532***	0.496**	0.469**	0.463**	0.108	—				
Влада	0.297	-0.222	0.212	0.283	0.268	0.484**	-0.062	0.657***	—			
Безпека	0.164	-0.141	0.529***	0.842***	0.585***	0.462**	0.452**	0.660***	0.503**	—		
Емоційний відгук	-0.049	0.048	0.390*	0.262	0.317	0.145	0.219	0.093	0.084	0.223	—	

Міжособи- стисна довіра	0.04 6	- 0.2 57	- 0.09 8	0.12 6	0.02 4	- 0.05 3	- 0.05 8	0.00 5	0.06 9	0.1 63	- 0.2 42	—
-------------------------------	-----------	----------------	----------------	-----------	-----------	----------------	----------------	-----------	-----------	-----------	----------------	---

Таблиця 2.

Результати кореляційного аналізу досліджуваних показників у групі
досліджуваних без досвіду волонтерської діяльності

	Конформізм	Традиція	Доброзичливість	Універсализм	Самостійність	Стимуляція	Гедонізм	Досягнення	Влада	Безпека	Емоційний відгук	Міжособистісна
Конформізм	—											
Традиція	0.246	—										
Доброзичливість	0.329 *	0.392 *	—									
Універсализм	0.358 *	0.236	0.647 ***	—								
Самостійність	0.379 *	0.074	0.581 ***	0.727 ***	—							
Стимуляція	0.294	0.181	0.714 ***	0.379 *	0.151	—						
Гедонізм	0.114	0.447 **	0.477 **	0.081	0.453 **	0.277	—					
Досягнення	0.153	0.132	0.306	0.178	-0.116	0.579 ***	-0.055	—				
Влада	0.085	-0.296	-0.176	0.202	-0.083	0.119	-0.509 **	0.476 **	—			
Безпека	0.578 ***	0.455 **	0.291	0.289	0.453 **	0.079	0.414 **	-0.052	0.104	—		
Емоційний відгук	-0.118	0.100	0.125	-0.015	0.124	0.137	0.264	0.049	-0.045	0.095	—	
Міжособистісна довіра	-0.258	0.102	-0.201	-0.103	-0.293	-0.075	-0.010	0.097	0.152	-0.041	-0.099	—

Додаток Г

Результати перевірки надійності шкал

Методика «Портрет цінностей» Ш. Шварца	Scale Reliability Statistics	
	Cronbach's α	
	Конформізм	0.502
	Scale Reliability Statistics	
	Cronbach's α	
	Традиція	0.587
	Scale Reliability Statistics	
	Cronbach's α	
	Доброзичливість	0.416
	Scale Reliability Statistics	
	Cronbach's α	
	Універсалізм	0.689
	Scale Reliability Statistics	
	Cronbach's α	
	Самостійність	0.405
	Scale Reliability Statistics	
	Cronbach's α	
	Стимуляція	0.639
	Scale Reliability Statistics	
	Cronbach's α	
	Гедонізм	0.710
	Scale Reliability Statistics	
	Cronbach's α	
	Досягнення	0.833

	Scale Reliability Statistics	
	Cronbach's α	
	Влада	0.631

	Scale Reliability Statistics	
	Cronbach's α	
	Безпека	0.777
Шкала емоційного відгуку	Scale Reliability Statistics	
	Cronbach's α	
	Емоційний відгук	0.851
Шкала міжособистісної довіри	Scale Reliability Statistics	
	Cronbach's α	
	Міжособистісна довіра	0.787

Психологічні детермінанти низької залученості у волонтерство в українському контексті

Вітаю! Мене звати Ольга Барковська, я студентка Київського Інституту Сучасної Психології і Психотерапії та здобуваю ступінь магістра з клінічної психології. Окрім навчання, я є діючим волонтером фонду «Карітас», що дозволяє мені на власному досвіді спостерігати вплив психологічних чинників на соціальну активність.

Наразі я проводжу дослідження, присвячене виявленню психологічних бар'єрів до участі у волонтерських ініціативах, пов'язаних із внутрішніми особистісними чинниками. Вивчення таких механізмів допомагає глибше зрозуміти фактори громадянської пасивності та розробити підходи для її подолання.

Участь в опитуванні **добровільна та анонімна**.

Опитування має 4 блоки і займе приблизно 15-20 хвилин вашого часу.

Я щиро вдячна вам за участь і внесок у розвиток психологічної науки та практики в Україні!

barkovska4@gmail.com [Змінити обліковий запис](#)



 Бачите тільки ви

Зірочка (*) указує, що запитання обов'язкове

Я погоджуюсь на обробку моїх персональних даних виключно для цілей написання дипломної та курсової робіт *

☒ Так

☐ Ні

Психологічні детермінанти низької залученості у волонтерство в українському контексті

barkovska4@gmail.com [Змінити обліковий запис](#)



Бачите тільки ви

Зірочка (*) указує, що запитання обов'язкове

Соціо-демографічна анкета

1. Чи маєте Ви досвід участі у волонтерській діяльності? *

- ☐ 1. Так
- ☐ 2. Ні

2. Чи долучались Ви до волонтерських ініціатив протягом останніх 6 місяців? *

- ☐ 1. Так
- ☐ 2. Ні

3. Чи належите Ви до якоїсь організації або благодійного фонду? *

- ☐ 1. Так
- ☐ 2. Ні

6. Чи маєте Ви серед близьких або друзів людей, які активно займаються волонтерством? *

- ☐ 1. Так
- ☐ 2. Ні

7. Чи відчуваєте Ви особисту потребу допомагати людям особисто, без участі організацій? *

- ☐ 1. Так
- ☐ 2. Ні
- ☐ 3. Важко відповісти

8. Чи вважаєте Ви, що волонтерство є важливою частиною громадянської відповідальності? *

9. Чи маєте Ви досвід негативного сприйняття волонтерів з боку інших людей (скепсис, недовіра тощо)? *

- ☐ 1. Так
- ☐ 2. Ні

10. Чи отримуєте Ви задоволення або відчуття значущості від допомоги іншим людям? *

- ☐ 1. Так
- ☐ 2. Ні
- ☐ 3. Важко відповісти

12. Форма зайнятості *

- ☐ 1. Студент (ка)
- ☐ 2. Повна зайнятість
- ☐ 3. Часткова зайнятість
- ☐ 4. Не працюю

13. Вік *

- ☐ 1. 20-25
- ☐ 2. 26-30
- ☐ 3. 31-40
- ☐ 4. 41-50

14. Стать *

- ☐ 1. Жіноча
- ☐ 2. Чоловіча
- ☐ Інше: _____

Список використаних джерел і літератури:

1. Базиль Т. Соціально-психологічна готовність особистості до волонтерської діяльності в кризових умовах. Вісник Національного університету оборони України. Київ. 2023. №. 5
2. Бондаренко З. П. Добродійність та волонтерство як веління часу. Думки, підказані серцем. Дніпропетровськ : Вид-во ДНУ, 2011.
3. Болотова В. О., Ляшенко Н. О., Байдак Т. М. Волонтерська діяльність в Україні як вид соціальної активності // Грані. 2018. Т. 21. № 9. С. 47–57
24. Вайнола Р. Х., Капська А. Й., Комарова Н. М. та ін. Волонтерський рух в Україні: Тенденції розвитку. Київ: Академпрес, 1999. 112 с.
4. Булатевич Н., Батракіна І. Психологічні характеристики волонтерів. Psychological Prospects Journal. № 33. 2019. С. 10–23.
DOI: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2019-33-10-23>
5. Вайнілович Н. А. Чинники формування мотивації людини до здійснення волонтерської діяльності. Вісник НТУУ "КПІ". Політологія. Соціологія. Право : зб. наук.праць. № 2 (14). 2012.
6. Вайнола Р. Х., Капська А. Й., Комарова Н. М. Волонтерський рух в Україні: тенденції розвитку. Київ : Академпрес, 1999.
7. Ванюшина О. Волонтерський рух в Україні: еволюція, сучасний стан та статус // Вісник Національного університету оборони України. 2015. 1 (44). С.275-281
8. Вашкович В. В. Посібник волонтера. Одеса : Видавничий дім «Гельветика», 2022.
9. Вашкович В. Опис волонтерської допомоги (завдання) у договорах про надання волонтерської допомоги. Підприємництво, господарство і право. 2018. № 2.
10. Волонтерський рух в Україні : тенденції розвитку / Вайнола Р. Х., Капська А. Й., Комарова Н. Н. та ін. Київ : УЦССМ, 2002.
11. Всеукраїнський спеціалізований тренінг «Залучення та координація волонтерів». 2021. URL: <https://youth-worker.org.ua/events/bazovyj-trening->

[dlya predstavnykiv-sums-koyi-oblasti-10-12-hrudnya-2021/](#)

12. Голуб В. Л. Волонтерська діяльність в системі взаємовідносин держави та суспільства: дис. ...канд. пед. наук: 25.00.01. Київ, 2016.
13. Горелов Д., Корнієвський О. Волонтерський рух: світовий досвід та українські громадянські практики: аналіт. доп. К.: НІСД, 2015. 36 с.
14. Горінов П., Драпушко Р. Волонтерська діяльність в Україні: соціально-правове дослідження : монографія. Київ : Державний інститут сімейної та молодіжної політики, 2022.
15. Єсіна Н. О. Поняття та сутність волонтерської діяльності в Україні. Сучасне суспільство. 2017. Вип. 1 (13).
16. Заверико Н. В. Основи управління діяльністю волонтерів : посібник для керівників волонтерських груп та програм. Запоріжжя, 2004.
17. Закон України «Про волонтерську діяльність» від 19.04.2011 № 3236-VI. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3236-17#Text>
18. Зливков В. Л., Лукомська С.О. Психологічних особливостей осіб, які займаються волонтерською діяльністю. Науковий вісник МНУ імені В. О. Сухомлинського. Психологічні науки. №2 (15). 2015.
19. Занюк С. С. (1997) Психологія мотивації та емоцій: Навч. посібник для студентів гуманіт. Факультетів ВНЗ . – Луцьк. Ред.- вид. відд. Волин. Держ ун-ту ім. Лесі Українки .-180с
20. Захарчук М. І. (2022) «Волонтерство як соціальний феномен» матеріали Всеукр наук.-практ. конференції у трьох томах 15-18 квітня: ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України
21. Карий О., Панас Я. Передумови залучення волонтерів для забезпечення соціально-економічного розвитку громад // Маркетинг і менеджмент інновацій. 2016. №2. С. 156-169.
22. Костишин Е. Роль волонтерського фандрайзингу у протистоянні широкомасштабній збройній агресії Російської Федерації // Українське військо: сучасність та історична ретроспектива : Збірник матеріалів III Міжнародної науково-практичної конференції 23 листопада 2022 р. К. :

НУОУ, 2023. 270 с.

23. Коломієць Л. І., Глиздова А. Ю., Узвенчук В.С. Психологічні особливості мотивації волонтерської діяльності. Психологічний часопис. Вип. 9. № 5 (9). 2017.
24. Котелевець А. Волонтерство онлайн: виклики сьогодення. Соціальна робота та соціальна освіта. 2021. Вип. 1 (6).
25. Кривенко Ю. В. Волонтерська діяльність : поняття та ознаки. Науковий журнал Національного університету «Одеська юридична академія» «Часопис цивілістики». № 18. 2015.
26. Кривоконь Н. І. Волонтерська діяльність як чинник розвитку життєстійкості українців. Проблеми сучасної психології. Вип. 30. 2015.
27. Кудря М. Політична складова частина діяльності волонтерського руху як інституту громадянського суспільства в Україні. Вісник Львівського університету. 2018. Вип. 16.
28. Лазуренко О. О. Психологія емоцій. підручник / О. О. Лазуренко - К.: Книга плюс. - 2018. - 264 с.
29. Лопатченко І. Аспекти публічного управління розвитком волонтерського руху в Україні // Вісник Національного університету цивільного захисту України (Серія «Державне управління»). 2022. № 1 (16). С.152-161.
30. Львовочкіна А. М. Теорія психології вчинку В. А. Роменця та її вплив на розвиток соціальної роботи в Україні. Вчинкова психологія: історія та сучасність: матеріали міждисциплінарного круглого столу з нагоди 90-річчя від дня народження професора В. А. Роменця / за ред. І. В. Данилюка. 2016.
31. Люта Л. П. Соціальні мережі як ресурс розвитку волонтерського руху. Соціальна робота в контексті соціокультурних змін : матеріали I Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю / за ред. О. В. Чуйко. Київ, 2016.
32. Лях Т. Л. Методика організації волонтерських груп : навч. посібник.

Київ : Київськ. унт ім. Б. Гринченка, 2010.

33. Маккарлі С., Лінч Р. Управління діяльністю волонтерів. Як залучити громадськість до вирішення проблем суспільства / пер. з англ. О. Винничук. Київ : Ресурсний центр розвитку громадських організацій «Гурт», 1998.

34. Малиношевський Р. В., ОСОБЛИВОСТІ ОНТ ФОРМУВАННЯ АЛЬТРУЇЗМУ ЯКСОЦІАЛЬНО ЗНАЧУЩОЇ ЯКОСТІ У МОЛОШИХ ПІДЛІТКІВ. м. Київ

35. Манелюк Ю. М., Луценко В. Р., Савчук Н. І. Волонтерський рух України в умовах військової агресії. Науковий журнал «ПОЛІТИКУС». Вип. 22. № 6. DOI: <https://doi.org/10.24195/24149616.2022-6.5>

36. Матвієнко Л. І., Алексейченко К. С. Особистість волонтера у психологічному вимірі : ціннісно-мотиваційний аспект (надання соціальних послуг вразливим верствам населення). Ринок праці та зайнятість населення.

№ 1. 2016.

37. Матійчик А. В. Волонтерська діяльність як детермінанта розвитку громадянського суспільства. Грані. № 8. 2016. С. 100–107.

38. Менеджмент волонтерських груп від А до Я : навч.-метод. посіб. / за ред. Т. Л. Лях. Київ : Версо-04, 2012.

39. Менеджмент волонтерських груп від А до Я: навч.-метод. посібник / За заг. ред. Т. Лях. Київ: Версо-04, 2012. 288 с

40. Мирошніченко Н. О. Професійно спрямована підготовка волонтерів до соціально-педагогічного інтегрування молодих інвалідів у соціальне середовище. Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна». № 1. 2013.

41. Олешко Н., Тюніна А. Волонтерська діяльність як прояв спротиву українського народу у російсько-українській війні 2022 року. // Scientific Collection «InterConf+». (28(137), 231–236.

<https://doi.org/10.51582/interconf.19-20.12.2022.024>

42. Потапенко В., Двігун А. АНАЛІЗ УКРАЇНСЬКОГО

ВОЛОНТЕРСТВА НА ОСНОВІ МЕТОДОЛОГІЇ НОВИХ
СОЦІАЛЬНИХ РУХІВ https://niss.gov.ua/sites/default/files/2022-11/volonterstvo_01112022.pdf

43. Перетятко В. Структурні компоненти особистості, включеної до волонтерської діяльності. Проблеми сучасної психології. № 27. 2019.
DOI: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2015-27.%p> 44.
 44. Петренко В. О. Психологія особистості. Київ : Академвидав, 2022.
- Про внесення змін до Закону України "Про волонтерську діяльність" щодо підтримки волонтерської діяльності : Закон України від 15.08.2022 р. № 2519-IX.
45. Про волонтерську діяльність : Закон України від 19.04.2011 р. № 3236 VI : станом на 31 берез. 2023 р.
 46. Публікація «Загальнонаціональне дослідження «Волонтерство в Україні»». – К., 2015.
 47. Приходько Ю. О., Юрченко В. І. Психологічний словник-довідник : Навч. посіб., 4-те вид., випр. і доп. Київ : Каравела, 2020.
 48. Рідкодубська А. Альтруїзм як педагогічна категорія / А. Рідкодубська // Педагогічний дискурс. - 2014. - Вип. 17
 49. Сердюк О. Волонтерський рух в Україні: соціологічний аналіз. Київ : Інститут соціології НАН України, 2018.
 50. Сідун Л., Стойка О. Досвід залучення молоді до волонтерської діяльності в навчальних закладах США // Актуальні проблеми соціальної роботи: волонтерство як важливий ресурс соціальної роботи: матер. доп. та повідом. Міжнар. наук.-практ. конф.) / за ред. І. В. Козубовської. Ужгород. С. 105–106.
 51. СТЕЦЬКО І.І. Виховання альтруїзму у старшокласників - теорія і методика виховання Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук
 52. Трубнікова О. А. Волонтерство як форма соціальної активності особистості. Актуальні проблеми психології. Т. 7. Вип. 20. Ч. 2. 2008.

53. Чайка І. Ю. Волонтерство : сутність феномена та особливості його функціонування в сучасній Україні. Грані. Т. 20. № 7(147). 2017. DOI: <https://doi.org/10.15421/171798>
54. Чуйко О. Партнерські стосунки як чинник розвитку корпоративного волонтерства. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія: Психологія. № 1 (4). 2016.
- 55.
56. A National Agenda on Volunteering: Beyond the International Year of Volunteers [Електронний ресурс]. – 2006. – Режим доступу до ресурсу: <https://volunteeringaustralia.org/wp-content/uploads/NationalAgenda.pdf>.
57. EMPATHY IN CARL ROGERS THEORY.
https://www.researchgate.net/publication/367304468_EMPATHY_IN_CARL_ROGERS_THEORY
58. Penner L. Volunteerism and Social Problems // Journal of Social Issues. 2004. <https://spssi.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.0022-4537.2004.00377.x>
59. Fedinec, Csilla. The Ukrainian Civil Volunteer Movement during Wartime (2014–2022). In: Ukraine's Patronal Democracy and the Russian Invasion. Budapest: Central European University Press, 2023. pp. 235–250. DOI: 10.1515/9789633866641-013University Press Library Open
60. Oleynik, Anton. Volunteers in Ukraine: From Provision of Services to State- and Nation-Building. Journal of Civil Society, 2018, Vol. 14, Issue 4, pp. 364– 385. DOI: 10.1080/17448689.2018.1518771Tandfonline
61. Strachan, A.L. Lessons Learned from Humanitarian Interventions in Ukraine (2014–2021). K4D Helpdesk Report. Brighton, UK: Institute of Development Studies, 2021. Available at:
[https://www.ids.ac.uk/publications/lessons-learned-fromhumanitarian-interventions-in-ukraine-2014-2021/Institute of Development Studies](https://www.ids.ac.uk/publications/lessons-learned-fromhumanitarian-interventions-in-ukraine-2014-2021/Institute%20of%20Development%20Studies)
62. Hurska-Kowalczyk, Liana. Characteristics of Volunteering in Ukraine after Euromaidan. Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska,

Sectio K: Politologia, 2018, Vol. 25, Issue 2, pp. 117–125. DOI:

10.17951/k.2018.25.2.117-125

63. Boichak, Olga; McKernan, Brian. Narratives of Volunteering and Social Change in Wartime Ukraine. *Journal of Civil Society*, 2024. DOI:

10.1177/17499755221127877

64. Fedinec, Csilla. The Ukrainian Civil Volunteer Movement during Wartime (2014–2022). In: *Ukraine's Patronal Democracy and the Russian Invasion*. Budapest: Central European University Press, 2023. pp. 235–250

65. Rogers, C. R. (2001). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.

66. Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values. *Advances in Experimental Social Psychology*, 25, 1–65.

67. Volunteering: Theoretical Approaches and Personal Characteristics // *International Conference of Scientific Papers AFASES-2014*. URL:

http://www.afahc.ro/ro/afases/2014/socio/Andronic,%20RazvanLucian_%20Volunteering.pdf?fbclid=IwAR3pOSoqx6SYDMH9jnvZW1UbloKXqqjFjb3ngnHJGuJpU7Z6Cixj9fBd_4.